



**Universidad
Europea** VALENCIA

Grado en ENFERMERÍA

Trabajo Fin de Grado

**ELABORACIÓN DE UN PROGRAMA DE EDUCACIÓN PARA LA
SALUD:**

**PREVENCIÓN DE LA LUDOPATÍA EN LOS ADOLESCENTES DE 3º
Y 4º DE LA ESO DEL IES EL CABANYAL**

Presentado por:

Dña. Judit Molinuevo Quintana

Tutora:

Dña. María Zacarés Herrero

AGRADECIMIENTOS:

Tras cuatro años de carrera llenos de retos, momentos buenos, y, sobre todo, de mucho aprendizaje, me gustaría agradecer a todas las personas que han formado parte de este camino. Sin su apoyo y compañía este recorrido no habría sido el mismo.

En primer lugar, quiero agradecer especialmente a mi tutora, María Zacarés, por haber aceptado la elección de este tema tan significativo para mí. Su apoyo, dedicación y orientación, así como sus palabras de ánimo en los momentos de agobio, han sido clave para poder desarrollarlo con ilusión y seguridad. Gracias también, por permitirme disfrutar del proceso y por transmitirme la confianza necesaria para seguir adelante en cada etapa.

También quiero agradecer al resto de profesores que me han formado durante estos cuatro años en la Universidad Europea de Valencia, por compartir sus conocimientos y contribuir a mi crecimiento académico y personal.

Además, me gustaría agradecer a Valencia, por darme la oportunidad de conocer a personas maravillosas y rodearme de gente que, sin duda, será parte de mi vida para siempre.

A mis padres, por permitirme estudiar la carrera que siempre quise, por darme todo lo que he necesitado y por su apoyo incondicional, incluso en la distancia. Gracias por estar siempre ahí, creyendo en mí y acompañándome, aunque fuera desde lejos, en cada paso de este camino.

A ti, mi gran compañero, por ser mi mayor apoyo en este camino llamado vida. Gracias por estar siempre a mi lado, por darme fuerzas cuando las necesitaba y por hacerme sentir que siempre puedo más de lo que creo.

A mí misma, por no rendirme y por dar lo mejor de mí en cada momento.

Y, por último, a ti abuela, que sabías que lo conseguiría, pero no pudiste llegar a verlo.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

LISTADO DE SÍMBOLOS Y SIGLAS.....	1
RESUMEN.....	2
PALABRAS CLAVE:	2
1. ANÁLISIS DE LA SITUACIÓN.....	4
1.1. ¿Qué es la ludopatía?	5
1.2. Efectos de la ludopatía en el cerebro	6
1.3. Factores de riesgo.....	6
1.4. Manifestaciones	7
1.5. Tipos de ludopatía.....	8
1.6. Perfiles de jugador.....	8
1.7. Contextualización.....	9
1.7.1. Información del centro escolar	9
1.7.2. Contexto socioeconómico del barrio.....	10
1.7.3. Perfil de los alumnos	10
1.7.4. Justificación de la elección del centro	11
2. ANÁLISIS DEL PROYECTO (DAFO)	11
3. PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN	14
4. OBJETIVOS.....	15
5. DISEÑO Y METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN/PROGRAMA Y SESIONES	15
5.1. Población diana.....	16
5.2. Captación.....	16
5.3. Desarrollo de la intervención	16
5.4. Programación de contenidos	18
5.4.1. Sesión 1. “Rompiendo el mito: entendiendo la ludopatía”	18
5.4.2. Sesión 2. “Diversión y aprendizaje”	21
5.4.3. Sesión 3. “Un viaje sin juego”	23
5.4.4. Sesión 4. “Superando la adicción. una historia real de recuperación”	28
5.4.5. Sesión 5. “Luces, cámara y conciencia”	29
5.4.6. Sesión 6. "Cierre del programa: desenlace de Fatum y reflexión final"	30
6. CRONOGRAMA.....	31
7. RECURSOS.....	34

7.1. Recursos materiales.....	35
7.2. Recursos humanos.....	36
7.3. Recursos económicos	36
7.3.1. Financiación del proyecto	37
8. EVALUACIÓN.....	38
9. BIBLIOGRAFÍA.....	41
10. ANEXOS.....	47
ANEXO 1	47
ANEXO 2	48
ANEXO 3	49
ANEXO 4	50
ANEXO 5	51
ANEXO 6	52
ANEXO 7	53
ANEXO 8	53
ANEXO 9	53
ANEXO 10	53
ANEXO 11	54

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1.....	17
Tabla 2.....	18
Tabla 3.....	35
Tabla 4.....	36
Tabla 5.....	36
Tabla 6.....	37
Tabla 7.....	38
Tabla 8.....	38
Tabla 9.....	39

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1	12
Figura 2	19
Figura 3	25
Figura 4	26
Figura 5	26
Figura 6	27
Figura 7	27
Figura 8	32
Figura 9	32
Figura 10.....	33
Figura 11.....	33
Figura 12.....	47
Figura 13.....	48
Figura 14.....	49
Figura 15.....	50
Figura 16.....	51
Figura 17.....	52
Figura 18.....	54

LISTADO DE SÍMBOLOS Y SIGLAS

APA: Asociación Americana de Psiquiatría

AP: Atención Primaria

DSM-5: Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (5ª edición)

EGEDA: Entidad de Gestión de Derechos de los Productores Audiovisuales

EPS: Proyecto de Educación para la Salud

ESO: Educación Secundaria Obligatoria

IES: Instituto de Educación Secundaria

ODS: Objetivos de Desarrollo Sostenible

ONU: Organización de las Naciones Unidas

PPT: Presentación Power Point

RRSS: Redes sociales

RESUMEN

INTRODUCCIÓN

El presente trabajo se centra en el creciente problema de la ludopatía, también conocida como juego patológico, en adolescentes. Una adicción que afecta cada vez a un mayor número de jóvenes. Esta problemática está influida por diversos factores, entre los que destacan los psicológicos, sociales, familiares, económicos, biológicos y emocionales, los cuales, favorecen la aparición de conductas problemáticas relacionadas con el juego en menores. Además, se manifiesta en distintos aspectos de la vida del adolescente como el rendimiento académico, las relaciones familiares y sociales, y el bienestar emocional.

OBJETIVOS

El principal objetivo que persigue este trabajo es contribuir al aumento de conocimiento de los adolescentes sobre la ludopatía y los riesgos asociados, mediante la elaboración de un Programa de Educación para la Salud. A través de este, se busca detectar el nivel de conocimiento inicial en cuanto a esta problemática, desarrollar actividades de prevención y sensibilización y evaluar los cambios tras la intervención mediante, la comparación de los conocimientos iniciales y finales.

METODOLOGÍA

El programa diseñado se compone de seis sesiones distribuidas entre los meses de febrero, marzo y abril. En ellas se realizarán actividades, tales como charlas, dinámicas interactivas o una excursión. Está dirigido al alumnado de 3º y 4º de la ESO del IES El Cabanyal y se utilizarán diversos métodos de captación para fomentar su participación, tales como la difusión mediante carteles publicitarios, la promoción a través de redes sociales y la implicación de estudiantes del centro.

EVALUACIÓN

Para poder analizar los resultados obtenidos a lo largo del programa e ir mejorando la continuidad de las sesiones, se presentan una serie de cuestionarios. Su diseño se ha formalizado a través de Google Forms mediante los cuales, se compararán los conocimientos previos y finales sobre la ludopatía y se evaluará la calidad de las sesiones y el compromiso de los estudiantes.

PALABRAS CLAVE: ludopatía, adolescentes, entorno escolar, prevención, riesgos, educación para la salud

ABSTRACT

INTRODUCTION

This paper focuses on the growing problem of pathological gambling, also known as pathological gambling, in adolescents. This addiction is affecting an increasing number of young people. This problem is influenced by various factors, including psychological, social, family, economic, biological and emotional factors, which favour the emergence of problematic behaviour related to gambling in minors. In addition, it manifests itself in different aspects of the adolescent's life such as academic performance, family and social relationships, and emotional well-being.

OBJECTIVES

The main objective of this work is to contribute to increase the knowledge of adolescents about pathological gambling and the associated risks, through the development of a Health Education Program. Through this program, the aim is to detect the initial level of knowledge about this problem, develop prevention and awareness activities and evaluate the changes after the intervention by comparing the initial and final knowledge.

METHODOLOGY

The programme consists of six sessions spread over the months of February, March and April. Activities such as talks, interactive dynamics and an excursion will be carried out. It is aimed at students in the 3rd and 4th years of ESO at IES El Cabanyal and will use various methods of recruitment to encourage their participation, such as dissemination through posters, promotion through social networks and the involvement of students from the centre.

EVALUATION

In order to analyse the results obtained throughout the programme and to improve the continuity of the sessions, a series of questionnaires are presented. They have been designed using Google Forms to compare previous and final knowledge about pathological gambling and to evaluate the quality of the sessions and the commitment of the students.

KEY WORDS: addiction to gambling, adolescents, school environment, prevention, risks, health education

1. ANÁLISIS DE LA SITUACIÓN

Desde hace unos años, los datos sobre la ludopatía han comenzado a generar una creciente preocupación. Y es que cada vez, esta adicción aparece en edades más tempranas. En España, la media de edad de las personas que desarrollan problemas con el juego se sitúa en torno a los 25 años, pero los especialistas informan que esta edad está bajando progresivamente. De hecho, los grupos de terapia se encuentran repletos de menores de edad, lo que refleja un problema que requiere de atención urgente (La Sexta, 2017).

En consecuencia, la edad del inicio de estos malos hábitos podría alcanzar las edades comprendidas dentro de la adolescencia. Esta etapa se caracteriza por un periodo de desarrollo físico, mental y psicosocial que abarca desde los 10 hasta los 19 años de vida. Durante este periodo, se consolidan hábitos y patrones de comportamiento que pueden influir significativamente en la vida adulta. Aunque este ciclo está considerado como saludable, en su transcurso pueden influir muchos hechos adversos que pueden abordarse a través de la prevención (Organización Mundial de la Salud [OMS], s.f.).

Otra de las noticias más recientes afirma que sí existe un grave problema, especialmente en edades entre los 14 a los 18 años. Un total de 441.671 menores en esta franja de edad, lo que representa un 17,7%, han reconocido haber apostado dinero de manera presencial (Romar, 2025).

Un factor que contribuye de manera significativa a esta problemática es la constante exposición a la publicidad de los juegos de azar online, ya sea por medio de los medios de comunicación o internet. Según el estudio de Buil, Solé Moratilla y García Ruiz (2015), los jóvenes, por ser más vulnerables, tienden a relacionar el juego con algo divertido y con éxito, ya que, muchas veces los anuncios lo presentan como algo inofensivo y atractivo. Como resultado de esta exposición, los adolescentes acaban normalizando el juego y se aumentan las probabilidades de que desarrollen comportamientos problemáticos. Por ello, se resalta la importancia de una regulación más efectiva para proteger a este grupo vulnerable.

A pesar del aumento por la preocupación social por este problema, las políticas preventivas además siguen siendo insuficientes. En muchos casos, los programas educativos y el apoyo psicológico a los jóvenes son insuficientes. Esto hace que sea más difícil abordar el aumento de casos en los adolescentes, ya que, no se está actuando en el momento adecuado. De ahí la importancia de implementar programas educativos en lugares clave, como los colegio e institutos (Gallardo, 2024).

