

**Adicción al tarot: ¿mito o realidad?  
Consecuencias y factores de riesgo**  
**Tarot addiction: myth or reality?  
Consequences and risk factors**

María del Consuelo Tomás Benlloch

Instituto Valenciano de Ludopatía y Adicciones no Tóxicas

Recibido: 10/11/2016 · Aceptado: 05/12/2017

### **Resumen**

La adicción al tarot o cualquier forma de adivinación o videncia, es un tema olvidado en el campo de las adicciones, más en concreto, de las adicciones no tóxicas o conductuales. Prueba de ello es la escasez de bibliografía al respecto. Sin embargo, desde nuestra práctica clínica, la realidad es que la adicción al tarot es un problema que atrapa a muchas personas con consecuencias devastadoras en todas las áreas de vida. Al igual que ocurre con el juego patológico, la adicción al tarot reúne todos los criterios para poder ser considerada un trastorno adictivo. Este artículo se centra en los efectos negativos generados por esta adicción y factores de riesgo asociados, así como con la comorbilidad con otros trastornos como la depresión, ansiedad, trastorno límite de la personalidad y trastorno dependiente de la personalidad, que nos permitirán desarrollar programas de tratamiento más eficaces adaptados a las necesidades particulares de cada persona.

### **Palabras Clave**

Adicción al tarot; adicciones no tóxicas; adicciones conductuales; adicciones sin sustancia; patología dual.

— Correspondencia a: \_\_\_\_\_  
M. del Consuelo Tomás  
e-mail: info@adiccionesvalencia.es



### ***Abstract***

Tarot addiction or any form of divination or clairvoyance is a forgotten issue in the field of addictions, more specifically, non-toxic or behavioral addictions. The scarcity of bibliography in this regard vouches for this. From our clinical practice, however, the reality is that tarot addiction is a problem trapping many people with devastating consequences in all areas of life. As with pathological gambling, tarot addiction meets all the criteria to be considered an addictive disorder. This article focuses on the negative effects generated by this addiction and associated risk factors, as well as comorbidity with other disorders such as depression, anxiety, borderline personality disorder and personality-dependent disorder, which will allow us to develop more effective treatment programs adapted to the particular needs of each person.

### ***Key Words***

Tarot addiction; non-toxic addictions; behavioral addictions; non- substance addictions; dual diagnosis.

## **INTRODUCCIÓN**

En todas las épocas, las personas han sentido una fascinación especial por el misterio, por lo esotérico, buscando explicaciones para poder entender lo desconocido o sentirse seguros. Asimismo, en las diferentes sociedades: sanadores, santeros, chamanes... han sido los encargados de realizar ciertos rituales con la finalidad de ejercer el control social sobre los miembros de la comunidad. Actualmente, pese a lo que podamos pensar, aunque vivimos en un mundo tecnológico, son muchas las personas que recurren a la consulta de tarotistas o videntes. En estos casos, buscan que alguien les adivine el futuro, les indique qué decisiones deben tomar en diferentes ámbitos de su vida, les ponga en contacto con seres queridos que han fallecido... o, a través de rituales o conjuros conseguir curarse de una enfermedad, que

su pareja no les abandone o vuelva después de la ruptura... Estos ejemplos son solo algunas de las demandas que intentan satisfacer personas en casas particulares, canales de televisión, líneas telefónicas o centros de pseudoterapias que se aprovechan de la desesperación o fe de los clientes que les consultan utilizando “falsas” terapias y consejos que, evidentemente, representan un coste económico importante y no se sustentan por ningún tipo de validez científica.

El problema en sí no se centra únicamente en el coste económico. La consulta de este tipo de asesoramiento - por llamarlo de alguna manera - a través de videntes y tarotistas, puede convertirse en un problema adictivo con efectos devastadores en las diferentes áreas de vida de las personas que recurren a este tipo de prácticas. En este sentido, no se trata únicamente de cuestionar la falta de ética y falta de regulación de



estas pseudociencias y “charlatanes”, sino que, como profesionales de la psicología sería conveniente que nos planteemos qué tipo de rasgos de personalidad u otros factores conducen a las personas a depositar aspectos muy importantes de su vida en manos de videntes o tarotistas.