Este proyecto está vinculado a los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) establecidos por la Agenda 2030. De los 17 existentes, el presente trabajo se centra en el ODS 3: Salud y

bienestar. Su meta 3.4 es, “promover la salud mental y el bienestar y la prevención de enfermedades no transmisibles”. El programa busca prevenir la ludopatía en adolescentes de 3º y 4º de la ESO, fomentando el bienestar emocional y la elección de conductas saludables desde el ámbito educativo. A su vez guarda coherencia con el ODS 4: Educación de calidad, cuya meta 4.7 es, “promover el desarrollo sostenible, entre otras cosas mediante la educación para el desarrollo sostenible y los estilos de vida sostenible”. Asimismo, se conecta con el ODS 11: ciudades y comunidades sostenibles, cuya meta 11. 7 es, “proporcionar espacios públicos seguros, inclusivos y accesibles, en particular para las mujeres y los niños, las personas de edad y las personas con discapacidad”. Estos espacios seguros son fundamentales para ofrecer a las adolescentes alternativas saludables de ocio y socialización, minimizando la aparición de conductas de riesgo como la ludopatía (Organización de las Naciones Unidas [ONU] , 2015).

Por tanto, estos objetivos se relacionan con el proyecto porque se pretende conseguir adolescentes preocupados por su futuro y comprometidos con el bienestar.

1.1. ¿Qué es la ludopatía?

Las adicciones comportamentales o adicciones sin sustancia, son trastornos caracterizados por conductas impulsivas y repetitivas, similares a la adicción a una sustancia. Se distinguen de estas últimas, por la pérdida de control, un fuerte impulso para realizarlas y la continuidad en estas conductas a pesar de causar malestar o graves consecuencias negativas. (Roncero Rodríguez et al.,2023).

Existen numerosas adicciones sin sustancia, entre las que se incluyen el abuso de internet y las redes sociales, la adicción a las compras, al sexo o al trabajo, y el juego patológico (Gobierno Vasco s. f.). El presente trabajo, se enfoca exclusivamente en una de estas adicciones: la ludopatía.

La ludopatía, también conocida como juego patológico, es un trastorno caracterizado por un patrón persistente y recurrente de comportamiento de juego que conduce a un deterioro o malestar clínicamente significativo. Este comportamiento se manifiesta cuando la persona cumple al menos cuatro de los criterios diagnósticos establecidos durante un año, entre los cuales se encuentran, la necesidad de apostar grandes cantidades de dinero, sentir irritabilidad o malestar al intentar dejar de jugar, la pérdida de relaciones importantes o el uso del juego como vía de escape emocional (American Psychiatric Association [APA], 2013).

En el DSM-IV, la ludopatía estaba clasificada como un trastorno del control de los impulsos. Sin embargo, en el DSM-5 fue reclasificada dentro de los “Trastornos relacionados con sustancias y trastornos adictivos”, convirtiéndose en la única adicción conductual incluida en esta categoría (Adicciones Valencia, s.f.). Esta modificación se basa en la evidencia científica que demuestra que

el comportamiento de juego activa los mismos sistemas neurobiológicos de recompensa que las sustancias adictivas, generando patrones de dependencia y deterioro funcional similares (Clark, 2010).

Esta nueva clasificación destaca la importancia de ver la ludopatía no solo como un problema de autocontrol, sino como una adicción real que necesita enfoques específicos para su prevención, diagnóstico y tratamiento.

1.2. Efectos de la ludopatía en el cerebro

Como se ha mencionado previamente, la ludopatía afecta en el cerebro de forma similar a otras adicciones, principalmente alterando la recompensa, la toma de decisiones y el control de los impulsos. Durante el acto de jugar, se incrementa la liberación de dopamina, un neurotransmisor que juega un papel fundamental en las sensaciones de placer y satisfacción (Volkow et al., 2003). Esta liberación refuerza el comportamiento de jugar, creando un ciclo en el que la persona se ve motivada a repetir esta conducta para volver a experimentar la sensación de euforia.

A nivel cerebral, las regiones cerebrales encargadas de la toma de decisiones y el control de impulsos, como la corteza prefrontal y el sistema límbico, se ven afectadas. Esto provoca que la persona tenga más dificultades para tomar decisiones responsables o frenar sus ganas de jugar, incluso cuando sabe que le está perjudicando (Bechara et al., 2000).

Además, la ludopatía cambia la forma en que las diferentes partes del cerebro se comunican entre sí, aumentando la búsqueda de recompensas rápidas. Estos cambios también se ven en personas con otras adicciones, por lo que la ludopatía se entiende hoy en día como un problema muy similar a la adicción a sustancias (Grant et al., 2008).

1.3. Factores de riesgo

A continuación, se describen los principales factores de riesgo que pueden favorecer el desarrollo de esta adicción.

Por un lado, los factores psicológicos como la impulsividad y la necesidad de buscar sensaciones nuevas aumentan la probabilidad de desarrollar problemas de juego. Además, estados emocionales difíciles como la ansiedad o la baja autoestima, pueden llevar a la persona a utilizar el juego como una forma de escape (Mayo Clinic, 2023; Domínguez Álvarez et al., s.f.).

En el ámbito familiar crecer en un entorno donde existen familiares con antecedentes de ludopatía o donde hay conflictos frecuentes incrementa el riesgo. La falta de comunicación en casa o la permisividad hacia el juego también influyen de forma negativa (Fernández Montalvo & Castillo, 2004).

Entre los factores sociales, destaca el fácil acceso a salones de juego o a plataformas de apuestas online, así como la constante exposición a la publicidad que muestra el juego como algo normal o atractivo (Botana Nuñez, 2024).

Respecto a los factores económicos, atravesar problemas de dinero puede hacer que el juego se vea como una posible solución rápida, aumentando el riesgo de desarrollar una conducta adictiva (Superintendencia de Bancos de la República Dominicana, s.f).

Finalmente, los factores biológicos también son importantes, ya que, algunas alteraciones en los mecanismos de recompensa del cerebro, como el sistema de la dopamina, pueden hacer que ciertas personas sean más vulnerables al juego compulsivo (Mayo Clinic, 2022).

1.4. Manifestaciones

A continuación, se detallan alguna de las manifestaciones que suelen aparecer como consecuencia de la adicción al juego:

En primer lugar, a nivel emocional, uno de los signos más comunes es la ansiedad. La preocupación constante por el juego y la necesidad de seguir apostando provocan que los jóvenes se sientan muy nerviosos o inquietos (Mayo Clinic, s.f). Esta ansiedad tiende a empeorar cuando perciben que no pueden controlar su impulso de jugar.

Otro problema emocional importante es la depresión. Las pérdidas continuas en el juego y la sensación de no poder dejar de jugar generan frustración, lo que puede llevar al adolescente a sentirse triste o desmotivado (Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social, s.f). Asimismo, los adolescentes que sufren ludopatía suelen mostrar irritabilidad y cambios bruscos de humor, especialmente cuando intentan dejar el juego sin éxito (Pardo, 2024). A menudo, este trastorno también conduce al aislamiento social, ya que, los jóvenes tienden a apartarse de amigos y familiares, dedicando cada vez más tiempo al juego y reduciendo su participación en actividades sociales, lo que empeora su situación emocional (Infobae, 2024).

Desde el punto de vista conductual, una de las manifestaciones más comunes es la mentira. Los adolescentes pueden ocultar el tiempo y el dinero que destinan al juego, evitando que sus padres o amigos descubran la magnitud del problema (La Opinión Pergamino, 2024). Esta falta de honestidad refleja el creciente control que la adicción ejerce sobre ellos. Otra manifestación importante es la incapacidad para controlar el impulso de jugar. Aunque algunos adolescentes intentan reducir el tiempo que pasan apostando, no logran detenerse, reforzando así la adicción (Mayo Clinic, s.f.).

En el ámbito académico, el rendimiento escolar suele verse seriamente afectado. Los adolescentes priorizan el juego sobre sus responsabilidades educativas, lo que lleva a faltas de asistencia, incumplimiento de tareas y dificultades de concentración en clase (Perfil, 2024). Este deterioro académico compromete su desarrollo personal y sus oportunidades de futuro.

A nivel social y familiar, las relaciones interpersonales también se deterioran notablemente. Los padres, al detectar cambios de comportamiento como las mentiras o el uso indebido de dinero, suelen experimentar sentimientos de frustración y preocupación, lo que incrementa la tensión en el entorno familiar (MensActiva, s.f.). Paralelamente, la disminución de la interacción social con amigos y seres queridos favorece el aislamiento, empeorando el estado emocional del adolescente (La Opinión Pergamino, 2024).

En casos más graves, la ludopatía puede llevar a conductas de riesgo como solicitar dinero prestado de manera irresponsable o incluso cometer robos para obtener recursos con los que seguir jugando. Estas conductas no solo ponen en peligro la estabilidad económica del adolescente, sino también su bienestar personal y su integración social (Ministerio de Bienestar Social, Sanidad, Consumo, s.f.).

1.5. Tipos de ludopatía

Se diferencian tres tipos principales de ludopatía:

Ludopatía presencial: se refiere a la adicción al juego en establecimientos físicos, como casinos, salas de apuestas o bingos (Mas Ferriol, s.f.).

Ludopatía online: implica el juego a través de internet, participando en plataformas de apuestas deportivas, casinos en línea o juegos de azar en la web.

Ludopatía mixta: combina ambos tipos de juego, tanto en lugares físicos como en plataformas digitales.

1.6. Perfiles de jugador

Actualmente, se reconocen siete tipos o perfiles de jugadores ludópatas:

El jugador profesional como bien indica su nombre, se dedica al juego como actividad principal, pero logra mantener el control de su comportamiento mediante el uso de estrategias para maximizar sus ganancias. Aunque no todos los jugadores profesionales desarrollan adicción, su capacidad de autocontrol es generalmente superior a la de otros perfiles de jugadores (Guadalsalus, 2022).

El jugador social o casual, juega de forma esporádica sobre todo para relajarse y divertirse. No busca obtener ingresos a través del juego y mantiene un control sobre sus apuestas, limitando las pérdidas.

El jugador vulnerable o serio recurre al juego como una vía para evadir problemas emocionales, lo que supone una dedicación excesiva de tiempo y dinero. Esta conducta puede tener consecuencias negativas en su vida familiar, profesional y social, ya que, comienza a generar deudas y conflictos en su entorno cercano.

El jugador en huida emocional utiliza el juego como una estrategia para escapar de dificultades emocionales como, la ansiedad o la depresión. Este comportamiento es impulsivo y compulsivo y en vez de aliviar sus emociones, agrava su situación y multiplica los problemas.

El jugador conservativo se siente atraído por el juego por la curiosidad y la emoción de ganar dinero, aunque no lo hace con fines profesionales. Este tipo de jugador puede llegar a desarrollar adicción por el juego, a pesar de no tener intenciones de llegar a convertirse en un jugador habitual.

El jugador antisocial está dispuesto a realizar actos ilegales, como mentir, robar o manipular a otros, para conseguir dinero y satisfacer su necesidad de jugar. Este perfil está relacionado con una personalidad disocial y narcisista, lo que hace que sus comportamientos sean especialmente perjudiciales para su entorno.

El jugador compulsivo, ha perdido el control sobre su comportamiento y se encuentra dominado por la necesidad de jugar, lo que afecta gravemente su vida personal, social y profesional. Aunque las consecuencias negativas son evidentes, el jugador compulsivo sigue apostando sin poder parar de jugar.

1.7. Contextualización

1.7.1. Información del centro escolar

El Instituto de Educación Secundaria El Cabanyal, se encuentra ubicado en el barrio del Cabanyal-Canyamelar, perteneciente al distrito de Poblados Marítimos de la ciudad de Valencia, al este de la capital. Este barrio limita al norte con Malvarrosa, al este con el mar Mediterráneo, al sur con Grao y al oeste con Ayora, L'illa Perduda y Beteró.

Este centro escolar ofrece formación de Educación Secundaria Obligatoria (ESO), Bachillerato y Formación Profesional Básica. Además, el centro está involucrado en proyectos educativos innovadores que buscan hacer la experiencia de aprendizaje más interesante y participativa para los estudiantes (Instituto de Educación Secundaria El Cabanyal, s.f.).

1.7.2. Contexto socioeconómico del barrio

El barrio del Cabanyal, se caracteriza por tener un contexto sociocultural diverso, con presencia de diferentes grupos étnicos y niveles económicos. Se trata de un barrio históricamente obrero que actualmente, se encuentra en proceso de renovación. La diversidad cultural del barrio ha aumentado con la llegada de migrantes, y las operaciones urbanísticas han generado conflictos urbanos y resistencia vecinal (Participa Barrios, s.f.).

A pesar de los esfuerzos de rehabilitación y renovación urbana, el barrio sigue enfrentando desafíos sociales. Según un informe de El Diario (2020), las situaciones de pobreza y exclusión en El Cabanyal y otros barrios de Valencia son el resultado de años de falta de inversión en infraestructuras y servicios, lo que ha llevado a una precarización de las condiciones de vida.

1.7.3. Perfil de los alumnos

Teniendo en cuenta que se trata de un barrio de estas características, es razonable suponer que parte de los alumnos del centro, pueden estar expuestos a factores de riesgo como familias desestructuradas, escaso apoyo académico por parte de esas familias o bajos recursos económicos para participar en actividades extraescolares. Todos estos elementos pueden causar que algunos adolescentes busquen otras formas de ocio, como el juego con apuestas, especialmente si estas prácticas están normalizadas en su entorno.

Se ha decidido centrar el programa en el alumnado de 3.º y 4.º de la ESO principalmente, porque se trata de una etapa propensa a desarrollar conductas de riesgo. Según Andrade, Guadix, Rial y Suárez (2021), más de 70.000 estudiantes de ESO se han iniciado en esta práctica. El informe también destaca que los estudiantes en este rango de edad son más proclives a iniciarse en este tipo de juego, tanto de forma presencial como online, y tienen más posibilidades de desarrollar problemas de adicción. Además, se ha detectado que, el 4% de los escolares de entre 14 y 18 años presentan características de riesgo relacionadas con el juego, a pesar de las restricciones legales que les impiden acceder a estos servicios (Torices, 2025).

En la Comunidad Valenciana también se observa este problema. Según una noticia actual, uno de cada cinco menores juega de forma ilegal en casas de apuestas, lo que muestra lo fácil que les resulta a muchos adolescentes acceder a este tipo de ocio (Hernández, 2025).

Que estén saliendo noticias tan recientes sobre este tema no es casualidad, sino que demuestra que cada vez hay más preocupación en la sociedad por el impacto que el juego está teniendo en los menores.

1.7.4. Justificación de la elección del centro

Algunos de los motivos por los que se ha elegido el IES El Cabanyal para implementar este programa son los siguientes:

El primero de ellos es la proximidad a los salones de juego. Según Real (2020), en los últimos años este tipo de locales se ha incrementado considerablemente en los barrios obreros de grandes ciudades como Valencia, Madrid o Barcelona, llegando casi a duplicarse. Tal como se ha mencionado anteriormente, esta proliferación se debe a que se trata de zonas con una población más vulnerable, expuesta a múltiples factores de riesgo y con pocas alternativas de ocio saludable. En el caso del barrio del Cabanyal, se ha identificado un número considerable de locales de apuestas en relación con la población existente. Además, algunos de estos establecimientos se encuentran en zonas cercanas a centros educativos, lo que incrementa la probabilidad de que los adolescentes entren en contacto con el juego desde edades tempranas. De hecho, el Tribunal Superior de Justicia de la Comunitat Valenciana ordenó en 2023 el cierre del salón de juegos El Dorado, ubicado en la calle Doctor Lluch del Cabanyal, por su cercanía a dos centros educativos, siguiendo la normativa que establece una distancia mínima entre estos locales y las escuelas (El Diario, 2023).

El segundo motivo es que el IES Cabanyal lleva siendo un espacio libre de móviles desde hace casi tres años, lo cual constituye una gran oportunidad para trabajar con este centro, ya que, reduce la exposición de los alumnos a plataformas de juego y apuestas. Al eliminar esta distracción, se favorece un entorno más centrado en el aprendizaje. Además, se facilita la participación de los estudiantes en las actividades del programa.

El tercer motivo y no menos importante, es la necesidad de realizar una educación preventiva sobre los riesgos del juego de azar en los jóvenes. Como señala Infocop (2019), enseñar a los adolescentes sobre estos riesgos es fundamental para prevenir la adicción al juego, ya que, ayuda a cambiar sus actitudes y comportamientos. De esta forma, se les informa sobre los peligros del juego, lo que les permite tomar decisiones más saludables.

A lo largo del análisis realizado, se ha podido identificar que el proyecto responde a una necesidad normativa, determinada por la enfermera de AP a partir de sus conocimientos, experiencia clínica y sistema de valores. Por tanto, la prevención de la ludopatía en adolescentes responde a una necesidad real presente en el barrio.

2. ANÁLISIS DEL PROYECTO (DAFO)

A continuación, se presenta un análisis DAFO del proyecto, con el objetivo de conocer mejor su posible impacto. Esta herramienta permite identificar las fortalezas y debilidades internas del

programa, así como las oportunidades y amenazas externas que pueden influir en su desarrollo. En primer lugar, se incluye la Figura 1, a modo de resumen visual del análisis, seguida de una explicación más detallada de cada uno de los factores.

Figura 1

Resumen Visual del Análisis DAFO del Proyecto



Debilidades (D)

1. Escasez de recursos materiales, humanos y económicos.

Teniendo en cuenta el contexto socioeconómico del barrio del Cabanyal descrito anteriormente, la falta de recursos puede suponer una dificultad para el desarrollo del programa.

2. Evaluación compleja del impacto del programa.

Medir la efectividad del programa puede resultar complicado, ya que, lo que se pretende conseguir con ello es modificar conductas o actitudes relacionados con el juego y hay que tener en cuenta que es un proceso progresivo y difícil de medir a corto plazo.

3. Dificultad para captar la participación de los jóvenes.

Aunque las sesiones se desarrollan dentro del instituto y son obligatorias, puede resultar complicado conseguir que los jóvenes se involucren en las actividades, sobre todo si no detectan la problemática de la ludopatía como cercana o relevante para ellos.

Amenazas (A)

1. Fácil acceso a plataformas de juego online.

Estas herramientas representan una gran amenaza para el proyecto, debido a que los jóvenes se encuentran expuestos constantemente al medio digital, lo que facilita el acceso a este tipo de juegos.

2. Falta de interés o desconocimiento sobre la ludopatía.

Muchos jóvenes y sus familias pueden no tener información suficiente o no considerar la ludopatía como un problema serio, lo que puede generar resistencia a participar o implicarse activamente en el programa.

3. Normalización del juego entre amigos/as.

En algunos grupos de amigos, el juego puede verse como algo normal. Esto puede hacer que el programa no sea tan efectivo, porque los jóvenes no lo ven como un problema.

4. Presencia de otros programas de EpS en el centro.

La existencia de otros programas en el centro puede resultar una amenaza, ya que, podría dispersar la atención de los alumnos al recibir una gran cantidad de información sobre diferentes temáticas. Además, el equipo de profesores podría tener menos disponibilidad e interés en apoyar otro programa más.

Fortalezas (F)

1. Adaptación del programa a las características del instituto.

El programa se adapta a las características y necesidades específicas del alumnado del Cabanyal, lo que facilita su implementación y comprensión.

2. Intervención en edades tempranas.

Se trabaja con jóvenes de entre 14 y 16 años, una franja clave para prevenir comportamientos problemáticos antes de que se desarrollen.

3. Promoción de hábitos de vida saludables.

Se fomenta un estilo de vida más sano, lo que puede mejorar el bienestar general de los alumnos.

Oportunidades (O)

1. Colaboración con la Fundación Amigó (Grupo de Convivencia Educativa Cabanyal).

Colaborar con esta fundación puede ser una gran oportunidad, ya que, trabaja directamente con menores de 14 a 18 años en situaciones de vulnerabilidad social en el Cabanyal. La Fundación Amigó ofrece apoyo educativo y psicológico, lo que encaja muy bien con los objetivos del programa, ya que, ambas iniciativas buscan mejorar el bienestar de los jóvenes. Además, contar con su experiencia en el barrio facilita la difusión del programa y la conexión con los jóvenes (Fundación Amigó, s.f.).

2. Uso de redes sociales.

Permite reforzar el mensaje y mantener el contacto con los jóvenes. También es una forma de llegar a aquellos que no pueden participar en las actividades presenciales.

3. Incorporar el programa en las clases del instituto.

Esto mejora la participación de los alumnos y asegura que acudan al proyecto, sin la necesidad de tener que ir a otro lugar. De este modo, es más fácil que los jóvenes se involucren y reciban el mensaje de manera continua dentro de su rutina escolar.

3. PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN

Para definir el enfoque de la intervención, se utilizará la estructura PICO (Población, Intervención, Comparación, Resultado). A continuación, se detallan cada uno de los elementos que componen dicha estructura:

-Población (P): La intervención se centrará en adolescentes de entre 14 y 16 años del Instituto de Educación Secundaria (IES) El Cabanyal.

-Intervención (I): Un programa de educación para la salud enfocado en la prevención de la ludopatía. Este programa incluirá sesiones prácticas con actividades dinámicas para los adolescentes.

-Comparación (C): Se hará una comparación entre los conocimientos previos y posteriores a la intervención, evaluando así el impacto del programa.

-Resultado (O): Los resultados que se esperan son un aumento en el conocimiento de los adolescentes sobre los riesgos de la ludopatía y el aprendizaje de estrategias de prevención por parte de los jóvenes.

A partir de los elementos descritos a través de la estructura PICO, la pregunta de investigación que orienta este estudio es la siguiente: ¿Cómo influye un programa educativo de prevención de la ludopatía en la mejora del conocimiento y la prevención de conductas adictivas en adolescentes de 14 a 16 años del Colegio del Cabanyal

4. OBJETIVOS

Con el fin de abordar el problema de la ludopatía, el presente trabajo propone una serie de objetivos que orientarán tanto la investigación como la implementación del programa. A continuación, se detallan los objetivos generales y específicos del presente estudio.