Llama la atención la escasez de estudios en relación a la adicción al tarot, a diferencia de lo que ocurre con el estudio de otras adicciones no tóxicas o comportamentales como el juego patológico (Echeburúa, Salaberría y Cruz-Sáez, 2014; Uchuypoma, 2017; García-Caballero, Torrens-Lluch, Ramírez-Gendrau, Garrido, Aragay, 2018), adicción a los videojuegos (King y Delfabro, 2014; Torres-Rodríguez y Carbonell, 2015), adicción a las Nuevas Tecnologías (Arias, Gallego, Rodríguez y del Pozo, 2012; Marín, Vega y Sampedro, 2018) adicción al sexo (Echeburúa, 2012; Velasco y Gil, 2017), adicción a las compras (Harnish, Bridges y Karelitz, 2017), etc,

Con este artículo se pretende poner de manifiesto la necesidad de abordar la problemática de las personas “enganchadas” al tarot o videncia, como un trastorno adictivo y los factores o consecuencias implicados. Es importante, hacer patente el grave riesgo que supone consultar a tarotistas y videntes tanto a los profesionales que nos dedicamos a la salud, como también a las administraciones, familias, docentes... y población en general.

## **LA ADICCIÓN AL TAROT: ¿MITO O REALIDAD?**

Pese a que el reconocimiento de las adicciones no tóxicas o sin sustancia se limita únicamente al juego patológico en el Manual

Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (5ª Edición. American Psychiatric Association, 2013), la adicción al tarot es más que una realidad.

En sentido general, cuando nos centramos en el terreno de las adicciones, tóxicas o químicas, es más fácil entender una dependencia si se trata de una adicción tóxica o con sustancia. Como su propio nombre indica, en las adicciones tóxicas, se introducen una o varias sustancias (alcohol, tabaco, cocaína, cannabis, ansiolíticos...), por la vía que fuere en el interior del organismo y se caracterizan según el DSM-5 (APA, 2013), por una asociación de síntomas en las esfera cognitiva, comportamental y fisiológica consecuencia del consumo de sustancias a pesar de los graves problemas relacionados con dicho consumo.

Sin embargo, es bastante más complicado llegar a comprender - sobre todo para la población en general - cómo es posible que si no introducimos un compuesto o sustancia en nuestro organismo podamos desarrollar un problema adictivo. Es de todos conocido que en las drogodependencias el fenómeno de tolerancia y síndrome de abstinencia, la incapacidad para poder reducir o dejar ese consumo, junto con el deterioro y problemas en diferentes áreas de vida, son elementos que caracterizan las adicciones. Todos estos criterios, se cumplen de igual forma cuando los trasladamos al ámbito de las adicciones no tóxicas o comportamentales. Si bien es cierto que el DSM-5 (APA, 2013), como ya hemos apuntado, solo incluye el juego patológico como un trastorno adictivo, son muchas las conductas o uso de aparatos tecnológicos que, a nuestro entender, deberían tener la consideración de trastorno adictivo cuan-



do se traspasan determinados límites. No solo la consulta a tarotistas o videntes se puede convertir, en el caso de muchas personas que acuden a nuestra consulta, en un problema adictivo, sino también conductas como comprar, realizar deportes, mantener prácticas sexuales, utilizar el móvil, los videojuegos... pueden convertirse en el eje central de la vida de las personas, siendo incapaces de controlar estas actividades, dedicando cada vez más tiempo y dinero, dejando de realizar otras actividades que antes sí les eran satisfactorias, poniendo en peligro su salud y rendimiento académico o laboral, generando conflictos con las personas de su entorno, sintiéndose irritables o ansiosos si no pueden llevar a cabo dichas prácticas o se les interrumpe mientras las realizan, etc.

Invertir más tiempo y/o dinero para poder llevar a cabo estas conductas ¿tiene que ver con la necesidad que experimenta la persona que es adicta a una sustancia, cuando consume cada vez más cantidad y con mayor frecuencia el alcohol, tabaco...? Sentirse nervioso e irritado si no se puede llevar a cabo una conducta ¿son síntomas que también aparecen si a una persona se le impide consumir una sustancia de la que depende?...En definitiva, todos los criterios que según el DSM-5 (APA, 2013), caracterizan los trastornos relacionados con sustancias, no son diferentes de los que se pueden utilizar para determinar si conductas o uso de aparatos tecnológicos, se convierten en un trastorno adictivo.

Si nos centramos en el tema que nos ocupa, la adicción al tarot, los criterios diagnósticos del juego patológico según el DSM-5 (APA, 2013), podríamos extrapolarlos y se podrían aplicar a las consultas que algunas

personas realizan del tarot y videncia, para evaluar si realmente tienen o no un trastorno adictivo; 1. Necesitar consultar o visitar a tarotistas o cualquier tipo de videncia gastando cada vez cantidades mayores de dinero para conseguir la excitación deseada 2. Estar nervioso o irritable cuando se intenta reducir o abandonar la consulta o visitas a tarotistas y videntes 3. Hacer esfuerzos repetidos - sin éxito - para controlar, reducir o abandonar la consulta a tarotistas o videntes 4. A menudo tener la mente ocupada en el tarot o videncia 5. A menudo recurrir a las consultas de tarotistas y videntes cuando se siente desasosiego 6. Después de gastar el dinero en la consulta a tarotistas o videntes, se suele volver al día siguiente para intentar tener más información de tarotistas o videntes 7. Mentir para ocultar el grado de implicación de las consultas a tarotistas o videntes 8. Poner en peligro o perder una relación importante, un empleo o una carrera académica a causa de las consultas a tarotistas y videntes 9. Contar con los demás para que den dinero para aliviar la situación financiera desesperada provocada por las consultas a tarotistas o videntes.

## CONSECUENCIAS DE LA ADICCIÓN AL TAROT

Las consecuencias de la adicción al tarot son destructivas para las personas que la padecen. Los efectos negativos de esta adicción, se manifiestan en todas las áreas de vida, generando situaciones muy graves, que pueden poner en peligro la salud física y mental. Los problemas derivados de la adicción a tarotistas o videntes, en base a nuestra experiencia con estos pacientes, de forma breve, son los siguientes:



## Área personal

La consulta a tarotistas o videntes, en muchas ocasiones, hace que las personas se vuelvan dependientes de los consejos o guía que les proporcionan desconocidos que les hacen creer que tienen poderes especiales para adivinar el futuro y les ofrecen asesoramiento acerca de cualquier tema. Las personas que acuden a nuestra consulta por esta adicción, buscan que alguien de forma “mágica” solucione sus problemas o les corrobore o determine qué decisiones tienen que poner en práctica en diferentes ámbitos de su vida. Evidentemente, se generan actitudes y comportamientos muy dependientes que hacen que se dejen de tomar decisiones propias y de utilizar estrategias de afrontamiento y resolución de problemas adecuadas basadas en la reflexión y análisis oportuno de las situaciones. El resultado es una pérdida de libertad y elección personal a la hora seleccionar cada persona lo que le conviene o no.

Estos comportamientos dependientes en el área personal, podríamos compararlos a los que experimentan determinadas personas que son “captadas” por sectas. Es conveniente tener en cuenta la presencia de pensamientos distorsionados o creencias erróneas. Las personas tratadas en nuestro centro creen realmente que son los adivinos los que les dicen la verdad, que su familia es la equivocada en el caso de rebatirles sus ideas, que los demás están en contra porque no conocen el mundo de la videncia, que podrán conseguir metas mediante la realización de conjuros y rituales de todo tipo, incluso, que ellos mismos también tienen “poderes” porque se lo ha dicho el vidente. En este último caso, incluso asumen

roles diferentes en su vida, creyendo que son personas “especiales”. Todo ello, conduce al aislamiento de la persona respecto al resto de sus allegados (pareja, familiares o amigos), siendo presa “fácil” de personas sin escrúpulos dedicadas a las “falsas” terapias.