GENERAL

Aumentar el conocimiento sobre la ludopatía y sus riesgos en los adolescentes de 14 a 16 años del IES El Cabanyal, en un plazo de 3 meses, mediante actividades educativas y de sensibilización.

Para alcanzar este objetivo general, se plantean una serie de objetivos específicos:

ESPECÍFICOS

Identificar el conocimiento inicial que tienen los adolescentes de 14 a 16 años del IES El Cabanyal sobre la ludopatía y los riesgos asociados.

Diseñar y ejecutar un programa de sesiones educativas relacionado con la prevención de la ludopatía adaptado a las características del grupo seleccionado.

Evaluar los cambios en el nivel de conocimiento tras la implementación del programa, mediante la comparación de los datos recogidos antes y después de su ejecución.

5. DISEÑO Y METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN/PROGRAMA Y SESIONES

Para la elaboración del EpS, se ha realizado una búsqueda detallada de información, en diversas fuentes con el objetivo de obtener datos fiables y actuales.

Se han consultado bases de datos científicas como Pubmed y Elsevier, donde se han encontrado artículos relacionados con la salud mental, la ludopatía, adicciones y adolescentes.

Además, se han revisado informes, guías y noticias en páginas web de medios de comunicación, e instituciones públicas.

La información se ha seleccionado en base una serie de normas, descartando fuentes que no cumplieran requisitos tales como, la actualidad, fiabilidad y relevancia.

5.1. Población diana

El Proyecto de Educación para la Salud (EpS), está dirigido a los estudiantes de 3º y 4º de la ESO del IES El Cabanyal. Esta población, de entre 14 y 16 años, se encuentra en una etapa crucial de su desarrollo, en la que pueden estar más vulnerables a adoptar conductas de riesgo, como el juego patológico.

5.2. Captación

Se ha diseñado material visual y comunicativo para tratar de captar la atención de los más jóvenes y motivarlos a participar en el proyecto. A continuación, se detallan los recursos que se utilizarán:

- Perfil de la red social Instagram ([Anexo 1](#)).
- Embajadores silenciosos. Se seleccionarán aleatoriamente a 4 alumnos de los cursos a los que se les impartirá el programa. A estos estudiantes se les entregarán productos de merchandising unos días antes, con el nombre del movimiento del programa de educación para la salud. El merchandising consistirá en una sudadera, una camiseta, una funda de móvil y una pulsera. Cada alumno llevará un producto diferente. El diseño de estos artículos será llamativo, pero no explicativo, con el objetivo de generar intriga. Si otros compañeros preguntan por los objetos, los alumnos seleccionados no podrán revelar ningún detalle, manteniendo el misterio hasta el lanzamiento oficial del programa.
- Cartel publicitario ([Anexo 2](#)).

5.3. Desarrollo de la intervención

El programa constará de 6 sesiones a lo largo de tres meses (febrero, marzo y abril de 2026), con una frecuencia de dos sesiones por mes, que se realizarán durante las dos primeras semanas de cada mes. Las sesiones se adaptarán al horario de tutoría de cada clase, según el día asignado en el horario de cada grupo. Las fechas de las sesiones podrán ajustarse de acuerdo con el

calendario lectivo oficial para el curso 2025/2026, ya que, podrían modificarse debido a posibles cambios en los días lectivos. La programación se ha elaborado con base en una estimación aproximada del calendario del año anterior.

Cada sesión tendrá una duración aproximada de 60 minutos, a excepción de la sesión 3, que se desarrollará durante 2 horas y 30 minutos debido a su complejidad.

Las agrupaciones de los estudiantes variarán según las dinámicas de cada sesión. Se formarán grupos más pequeños o más grandes dependiendo de las actividades que se realicen. Esto ayudará fomentar una mayor participación e interacción de los participantes.

El equipo docente estará compuesto por un profesional de enfermería de atención primaria (AP), un educador social proporcionado por la empresa A90Grados, una persona rehabilitada de adicción al juego, y el personal docente del centro escolar, quienes se encargarán de la organización y el control de asistencia durante las sesiones.

El contenido del programa estará centrado en la prevención de la ludopatía, con el objetivo de sensibilizar a los jóvenes sobre los riesgos asociados al juego y proporcionarles herramientas y estrategias efectivas para prevenir la adicción. Las sesiones contarán con contenidos teóricos y prácticos que permitan a los estudiantes reflexionar y aprender a tomar decisiones más conscientes y saludables sobre esta problemática.

Se ha creado la Tabla 1 para facilitar la comprensión del diseño de las sesiones del programa:

Tabla 1

Planificación del Programa Educativo para la Prevención de la Ludopatía

Sesión	Mes	Semana (día)	Duración
1	Febrero	2 al 6	1 h
2	Febrero	9 al 13	1 h y 10 min
3	Marzo	2 y 3	2 h y 30 min
4	Marzo	9	1 h
5	Abril	13 al 17	1 h
6	Abril	20 al 24	1 h

5.4. Programación de contenidos

Tabla 2

Temario de Sesiones del Programa Educativo

Sesión	Título
1	Rompiendo el mito: entendiendo la ludopatía
2	Diversión y aprendizaje
3	Un viaje sin juego
4	Superando la adicción. Una historia real de recuperación
5	Luces, cámara y conciencia
6	Cierre del programa. Desenlace de Fatum y reflexión final

5.4.1. Sesión 1. “Rompiendo el mito: entendiendo la ludopatía”

- Número de sesiones: sesión única.
- Fecha y horario: semana del lunes 2 al viernes 6 de febrero. Esta sesión se adaptará al día y la hora en que cada clase tenga su tutoría. La fecha y hora mencionadas son orientativas y pueden estar sujetas a cambios.
- Duración: 60 minutos (1 hora).
- Agrupación: sesión grupal con toda la clase.
- Docente: enfermero/a de atención primaria.
- Contenido:
 - Explicación de la ludopatía y sus características principales.
 - Factores de riesgo y señales de alerta.
 - Consecuencia
 - Mitos comunes y realidades.
 - Recursos de ayuda y prevención.
- Objetivo: informar a los adolescentes sobre la ludopatía, desmentir mitos y ofrecer herramientas para la prevención y el manejo responsable del juego.
- Método utilizado: directo.
- Técnicas utilizadas: escucha, preguntas, exposición, debate, cuestionario y simulación

- Material necesario: aula, sillas, presentación PPT, cuestionario inicial de evaluación e infografía
- Desarrollo de la actividad:

a) Introducción (10:00h- 10:10h, 10 minutos)

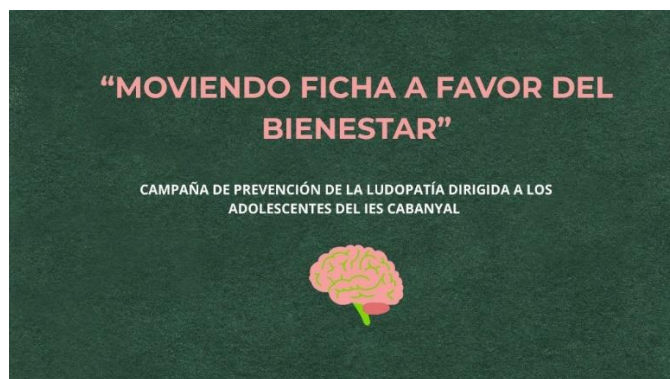
La sesión comenzará con una breve presentación del profesional de la salud que, en este caso, será el enfermero/a de AP. Posteriormente a esta, se repartirá un breve cuestionario anónimo inicial que los alumnos deberán rellenar a mano. Una vez completado este proceso, se procederá a realizar una breve introducción al tema de la actividad. Además, se explicará el objetivo de la sesión, destacando la importancia de prevenir el juego patológico en la adolescencia. A continuación, se lanzará una pregunta abierta, como: “¿Qué entendéis por ludopatía?” con el fin de fomentar la reflexión inicial. Se escucharán las respuestas de los estudiantes, y se anotarán las respuestas en la pizarra, las cuales, se utilizarán posteriormente para aclarar conceptos erróneos y proporcionar información adecuada.

b) Explicación de la ludopatía (10:10h- 10:25h, 15 minutos)

Una vez terminada la dinámica anterior, se dará paso a la explicación sobre qué es la ludopatía y sus características principales. Para facilitar la comprensión, se utilizará una presentación en PowerPoint como apoyo visual. Además, durante la presentación se irá comprobando que los adolescentes están entendiendo el contenido con preguntas que les hagan pensar más allá del simple acto de jugar y que, además, consideren las posibles consecuencias emocionales, sociales o económicas que puede traer, el no poder parar de jugar a pesar de las pérdidas. Un ejemplo de pregunta: "¿Qué creéis que le podría pasar a alguien que no puede dejar de apostar, aunque ya haya perdido mucho dinero?".

Figura 2

Portada de la *Presentación PPT*



En la presentación Power Point utilizada durante la sesión (figura 2), la portada destaca el lema “Moviendo ficha a favor del bienestar” en color rosa, sobre un fondo verde que simboliza la salud y el crecimiento. Además, incluye un símbolo de un cerebro, que representa el enfoque en el bienestar mental y la importancia del conocimiento para el cambio de hábitos. Se ha pensado dicho título, ya que, muestra de una manera clara y atractiva la idea clave del proyecto: motivar a los estudiantes a tomar decisiones que contribuyen a mejorar su salud y bienestar integral. La metáfora de “mover ficha” representa el avance paso a paso y la importancia de cada pequeña decisión en el camino hacia hábitos saludables.

c) Factores de riesgo y señales de alerta (10:25h-10:35h, 10 minutos)

En esta parte de la sesión, se continuará con la presentación en PowerPoint para mencionar los factores de riesgo de la ludopatía. Asimismo, se abordarán las señales de alerta que permitan identificar un posible problema de juego. Para facilitar su comprensión, se pondrán ejemplos, fomentando la reflexión con preguntas como: “¿Alguna vez alguien de aquí ha notado que algún familiar, amigo, compañero... pasa más tiempo jugando del que pensaban o se siente mal después de jugar?”.

d) Consecuencias (10:35h-10:45h, 10 minutos)

A continuación, se explicarán las consecuencias que puede traer el juego patológico a nivel personal, social y económico. Estas se representarán a modo de infografía ([Anexo 3](#)), que muestre de manera clara cómo las consecuencias, se distribuyen en diferentes áreas de la vida de una persona.

e) Mitos comunes y realidades (10:45h-10:55h, 10 minutos)

Para que los alumnos comprendan los aspectos erróneos que se suelen pensar sobre esta adicción y rompan todo tipo de prejuicios, se llevará a cabo una actividad interactiva. Los alumnos deberán colocarse en fila. A continuación, se leerá en voz alta 6 afirmaciones sobre la ludopatía, de las cuales algunas son mitos y otras son realidades, y cada adolescente deberá dar un paso hacia la izquierda o hacia la derecha, en función de si considera que la afirmación es un mito o una realidad. Una vez esto, se aclarará la respuesta verdadera y se explicará el por qué. A continuación, se detallan las afirmaciones mencionadas:

1. Sólo los hombres desarrollan ludopatía. MITO
2. Si no he ganado dinero, es porque no tengo suerte. MITO

3. La ludopatía es una adicción y las personas que lo padecen pierden el control sobre su impulso de seguir jugando. REALIDAD

4. Las personas con ludopatía siempre son conscientes de que tienen un problema. MITO

5. La ludopatía es un problema único de las personas mayores. MITO

6. La ludopatía puede presentarse de manera presencial, online o en un formato mixto, es decir, tanto en entornos físicos como virtuales. REALIDAD

f) Recursos de ayuda y prevención (10:55h-11:00h, 5 minutos)

Para finalizar la charla, se les informará de la existencia de servicios de apoyo psicológico, líneas telefónicas de asistencia, y grupos de ayuda. También se hablará de medidas preventivas y estrategias para evitar el acceso al juego excesivo.