Cambios de humor, irritabilidad, nerviosismo, problemas de sueño etc. son típicos de las personas adictas al tarot si no pueden consultar a un tarotista o vidente en el momento que sienten la necesidad. En el caso de que reconozcan su adicción, se sumergen en estados caracterizados por la depresión, ansiedad, culpabilidad y vergüenza. Baja autoestima e incapacidad para volver a tomar las riendas de su vida por sí mismos junto con el manejo inadecuado de las emociones, son elementos que forman parte de las consecuencias nocivas de recurrir a los videntes.

No solo la esfera emocional se pone en peligro, sino también la salud física porque las personas adictas al tarot dejan de acudir al médico y dejan que sea una persona, por ejemplo, a través de una línea telefónica sin ningún tipo de titulación reconocida en el ámbito de la medicina, la que decida si le van a operar o no y optan por rituales que les sanen, incluso en enfermedades tan graves como un cáncer que puede costarle la vida. Otros problemas de salud son la alteración de patrones de sueño, de alimentación, etc.

## Área de pareja

Los problemas en la pareja derivan de las mentiras y ocultamiento del uso que se está haciendo de las consultas a videntes. Sin el conocimiento de la pareja, se gastan cantidades enormes de dinero que impiden que se realicen otras actividades con el cónyuge como salir a cenar, ir de viaje, al cine...



Excusas o embustes son frecuentes para esconder la realidad y se produce por ambas partes, una falta de confianza extrema.

Por otra parte, si surgen conflictos en la pareja, no se resuelven mediante la comunicación, el diálogo, generación de soluciones adecuadas... con el consenso de ambas partes, sino que el miembro de la pareja atrapado en el tarot, al creer ciegamente en el consejo de los videntes, decide continuar o poner fin a su relación sin ningún tipo de reflexión.

En otros casos que hemos tratado, las personas en lugar de asumir que su pareja, sea por el motivo que fuere, les ha dejado... son incapaces de aceptar la idea y recurren a videntes que les hacen creer que su ex les quiere y que, a mediante un “amarre” o “contra amarre” volverá o no se separará. De esta forma, en lugar de asumir su parte de responsabilidad en los conflictos que pueden haber sido origen de la ruptura y admitir que la relación se ha acabado, no elaboran de forma adecuada el duelo que supone una ruptura ni aprenden de su experiencia para mejorar sus relaciones futuras.

Si la pareja descubre el problema, las discusiones son frecuentes porque lejos, de aceptar que hay un problema adictivo, se niega. Como ocurre con el juego patológico (Echeburúa, E., 2014), puede haber maltrato hacia la persona adicta al tarot. Añadiría que no solo el maltrato va en esa dirección, sino que se despliega en una doble vertiente: de la pareja o familia hacia la persona con el problema adictivo (por ejemplo, críticas, burlas, insultos... pueden ser frecuentes) y de la persona con el problema adictivo hacia su pareja o allegados (les exige explicaciones, les responsabiliza, les culpabiliza...

de situaciones por creer ciegamente en los consejos del vidente, pese al desconcierto de los allegados).

### **Área familiar**

---

Los gastos desmesurados que conlleva consultar a tarotistas o videntes hacen que se utilice a la familia como un medio para hacer frente a recibos impagados, préstamos etc. sin el conocimiento real de los allegados del motivo de la necesidad de dinero. Al igual que sucede en el ámbito de la pareja, mentiras y conflictos son habituales, no pudiendo realizar otras actividades que suponen algún coste económico y aceptando que sean los consejos de los videntes los que determinen qué decisiones tomar en relación a la familia. De esta forma, el aislamiento y/o ruptura con los allegados son consecuencias negativas, producto de la adicción al tarot.

Como se dedica mucho tiempo a las líneas telefónicas de tarot o acudir a citas relacionadas con la adivinación, se pueden llegar a desatender responsabilidades con los hijos o personas mayores. Además, es posible que los hijos acaben aprendiendo y asumiendo las creencias erróneas y realidad distorsionada que mantienen sus progenitores a través del aprendizaje vicario. Motivo por el que los hijos son más vulnerables a la hora de desarrollar en el futuro problemas adictivos con el tarot, lejos del razonamiento y búsqueda de soluciones eficaces ante los retos que plantea la vida.

### **Área social**

---

El aislamiento consecuencia de la adicción al tarot, también se manifiesta en el contexto social porque se comparte menos tiempo



con las amistades debido a que la mayor parte del tiempo se está consultando a videntes o se está pensando en cómo conseguir dinero para pagar las llamadas o consultas de tarot, o en llevar a cabo las recomendaciones dadas por estos falsos sanadores o videntes, tarotistas, etc.

Se utilizan a los amigos con mentiras y excusas para que les den dinero para el tarot u otros gastos necesarios dentro de la economía familiar. Por otra parte, los amigos se alejan porque temen que, de nuevo, se les pida dinero que, obviamente, son incapaces de devolver las personas “enganchadas” al tarot.

Los cambios de humor, irascibilidad, decisiones alejadas de la lógica... dificultan la relación con todas las personas cercanas.

Otro aspecto a considerar, es el cambio del círculo de amistades. Se van abandonando las amistades habituales y los encuentros sociales se establecen con conocidos que comparten la afinidad y simpatía por los diferentes medios de adivinación, lo que conduce a más conflictos con cualquier allegado y a retroalimentar el problema.

## Área laboral

El rendimiento laboral o académico se ve afectado negativamente porque los niveles de atención y concentración disminuyen porque la persona está pendiente de realizar llamadas, consultar tarotistas o conseguir dinero. Se incumplen plazos para la entrega de trabajos, se cometen errores, se olvidan citas, etc. En algunos casos, dentro de la empresa y en horario de trabajo o estudios, utilizan los teléfonos o Internet para consultar con videntes, siendo la consecuencia más habitual el despido y pérdida de traba-

jo. Las personas adictas al tarot o videncia son capaces de dejar un trabajo, profesión o estudios que les satisfacen porque se dejan guiar por las recomendaciones de tarotistas que les indican que otro trabajo o estudios serán mejores, sin ningún tipo de evidencia real al respecto.

La relación con los compañeros también puede ser afectada porque, se les puede pedir dinero prestado que no devuelven y, en muchas ocasiones, nos encontramos en nuestra consulta que si el tarotista o vidente les dice que se alejen de algún compañero o que algún compañero siente interés, la persona “enganchada”, lo cree a pies juntillas, sin buscar formas adecuadas de solucionar conflictos con compañeros de trabajo o se desarrollen actitudes que sus compañeros no saben interpretar.

## Área de ocio y tiempo libre

Como el resto de áreas, el área de ocio y tiempo libre se ve perjudicada tanto, por los problemas económicos que conlleva la adicción al juego que impiden la realización de tareas que suponen algún coste como, por los consejos de tarotistas que solo pretenden que esas personas pasen, horas y horas, consultándoles, con la única finalidad de sacarles el dinero. El tarot se convierte en el eje central de sus vidas y se dejan de realizar otras actividades que antes sí eran satisfactorias.