5.4.2. Sesión 2. “Diversión y aprendizaje”

- Número de sesiones: sesión única.
- Fecha y horario: semana del lunes 9 al viernes 13 de febrero. Esta sesión se adaptará al día y la hora en que cada clase tenga su tutoría. La fecha y hora mencionadas son orientativas y pueden estar sujetas a cambios.
- Duración: 70 minutos (1 hora y 10 minutos).
- Agrupación: sesión grupal con toda la clase.
- Docentes: enfermero/a de atención primaria.
- Contenido:
 - Reflexionar sobre situaciones cotidianas relacionadas con el juego.
 - Crear una campaña de concienciación.
- Objetivo: reforzar los conocimientos aprendidos en la anterior sesión, fomentar la reflexión y toma de decisiones responsables y desarrollar una campaña de sensibilización creativa.
- Método utilizado: directo.
- Técnicas utilizadas: escucha, preguntas, estudio de ejemplos de situaciones de los/las participantes, demostración, simulación, debate y brainwriting.
- Material necesario: aula, sillas, cartulinas, rotuladores, bolígrafos, lápices de colores, subrayadores y folios para que puedan escribir sus ideas antes de plasmarlas en la cartulina.
- Desarrollo de la actividad:

a) Introducción (10:00h-10:05h, 5 minutos)

Se hará un breve recordatorio de los contenidos abordados en la sesión anterior, para luego explicar el contenido de la sesión. Se mencionará que se llevarán a cabo dos dinámicas, las cuales se irán explicando y desarrollando a medida que avance la sesión.

Dinámica 1: Crear debates mediante situaciones (10:05h-10:20h, 15 minutos)

Para esta actividad, se conformarán 5 grupos de aproximadamente 6 personas cada uno, considerando que el grupo total es de 30 participantes. Sin embargo, esta distribución podría variar dependiendo de la ratio de estudiantes en cada clase o curso cuando se ponga en marcha el proyecto, ajustándose a las necesidades específicas de cada grupo. Una vez divididos los estudiantes, se leerán en voz alta tres situaciones de la vida diaria y dos opciones posibles de respuesta para cada una. Los estudiantes deberán reflexionar sobre las opciones y discutir con su grupo cuál y por qué consideran que sería la mejor elección. Cada grupo dispondrá de 5 minutos para debatir sobre cada situación. Posteriormente, se invitará a cada grupo a compartir sus conclusiones con el resto de la clase. A continuación, se presentan las tres situaciones:

Situación 1: Si en el futuro ves que tu amigo/a empieza a apostar siendo mayor de edad, ¿qué harías?

Opciones de respuesta:

- No le diría nada.
- Hablaría con él/ella.

Situación 2: Un amigo te pide dinero para apostar y te comenta que mañana te lo devuelve, ¿qué harías?

Opciones de respuesta:

- Le dejaría el dinero.
- No se lo dejaría.

Situación 3: Tienes un amigo que crees que está jugando/apostando demasiado y podría tener un problema. ¿Qué harías?

Opciones de respuesta:

- Intentaríamos hablar con él/ella para comentarle que puede tener un problema y sugerirle que pida ayuda (a sus padres o profesionales).
- Preferiría no decir nada, ya que podría enfadarse o tomárselo mal, considerando que es un tema complicado.

Dinámica 2: ¡No te la juegues! Campaña contra la Ludopatía (10:20h- 11:00h, 40 minutos)

En esta dinámica la idea es que los alumnos, hagan una campaña de concienciación (en este caso para que la gente tenga cuidado cuando apuesta o incluso para que la gente no apueste o deje de apostar).

Para ello, mantendrán los mismos grupos de la sesión anterior. Cada grupo actuará como un equipo de sanitarios que quiere sensibilizar a la población sobre los peligros de la ludopatía y la importancia de no caer en la adicción al juego. Los grupos deberán seguir los siguientes pasos:

- A quién va dirigida la campaña. Para orientarles se les dirá que piensen en los grupos de personas más afectados por el juego de azar (jóvenes, adultos, personas con problemas económicos...).
- Definir qué es lo que van a hacer para llegar a la población. Se les facilitará ideas como hacer un pequeño teatro en la calle, crear un video para subirlo a las RRSS, un cartel informativo...).
- Diseñar un slogan para la campaña (deberán crear un cartel o utilizar una hoja en blanco).

Una vez que hayan desarrollado su idea, los grupos deberán presentar su propuesta al resto de los compañeros. Durante la presentación, deberán explicar:

- A quién va dirigida la campaña.
- Qué acción han decidido llevar a cabo (teatro, video, cartel...).
- Cómo planean que su campaña sea efectiva y llegue a un público amplio.

Los alumnos deberán combinar los elementos más originales de cada propuesta. De este modo, se podrá integrar, por ejemplo, un eslogan creativo de un grupo con una estrategia de captación más adecuada de otro, con el fin de obtener una propuesta más sólida y completa.

5.4.3. Sesión 3. “Un viaje sin juego”

- Número de sesiones: sesión única.
- Fecha y horario: lunes 2 de marzo y martes 3 de marzo.
- Duración: 150 minutos (2 horas y 30 minutos).
- Agrupación: sesión grupal con toda la clase.
- Docente: tutor académico y educador social de A90Grados (dinamizador del escape room).
- Contenido:

- Formato de juegos gamificados como método innovador para una actividad educativa puesto que da la posibilidad de combinar la prevención a través de juegos y fomenta el trabajo en equipo.
- Objetivo: concienciar y educar a los adolescentes sobre los riesgos asociados al juego y las apuestas online. Además de, identificar las señales de alarma en la adicción al juego y proveer herramientas para prevenir la ludopatía y fomentar hábitos saludables.
- Método utilizado: directo.
- Técnicas utilizadas: resolución de problemas en equipo y trabajo en equipo, ayuda para la toma de decisiones, cuestionario.
- Material necesario:

La empresa A90Grados proporcionará todo el material necesario para el desarrollo del escape room, incluyendo el mobiliario y los materiales interactivos adecuados. Además, facilitarán los enigmas y dinámicas del escape room, así como las instrucciones y reglas del juego. El educador social, encargado de dinamizar la actividad, estará presente para guiar y apoyar a los estudiantes durante la experiencia, resolviendo cualquier duda que surja.

Por otro lado, se incluirán elementos de ambientación, como decoraciones y efectos de sonido, que ayudarán a hacer la experiencia más envolvente para los participantes.

Para la realización de la actividad se contará con Las Naves (Figura 2), un centro de innovación social y urbana. Este espacio dispone de diversas salas, lo que permitirá desarrollar el escape room de manera cómoda y funcional. En este caso, se reservará la sala Factoría (Figura 3) que cuenta con una capacidad para 48 personas. Para ello, será necesario tramitar su reserva a través de una solicitud con un mínimo de 20 días de antelación respecto a la fecha prevista. Además de cumplimentar la documentación correspondiente conocida como “hoja de ruta “. (Ver de forma ampliada la información, los pasos a seguir y correo electrónico para el proceso de reserva en anexo 4). En relación con esta sala, se ha decidido alquilar la sala únicamente durante dos días, debido a cuestiones económicas. Mantenerla abierta durante los cinco días de la semana para que acuda una clase por día durante una hora, no resulta rentable para el proyecto.

Por último, para llevar a cabo dicha actividad, que implica la salida del centro escolar, es necesario contar con el consentimiento de los padres o tutores de los estudiantes. Se ha tomado como modelo para su elaboración el formato disponible en Campamentos.Info (2025) que ofrece plantillas adaptadas para actividades extraescolares y complementarias. Este consentimiento (Anexo 5), será repartido en la sesión anterior. Los estudiantes deberán llevarlo a casa para que lo firmen y lo traigan de vuelta en los próximos días antes de la excursión. Es importante contar con

esta autorización para garantizar que todos los estudiantes puedan participar de manera segura en la salida. Asimismo, será necesario gestionar la autorización formal para la realización de la salida siguiendo los protocolos establecidos por el centro escolar.

- Desarrollo de la actividad:

a) Punto de encuentro en el colegio (10:00h - 10:05h, 5 minutos)

La actividad comenzará a las 10:00h en la entrada principal del instituto. Los estudiantes serán recibidos por los tutores académicos, quienes serán responsables de realizar el conteo de los alumnos. Se les dará una breve bienvenida y se les explicará rápidamente el objetivo de la actividad.

b) Traslado al escape room (10:05h- 10:40h, 35 minutos)

El grupo se desplazará caminando desde el instituto hasta el centro, un trayecto que durará aproximadamente 35 minutos. Durante el camino, ambos tutores deberán asegurarse de que el traslado se realice de forma segura y organizada.

c) Explicación del Escape Room (10:45h - 10:55h, 10 minutos)

Una vez se encuentren en este espacio, los estudiantes accederán a una de las salas donde el escape room portátil de A90Grados estará instalado. El dinamizador, proporcionará una breve introducción sobre cómo se desarrollará la actividad, enfatizando que los retos estarán centrados en el tema de la ludopatía. Se explicarán las reglas básicas. Durante esta fase, los tutores académicos permanecerán en la sala, pero no podrán interactuar con los estudiantes para no interferir en el desarrollo de la actividad.

Figura 3

Centro de Innovación Social y Urbana



Nota. Tomado de Las Naves.

Figura 4

Sala “Factoría” Habilitada para la Dinámica de Escape Room



Nota. Tomado de Las Naves.

Figura 5

Formato Escape Room A90Grados



Nota. Tomado de A90Grados.

d) Desarrollo del Escape Room (10:55h - 11:45h, 50 minutos)

Durante 45 minutos, los estudiantes participarán en el escape room, resolviendo las dinámicas. Los acertijos estarán diseñados para que los estudiantes identifiquen señales de adicción y reflexionen sobre los riesgos del juego problemático. El dinamizador, estará presente para ofrecer orientación y servir de apoyo en el caso de duda, mientras los estudiantes resuelven los desafíos.

Figura 6

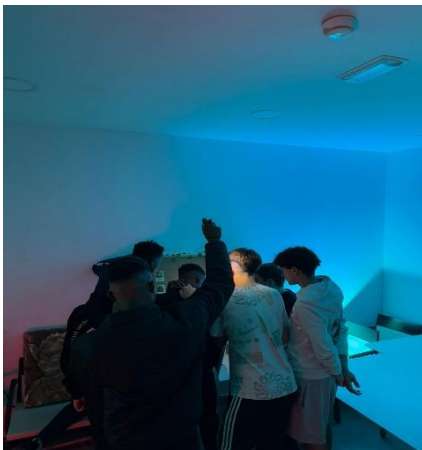
Participantes en el Interior del Escape Room



Nota. Tomado de A90Grados.

Figura 7

Adolescentes Participando en el Escape Room



Nota. Tomado de A90Grados.

e) Cierre de la actividad y regreso al centro escolar (11:45h- 12.20h, 35 minutos)

Al finalizar la actividad, se repartirán folletos informativos con recursos sobre la ludopatía (Anexo 6), para que los estudiantes puedan profundizar en el tema y conocer opciones de ayuda disponibles.

5.4.4. Sesión 4. “Superando la adicción. una historia real de recuperación”

- Número de sesiones: sesión única.
- Fecha y horario: lunes 9 de marzo.
- Duración: 60 minutos (1 hora).
- Agrupación: sesión grupal con los alumnos de 3º y 4º de la ESO.
- Docente: Unai Garma, uno de los fundadores de la empresa A90Grados y ludópata rehabilitado que comparte su experiencia para alertar sobre los peligros de las apuestas. Empezó a apostar a los 15 o 16 años, inicialmente por curiosidad y sin ser consciente de los riesgos. Con el tiempo, perdió el control y acumuló deudas, apostando incluso en deportes que no conocía. Su historia busca sensibilizar a otras personas sobre los efectos negativos de la ludopatía y promover la prevención (Roper, 2024).
- Contenido:
 - Testimonio personal sobre la experiencia de lucha contra la ludopatía.
- Objetivo: sensibilizar a los estudiantes sobre los riesgos de la ludopatía a través de un testimonio real. Promover la reflexión sobre el impacto de la adicción al juego en las personas y sus círculos cercanos. Y fomentar la empatía, la conciencia sobre la importancia de buscar ayuda y el apoyo familiar y profesional.
- Método utilizado: directo.
- Técnicas utilizadas: charla, escucha y preguntas, cuestionario.
- Material necesario: salón de actos del instituto IES El Cabanyal, sillas, pantalla y proyector (si fuera necesario para la presentación del ponente), micrófono, debido a que se trata de un espacio amplio con una asistencia elevada de personas y equipo de sonido en caso de que se necesiten altavoces adicionales.
- Desarrollo de la actividad:

a) Introducción (10:00h- 10:05h, 5 minutos)

La enfermera dará paso a la conferencia y presentará al invitado especial.

b) Testimonio del invitado (10:05h-10:45h, 40 minutos)

En esta parte de la sesión, el invitado compartirá su experiencia personal sobre cómo comenzó su adicción al juego, las consecuencias que vivió y qué hizo para lograr superar esa etapa de su vida.

c) Reflexión grupal y cierre (10:45h- 11:00h, 15 minutos)

Este es el momento en el que el invitado hace un resumen de los puntos más importantes que se han hablado durante la charla y anima a los estudiantes a compartir lo que han aprendido, con sus amigos y familiares. La idea es resaltar lo importante que es la prevención y el apoyo en casos de adicción. Además, los estudiantes pueden hacer preguntas al invitado y comentar sobre el testimonio.

5.4.5. Sesión 5. “Luces, cámara y conciencia”

- Número de sesiones: Doble sesión.
- Fecha y horario: La sesión debía llevarse a cabo durante la semana del 30 de marzo al 3 de abril. Sin embargo, dado que la Semana Santa de 2026 se celebrará en la Comunidad Valenciana entre el 29 de marzo y el 6 de abril, no será posible realizarla en ese periodo. Por lo tanto, siempre que sea posible, se reservará la semana del 13 al 17 de abril para la realización de la sesión.
- Duración: 60 minutos (1 hora). La película dura 91 minutos, pero dado que cada sesión es de 60 minutos, solo se podrá ver una primera parte en esta sesión, dejando el resto para la siguiente.
- Agrupación: sesión grupal con toda la clase.
- Docente: enfermero/a de atención primaria.
- Contenido:
 - Proyección y discusión de la película *Fatum* (2023), con el objetivo de reflexionar sobre los temas que trata la película, relacionados con la prevención de adicciones y el impacto en la salud mental.
- Objetivo: fomentar que los alumnos reflexionen sobre la adicción y la salud mental.
- Método utilizado: indirecto.
- Técnicas utilizadas: película.
- Material necesario: aula con proyector y pantalla y Película *Fatum* (2023).
- Desarrollo de la actividad:

a) Presentación (10:00h-10:05h, 5 minutos)

Se proporcionará un breve resumen de la película y los temas clave que trata, como la prevención de adicciones y el impacto en la salud mental. El docente enfatizará que la película será vista en dos sesiones debido a su duración.

Primera parte de la proyección (10:05h- 11:00h, 55 minutos)

Los estudiantes verán los primeros 60 minutos de la película. Se les puede recordar que vayan tomando notas o apuntes si lo desean, para facilitar la discusión posterior.

5.4.6. Sesión 6. "Cierre del programa: desenlace de Fatum y reflexión final"

- Número de sesiones: doble sesión.
- Fecha y horario: dado que la Semana Santa de 2026 se celebrará en la Comunidad Valenciana entre el 29 de marzo y el 6 de abril, no será posible realizarla en ese periodo. Por lo tanto, siempre que sea posible, se reservará la semana del 20 al 24 de abril para la realización de la sesión.
- Duración: 60 minutos (1 hora).
- Agrupación: sesión grupal con toda la clase.
- Docente: enfermero/a de atención primaria.
- Contenido:
 - Proyección y discusión de la película Fatum (2023), con el objetivo de reflexionar sobre los temas que trata la película, relacionados con la prevención de adicciones y el impacto en la salud mental.
- Objetivo: fomentar que los alumnos reflexionen sobre la adicción y la salud mental.
- Método utilizado: indirecto.
- Técnicas utilizadas: película y cuestionario.
- Material necesario: aula con proyector y pantalla, Película Fatum (2023) y set de regalo.
- Desarrollo de la actividad:

a) Resumen de la primera parte de la película (10:00h - 10:05h, 5 minutos)

La sesión comenzará con un breve recordatorio de los puntos clave que vimos al inicio de la película. Este repaso permitirá a los alumnos refrescar la memoria sobre los detalles y el contexto que se presentó en la primera parte. Durante estos 10 minutos, repasaremos los personajes y lo que hemos visto hasta ahora, para que todos estén listos para continuar con la película.

b) Proyección de la película (10:05h - 10:40h, 36 minutos)

Emisión de la película.

c) Entrega del cuestionario final (10:40h - 10:50h, 10 minutos)

La actividad concluirá con la entrega del cuestionario anónimo final post-intervención (Anexo 7) diseñado para evaluar el nivel de comprensión de los estudiantes sobre los temas abordados a lo largo del programa.

d) Cierre del programa (10:50h: 11:00h, 10 minutos)

Una vez completado el cuestionario, se procederá a la entrega de material promocional del proyecto a los estudiantes como agradecimiento por su participación y su interés durante el proyecto. Entre ellos se incluyen una libreta, un calendario y un bolígrafo, todos incorporando el eslogan de la campaña. Además, se incluirá una bolsa de tela para que los estudiantes puedan llevar todo el material entregado. Durante esta entrega, se les agradecerá su implicación y se les motivará a seguir reflexionando sobre la prevención de adicciones y el cuidado de la salud mental en su vida diaria.

6. CRONOGRAMA

Para la elaboración del cronograma de actividades se ha utilizado la aplicación Google Calendar, lo que ha facilitado la planificación visual de las distintas tareas y su distribución a lo largo del tiempo.

A continuación, se mostrarán las imágenes correspondientes a los tres meses en los que se llevarán a cabo las sesiones. Posteriormente, se presentará un ejemplo más específico de una de las sesiones. Debido a que los grupos y horarios del curso 2025/2026 aún están por definir, las sesiones presentadas son de carácter general.

Figura 8

Cronograma del Mes de Febrero de 2026



Figura 9

Ejemplo Detallado de una Sesión



Figura 10

Cronograma del Mes de Marzo de 2026



Figura 11

Cronograma del Mes de Abril de 2026



7. RECURSOS

El presente estudio toma como referencia el número de alumnos matriculados en el curso académico 2024/2025 con el objetivo de realizar una estimación aproximada de cara a la planificación del curso siguiente. Esta estimación permite prever con mayor precisión los recursos materiales y humanos necesarios para el desarrollo del programa. En función de los datos actuales, se ha considerado un total de 4 clases de 3º de la ESO (grupos A, B, C y D) y 4 clases de 4º de la ESO (grupos A, B, C y D), distribuidas de manera equitativa en cuanto al número de estudiantes por grupo. Además, se ha decidido integrar la clase de Diversificación Curricular con el grupo C, ya que ambos presentan un número de alumnos inferior respecto al resto de grupos de su etapa educativa. Esta agrupación permite optimizar la organización y asegurar que todos los estudiantes puedan participar adecuadamente en las actividades programadas.

7.1. Recursos materiales

Tabla 3

Recursos Materiales Necesarios para la Realización del Proyecto de Educación para la Salud

Material	Unidad por clase	Unidad total (8 clases)
Aula	1	8
Silla	30	240
Pizarra tradicional/ blanca	1	8
Rotulador de pizarra	1	1
Caja de tiza blanca	1	1
Proyector	1	1
Pantalla digital	1	1
Ordenador portátil	1	1
Infografía	1	8
Cuestionario de evaluación	30	240
Cartulina	5	40
Caja de rotuladores	1	1
Caja de lápices de colores	1	1
Caja de subrayadores	1	1
Papel Din A4, 80 gramos, 500 folios	1	1
Bolsa de tela	30	240
Regalos promocionales (libreta, bolígrafo y calendario)	30	240
Micrófono	1	1
Presentación PPT	1	1
Película Fatum (requiere suscripción Amazon Prime Video)	1	1
Sala Factoría (Las Naves)	1	1

Tabla 4*Recursos Materiales Proporcionados por la Empresa A90Grados*

Material	Cantidad
Transporte + dietas	1
Montaje y desmontaje	1
Folletos informativos	240
Decoración/ ambientación	5
Cajas Escape Room + materiales interactivos	5

Nota. Información proporcionada por A90Grados.

7.2. Recursos humanos

Tabla 5*Personal Necesario para la Ejecución del Proyecto de Educación para la Salud*

Personal	Unidad de personas
Enfermera de AP	1
Educador social de A90Grados	1
Unai Garma	1
Tutor académico	8

7.3. Recursos económicos

En este apartado se detallan tanto los materiales como los servicios y posibles gastos derivados del uso de espacios o plataformas audiovisuales. Cabe destacar que algunos de estos recursos han sido aportados por las empresas colaboradoras, como A90Grados o Las Naves, lo cual reduciría significativamente el coste final del proyecto.

Mencionar, además que la sala será alquilada durante dos días, ya que, reservarla durante toda la semana incrementaría notablemente el presupuesto de la actividad. Esta se desarrollará en dos jornadas: el lunes 3 de marzo asistirán los alumnos de 3º de ESO y el martes 4 de marzo, los de 4º de ESO. Además, se reducen los costes asociados a A90Grados.

Asimismo, algunos recursos como las aulas, sillas, pizarras, el proyector, la pantalla digital, el equipo informático y el micrófono son proporcionados gratuitamente, al formar parte del material disponible en el instituto donde se desarrolla el proyecto.

Dado que la suscripción a Amazon Prime Video no permite su uso con fines educativos, se necesitará obtener los derechos de exhibición pública que se gestionaran a través de EGEDA para cumplir con la normativa vigente (CEDRO, s.f.).

7.3.1. Financiación del proyecto

Para poder llevar a cabo el presente proyecto, los costes económicos de los recursos a utilizar (material, recursos humanos, instalaciones...) se sufragarán a través de la presentación de solicitudes para la obtención de subvenciones o ayudas públicas, dirigidas a promover estrategias de prevención de la ludopatía.

Estas subvenciones se solicitarán según las convocatorias que estén abiertas en ese momento, ofrecidas por organismos como la Generalitat Valenciana, el Ayuntamiento de Valencia, la Diputación de Valencia, Ministerio de Sanidad y los fondos de la Unión Europea.

Tabla 6

Costes Aproximados de la Realización del Proyecto de Educación para la Salud

Material/ Servicio	Coste por unidad	Coste total
Sala factoría	100	200
Suscripción Amazon Prime Video	4,99	4,99
Escape Room	220	1760
Bolsa de tela personalizada	7,30	247,3
Libreta reciclada con bolígrafo personalizado	1,06	344,70
Calendario 2026/2027	0,446	111,46
Rotulador de pizarra	1,57	1,57
Caja de tiza blanca	1,04	1,04
Cartulina	0,37	14,80
Caja de rotuladores	2,76	2,76
Caja de lápices de colores	4,58	4,58

Caja de subrayadores	5,40	5,40
Papel Din A4, 80 gramos, 500 folios	3,66	3,66
Infografía	2,3804	23,80
Formación Unai Garma	440	440
TOTAL		3166,06

8. EVALUACIÓN

Aunque el proyecto aún no se ha llevado a cabo, es fundamental diseñar una evaluación que permita comprobar su eficacia una vez se ponga en marcha. Gracias a ello, se podrá asegurar que se disponen de los recursos necesarios, que las sesiones se desarrollan según lo planificado y que se cumplen los objetivos propuestos. A continuación, se detallan tres categorías de indicadores de evaluación:

Tabla 7

Indicadores de Estructura

Indicador	Herramienta	Sesión
Aula y material	Cuestionario de satisfacción	Al final de la sesión 6
Formación del equipo docente	Cuestionario de satisfacción	Al final de la sesión 6
Funcionamiento de la tecnología	Cuestionario de satisfacción	Al final de la sesión 6

Tabla 8

Indicadores de Proceso

Indicador	Herramienta	Sesión
Asistencia	Lista de contejo (Sí/No)	Inicio de cada sesión
Puntualidad	Lista de contejo (Sí/No)	Inicio de cada sesión
Participación	Lista de contejo (Sí/ No)	Durante cada sesión
Calidad de las sesiones	Cuestionario de satisfacción	Al final de la sesión 6
Calidad del Escape Room	Encuesta de satisfacción	Al final de la sesión 3

Calidad de la charla de Unai
Garma

Encuesta de satisfacción

Al final de la sesión 4

Tabla 9

Indicadores de Resultado

Indicador	Herramienta	Sesión
Cambio de conocimiento	Cuestionario pre-post	Sesión 1 y 6
Cambio de actitudes	Cuestionario pre-post	Sesión 1 y 6
Cambio en comportamientos	Cuestionario pre-post	Sesión 1 y 6
Mayor prevención y autocontrol	Cuestionario pre-post	Sesión 1 y 6
Recomendación del programa	Cuestionario de satisfacción	Al final de la sesión 6

Con el fin de valorar los conocimientos adquiridos durante el desarrollo del proyecto, se ha elaborado un mismo cuestionario que será administrado a todos los alumnos antes de iniciar el programa y al finalizarlo. Este instrumento incluye preguntas directamente relacionadas con los contenidos trabajados en las sesiones. Para su diseño, se ha tomado como referencia el cuestionario "South Oaks Gambling Screen" (Lesieur y Blume, 1987), que propone una serie de preguntas vinculadas con la ludopatía ([Anexo 7](#)). Se trata de un cuestionario para detectar posibles casos de juego patológico o ludopatía en personas que no presentan antecedentes clínicos.

Con el objetivo de evaluar la calidad de las sesiones del programa desarrolladas a lo largo de los tres meses, se ha diseñado un cuestionario de satisfacción con preguntas tipo Likert, mediante la herramienta Google Forms, que será completado por el alumnado al finalizar la última sesión ([Anexo 8](#)). Además, este cuestionario incluye un apartado específico para valorar distintos indicadores de estructura, como la adecuación del aula y el material, la preparación del equipo docente y el funcionamiento de los recursos tecnológicos.

Por otro lado, el proyecto incluye otras dos encuestas de satisfacción, en este caso proporcionadas por la empresa A90Grados, con el objetivo de evaluar la calidad tanto de la actividad 3 (escape room), como de la actividad 4 (conferencia impartida por Unai Garma) ([Anexo 9](#)) ([Anexo 10](#)).

Además, se entregará al tutor/a responsable del grupo de alumnos una lista de contejo por sesión (Anexo 11), que deberán rellenar con "sí" o "no" para valorar la asistencia y participación de los estudiantes, así como la puntualidad de los mismos.

9. BIBLIOGRAFÍA

- A90GRADOS. (s.f.). *Lideramos el cambio hacia el bienestar digital juvenil*. <https://a90grados.com/>
- American Psychiatric Association. (2013). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales* (5.^a ed.). <https://www.federaciocatalanatdah.org/wp-content/uploads/2018/12/dsm5-manualdiagnosticoyestadisticodelostrastornosmentales-161006005112.pdf>
- Andrade, B., Guadix, I., Rial, A., & Suárez, F. (2021). *Impacto de la tecnología en la adolescencia: Relaciones, riesgos y oportunidades*. UNICEF España. https://www.unicef.es/sites/unicef.es/files/comunicacion/Informe_estatal_impacto-tecnologia-adolescencia.pdf
- Bechara, U., Damasio, H., & Damasio, A.R. (2000). *Emoción, toma de decisiones y la corteza orbitofrontal*. *Cerebral Cortex*, 10(3), 295-307. <https://doi.org/10.1093/cercor/10.3.295>. Disponible en PubMed: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/10731224/>
- Botana Núñez, F. (22 de noviembre 2024). *El riesgo de la normalización del juego y apuestas online*. Impasse Adicciones. <https://impasseadicciones.com/2024/11/22/riesgo-de-juego-y-apuestas-online/>
- Buil, P., Solé Moratilla, M. J., & García Ruiz, P. (2015). *La regulación publicitaria de los juegos de azar online en España: Una reflexión sobre la protección del menor*. *Adicciones*, 27(3), 198–204. <https://doi.org/10.20882/adicciones.706>
- Campamentos.info. (24 de febrero de 2025). *Modelos de autorización para actividades extraescolares y complementarias*. <https://www.campamentos.info/Noticias/actividades-extraescolares/Modelos-de-autorizacion>

CEDRO. (s.f.). *¿Necesitamos permiso para proyectar películas en el cineclub del colegio?* Aula del Derecho de Autor. <https://auladerechodeautor.org/faq/necesitamos-permiso-para-proyectar-peliculas-en-el-cineclub-del-colegio/>

Clark, L. (27 de enero de 2010). *Toma de decisiones durante el juego: una integración de enfoques cognitivos y psicobiológicos*. *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences*, 365(1538), 319–330. <https://doi.org/10.1098/rstb.2009.0147>. Disponible en PubMed: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20026469>

Domínguez Álvarez, A. M., Pérez Pérez, M. de la P., Sicilia Salcedo, E., Villahoz González, J., & Fernández Alepuz, R. (s.f.). *Guía clínica: actuar ante el juego patológico*. Consejería para la Igualdad y Bienestar Social, Junta de Andalucía. Recuperado de https://www.academia.edu/37119164/GUIA_CLINICA_JUEGO_PATOLOGICO

Fernández-Montalvo, J., & Castillo, A. (2004). *Repercusiones familiares del juego patológico: Una revisión crítica*. *Salud y Drogas*, 4(2), 149–166. <https://www.redalyc.org/pdf/839/83940208.pdf>

Fundación Amigó. (s.f.). *Grupo de Convivencia Educativa Cabanyal*. <https://fundacionamigo.org/cabanyal/>

Gallardo, A. (3 de julio de 2024). *Ludopatía en adolescentes: por qué puede ser la puerta de entrada para la ansiedad y la depresión*. Infobae. <https://www.infobae.com/salud/2024/07/03/ludopatia-en-adolescentes-por-que-puede-ser-la-puerta-de-entrada-para-la-ansiedad-y-la-depresion/>

Gobierno Vasco. (s.f.). *Adicciones comportamentales (sin sustancia)*. Departamento de Salud. <https://www.euskadi.eus/informacion/adicciones-comportamentales-sin-sustancia/web01-a3adicom/es/>

Grant, J.E., Potenz, M.N., Weinstein, A., & Gorelick, D. A. (18 de julio de 2008). *La neurobiología del juego patológico y la adicción a las drogas: Una visión general y nuevos hallazgos*. *Philosophical*

Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences, 363(1507), 3181-3189. <https://doi.org/10.1098/rstb.2008.0100>. Disponible en

PubMed: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2607329/>

GuadalSalus. (19 de septiembre de 2022). *¿Qué tipos de ludópatas hay?* <https://www.guadalsalus.com/blog/que-tipos-de-ludopatas-hay>

Hernández, J. (2 de febrero de 2025). *Uno de cada cinco menores juega ilegalmente en casas de apuestas en la Comunidad Valenciana*. Información. <https://www.informacion.es/alicante/2025/02/02/menores-juegan-ilegalmente-casas-apuestas-alicante-113888169.html>

Infobae. (12 de septiembre de 2024). *¿Qué es la ludopatía, cuáles son sus síntomas y cómo se trata?* <https://www.infobae.com/noticias/2024/09/12/que-es-la-ludopatia-cuales-son-sus-sintomas-y-como-se-trata/>

Infocop. (8 de octubre de 2019). *La importancia de prevenir el riesgo de adicción al juego en los menores*. Infocop. <https://www.infocop.es/la-importancia-de-prevenir-el-riesgo-de-adiccion-al-juego-en-los-menores/>

Instituto de Educación Secundaria El Cabanyal. (s.f.). *Enseñanzas*. <https://portal.edu.gva.es/ieselcabanyal/es/ensenanzas/>

Instituto Valenciano de Ludopatía y Adicciones No Tóxicas. (s.f.). *Tratamiento de la ludopatía en Valencia*. <https://adiccionesvalencia.es/tratamiento-ludopatia-valencia/>

La Sexta. (28 de septiembre de 2017). *Preocupan los últimos datos sobre la ludopatía: el 36% de los adictos al juego se enganchan siendo menores*. <https://www.lasexta.com/noticias/sociedad/preocupan-los->

[ultimos-datos-sobre-la-ludopatia-el-36-de-los-adictos-al-juego-se-enganchan-siendo-menores_2017092859cd092b0cf2bf21ab94cb9a.html](https://www.eldiario.es/comunitat-valenciana/ultimos-datos-sobre-la-ludopatia-el-36-de-los-adictos-al-juego-se-enganchan-siendo-menores_2017092859cd092b0cf2bf21ab94cb9a.html)

Las Naves. (2024). *Uso de espacios*. https://www.lasnaves.com/wp-content/uploads/2024/05/Uso-de-Espacios-y-Tarifas_compressed.pdf

Marco, L. (16 de marzo de 2023). *Una sentencia avala la clausura de un salón de juegos cercano a colegios para “reducir la exposición de menores”*. El Diario. https://www.eldiario.es/comunitat-valenciana/sentencia-avala-clausura-salon-juegos-cercano-colegios-reducir-exposicion-menores_1_10036873.html

Mas Ferriol. (s.f.). *Ludopatía: Tipos de jugadores y adicción al juego*. <https://www.masferriol.com/blog/ludopatia-tipos/>

Mayo Clinic. (11 de agosto de 2022). *Ludopatía: síntomas y causas*. <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/compulsive-gambling/symptoms-causes/syc-20355178>

Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social. (s.f.). *¿Qué es la ludopatía y qué consecuencias tiene?* Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas. https://pnsd.sanidad.gob.es/noticiasEventos/actualidad/2019_Actualidadpublica/pdf/2019_CEAPA_Ludopatia.pdf

Montalbán, C. (14 de marzo de 2020). *Voces contra la exclusión y la guetificación en los barrios marítimos de Valencia*. El Diario. https://www.eldiario.es/comunitat-valenciana/voces-exclusion-guetificacion-maritimos-valencia_1_1027919.html

Organización de las Naciones Unidas. (25 de septiembre de 2015). *Objetivos de desarrollo sostenible*. <https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/objetivos-de-desarrollo-sostenible/>

Organización Mundial de la Salud (OMS). (s.f.). *Salud del adolescente*. https://www.who.int/es/health-topics/adolescent-health-tab=tab_1

Participa Barrios. (s.f.). *Barrios y municipios*. <https://participabarrios.es/project/el-cabanyal-valencia/>

Pardo, S. (19 de noviembre de 2024). *Doce síntomas de la ludopatía, una adicción que crece entre los adolescentes*. Infobae. <https://www.infobae.com/salud/2024/11/19/doce-sintomas-que-alertan-sobre-la-ludopatia-una-adiccion-que-crece-entre-los-adolescentes/>

Perfil. (14 de noviembre de 2024). *Ludopatía en jóvenes: el 40% de los estudiantes universitarios apuesta en línea y el 22% tiene riesgo de adicción*. <https://www.perfil.com/noticias/cordoba/ludopatia-en-jovenes-el-40-de-los-estudiantes-universitarios-apuesta-en-linea-y-el-22-tiene-riesgo-de-adiccion.phtml>

Real, L. M. (9 de marzo de 2020). *Las casas de apuestas invaden los barrios obreros y aquí el porqué*. Luis Miguel Real Blog. <https://luismiguelreal.blog/2020/03/09/las-casas-de-apuestas-invaden-los-barrios-obreros-y-aqui-el-porque/>

Romar, R. (28 de enero de 2025). *Cerca de 100.000 menores están en riesgo de convertirse en adictos al juego*. La Voz de Galicia. <https://www.lavozdeg Galicia.es/noticia/sociedad/2025/01/27/cerca-100000-menores-riesgo-convertirse-adictos-juego/00031738006025149411589.htm>

Roncero Rodríguez, M., Hodann-Caudevilla, R. M., Alberdi Páramo, Í., & Molina-Ruiz, R. M. (2023). *Adicciones sin sustancia o adicciones comportamentales*. *Medicine*, 13(85), 4998–5009. <https://doi.org/10.1016/j.med.2023.08.011>

Ropero, A. (16 de abril de 2024). *Unai Garma: ludópata rehabilitado: “Jugaba con ese miedo de que si no ganaba seguía cavando mi propia tumba.”* La Sexta. <https://www.lasexta.com/programas/el->

[intermedio/unai-garma-ludopata-rehabilitado-jugaba-ese-miedo-que-ganaba-seguia-cavando-propia-tumba_20240416661ee4d98e6602000168026c.html](https://www.uev.es/intermedio/unai-garma-ludopata-rehabilitado-jugaba-ese-miedo-que-ganaba-seguia-cavando-propia-tumba_20240416661ee4d98e6602000168026c.html)

Superintendencia de Bancos de la República Dominicana. (s.f.). *Guía: Ludopatía y el manejo del dinero*. <https://prouuario.gob.do/media/ykuaypff/gui-a-ludopati-a-y-el-manejo-del-dinero.pdf>

Torices, A. (27 de enero de 2025). *Adolescentes, tres veces más propensos al juego problemático que el resto de los españoles*. El Correo. <https://www.elcorreo.com/sociedad/salud/adolescentes-triple-tasa-juego-problematico-resto-espanoles-20250127151625-ntrc.html>

Volkow, N.D., Fowler, J.S., & Wang, G. J. (2003). *El cerebro humano adicto: Aportes de estudios de neuroimagen*. The Journal of Clinical Investigation, 111(10), 1444-1451. <https://doi.org/10.1172/jci18533>. Disponible en PubMed: <https://www.jci.org/articles/view/18533>

10. ANEXOS

ANEXO 1

Figura 12

Perfil de Instagram



ANEXO 2

Figura 13

Cartel Publicitario

**NO ES
SUERTE, ES
SALUD
MENTAL**

**MOVIENDO FICHA A FAVOR
DEL BIENESTAR**

Un proyecto para educar,
reflexionar y debatir sobre los
riesgos del juego patológico.


#vidasinapuestas

 Dirigido a: Alumnado de 3º y 4º ESO

 Lugar: IES El Cabanyal


IES EL CABANYAL

ANEXO 3

Figura 14

Infografía de las Consecuencias de la Ludopatía



ANEXO 4

Figura 15

Información General y Proceso de Solicitud para el Uso de la Sala Factoría

Uso de Espacios | LAS NAVES

Valencia Innovation Capital

SALA FACTORÍA

Ubicada en la NAVE 1, planta primera.
Superficie de 63,18 m². Capacidad para 48 personas.

TARIFAS

JORNADA MÍNIMA	2h 70 €
HORA EXTRA	25 €/h
MÁS DE 1 DÍA SEGUIDO*	100 €/día

* No se incluye personal técnico para la misma actividad.

- Estas tarifas incluyen los gastos de rider técnico de la sala. Con la asistencia de una persona técnica de audiovisuales.
- Estas tarifas no incluyen los gastos de limpieza y seguridad o conservación (si fuese necesaria). Asimismo, la tarifa resultante se incrementará con las tarifas aplicadas por la empresa externa de asistencia técnica (si fuera necesario un extra de personal o por motivos ajenos a nuestra voluntad no se pudiera ofrecer el servicio por el personal técnico de Las Naves).

MODALIDADES DE MONTAJE

- 48 sillas en modo conferencia
- 1 mesa grande (300 x 280) capacidad para 20 personas
- Modo aula (14 mesas 140 x 60) capacidad para 28 personas
- Modo U (14 mesas 140 x 60) capacidad para 28 personas

RIDER TÉCNICO

- Videoproector Canon LV – WX300USTI 3000 lúmenes + Pizarra interactiva
- 2 Altavoces work
- Ordenador portátil Lenovo
- Pasador diapositivas
- Conexiones: HDMI y VGA
- Atril

Uso de Espacios | LAS NAVES

Valencia Innovation Capital

2. DE LAS EXCEPCIONES

- Se aplicará un coeficiente reductor del 100% a servicios municipales y a los entes dependientes del Ayuntamiento de Valencia.
- Se aplicará un coeficiente reductor máximo del 100% para las actividades donde Las Naves actúe como "organizadora", "promotora", "participante" o "colaboradora", siendo únicamente imputable al arrendatario el pago de los costes asociados a limpieza, seguridad y persona técnica definido en cada caso en base a las necesidades de los eventos o actividades propuestas.
- Se aplicará un coeficiente reductor máximo del 60% cuando el destino de uso o aprovechamiento de cualquier sala esté vinculada con un contenido de innovación, tecnología o emprendimiento tecnológico innovador y se ajuste a los fines fundacionales de Las Naves.
- La aplicación de las excepciones se notificará por escrito por parte de la Dirección de Las Naves a los interesados.

3. VALIDEZ DE LAS EXCEPCIONES

Será la Dirección de Las Naves, a través de comunicado escrito a las personas/entidades solicitantes la que, en cada caso, autorice la aplicación de dichos coeficientes reductores previa petición de las personas/entidades interesadas.

4. DE LA FORMA DE LAS SOLICITUDES

Las solicitudes deberán ser presentadas con un plazo mínimo de 20 días de antelación al uso previsto, además será necesaria la cumplimentación de la documentación requerida por Las Naves, denominada "hoja de ruta".

5. DE LAS ALTERACIONES EN LAS SOLICITUDES Y/O CANCELACIONES

Los cambios/alteraciones deberán ser informados con un plazo mínimo de 7 días; mediante notificación escrita a la dirección:

carlos.nunez@lasnaves.com

Si las alteraciones implican cualquier tipo de gasto no previsto para Las Naves éste será asumido por la persona/entidad solicitante.

6. DE LA CONTRATACIÓN DEL CATERING

Clausula no vigente*

Las Naves dispone actualmente de servicio de catería y catering. Si la entidad organizadora quisiera realizar el servicio de catering con una empresa no vinculada con Las Naves deberá solicitar autorización previa y la Dirección de Las Naves podrá o no autorizar en base a los acuerdos de patrocinio o mecenazgo que Las Naves o la empresa gestora de la catería y servicio de catering puedan tener en vigor.

RESERVA DE SALES

hola@vlicinnovation.com

ANEXO 5

Figura 16

Modelo de Autorización

AUTORIZACIÓN PARA PARTICIPAR EN ACTIVIDADES FUERA DEL CENTRO DE CORTA DURACIÓN

Don/Doña _____, D.N.I. _____ padre,
madre, tutor o tutora del alumno/a _____ del
grupo _____

AUTORIZO a mi hijo/a, bajo mi responsabilidad, a participar en la actividad fuera del centro:
_____, que se realizará el día
_____ del presente curso escolar.

Esta autorización supone de manera expresa, la aceptación por mi parte de las normas que regulan este tipo de actividades (VER EL DORSO DEL PRESENTE DOCUMENTO), tanto de las medidas sancionadoras, como de la reparación de los daños ocasionados por mi hijo/a, así como exigir a mi hijo/a a que se comprometa a cumplirlas.

_____ a _____ de _____ de 20__

Nota. Tomado de Campamentos.info (2025).

ANEXO 6

Figura 17

Trípticos Informativos



Nota. Tomado de A90Grados.

ANEXO 7

Cuestionario de evaluación: conocimientos sobre la ludopatía

ANEXO 8

Cuestionario de satisfacción para valorar la calidad de las sesiones

ANEXO 9

Encuesta de satisfacción para valorar la calidad del escape room

Nota. Tomado de A90Grados.

ANEXO 10

Encuesta de satisfacción para valorar la calidad de la conferencia impartida por Unai Garma

Nota. Tomado de A90Grados.

ANEXO 11

Figura 18

Hoja de Registro de Seguimiento

REGISTRO DE SEGUIMIENTO POR SESIÓN



RESPONSABLE DE LA SESIÓN: _____ FECHA: _____

FIRMA: _____

X	NOMBRE DEL ALUMNO	ASISTENCIA	PUNTUALIDAD	PARTICIPACIÓN
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				
22				
23				
24				
25				
26				
27				
28				
29				
30				
31				