## Área económica

Las grandes sumas de dinero destinadas al tarot o videncia ponen en graves aprietos tanto a la persona afectada por esta adicción, como a sus allegados. El dinero des-



tinado a sufragar gastos domésticos, ropa, salidas... se destina exclusivamente al tarot. Todo ello, sin el conocimiento de la familia. Embustes, excusas... son artimañas que se utilizan para conseguir dinero de los allegados, o bien, se piden préstamos o se venden objetos o propiedades personales. Un minuto de consulta telefónica se sitúa en torno a los 1.50 euros sin impuestos y, respecto a hechizos, amarres, contra amarres, conjuros... pueden costar, incluso un mes del salario o lo que la persona esté dispuesta a pagar; ¿no hay límite! ... En cada llamada se intenta que los tiempos de espera y conversaciones sean largos con la finalidad de embolsarse más dinero, poniendo en peligro la economía de la persona que llama

### Área legal

En algunos casos, la persona puede tener problemas legales con bancos o financieras de préstamos rápidos por no poder hacer frente a las deudas e intereses e, incluso, llegar a perder la casa por el endeudamiento tan grande que supone el coste de estos "servicios".

Se pueden llegar a cometer actos ilegales como coger dinero de las cuentas de la familia, vender objetos o propiedades sin el consentimiento familiar y, menos frecuente en los pacientes atendidos en nuestro centro, apropiarse del dinero de la empresa de forma fraudulenta (quedarse con el dinero de los recibos cobrados, falsificar firmas, hacer transferencias a sus cuentas...). El despido del puesto de trabajo y denuncia por parte de las empresas es inmediato.

En algunas ocasiones, aunque no es habitual que la familia denuncie a la persona adicta, hemos visto en nuestra consulta que

para intentar conseguir dinero para las consultas de tarot o hechizos, las personas "enganchadas" utilizan claves y firmas bancarias de sus familiares sin el consentimiento de éstos, siendo los propios familiares los que emprenden procedimientos judiciales.

## FACTORES DE RIESGO

Existe escasa bibliografía al respecto sobre este tema. No obstante, en base a nuestro trabajo con los pacientes que hemos tratado con adicción al tarot, subrayamos los factores de riesgo más comunes. Como ocurre en el resto de adicciones tóxicas o no tóxicas, no existe una relación causa-efecto sino que los factores de riesgo aumentan la vulnerabilidad y probabilidad de que una persona pueda desarrollar una adicción al tarot u otro tipo de videncia. Hay que tener en cuenta que no todos los factores se dan en todas las personas ni tienen el mismo impacto. Por supuesto, cuantos más factores confluyan en la misma persona, mayor será la probabilidad de desarrollar la adicción.

### A nivel personal

En bien conocido el hecho de que las personas para evadir o huir de sus estados emocionales negativos como la ansiedad o depresión, entre otros, utilizan válvulas de escape erróneas como el consumo de sustancias o la utilización de las nuevas tecnologías, comprar, comer... (González, Espada, y Tejeiro. 2017; Marino, Gini, Vieno y Spada, 2018) y, lo mismo sucede con la consulta a cualquier tipo de videncia. Es obvio, que lejos de solucionar sus problemas acaban complicando más su situación porque a sus estados emocionales nega-





tivos, se suma el problema adictivo. De esta forma, se entra en un círculo vicioso del que es difícil salir porque debido a los problemas que conlleva la adicción al tarot, el sujeto se siente cada vez peor y se incrementa todavía más la intensidad y frecuencia de los estados emocionales negativos iniciales, siendo el tarot el único modo de contrarrestar la pesadumbre, ansiedad... en la que se encuentra inmerso, pese a que luego se vuelve a sentir peor.

Son múltiples los factores que pueden hacer que una persona sea más vulnerable para caer en la adicción al tarot. La ansiedad y la depresión suelen estar presente en esta adicción. En este sentido, no es raro encontrarnos personas que se sienten solas, con baja autoestima, con falta de confianza en sí mismas, escasa satisfacción en su vida, bloqueos a la hora de resolver o hacer frente a cambios en su vida, necesidad de aprobación por parte de los demás, incapacidad para tomar sus propias decisiones, baja tolerancia a la frustración, falta de hobbies, miedo excesivo al fracaso o equivocarse, etc.

Es bastante habitual que trastornos de personalidad hagan más vulnerables a las personas a la hora de desarrollar esta conducta adictiva, siendo frecuentes, el trastorno límite de personalidad, trastorno de personalidad evitativa y trastorno de la personalidad dependiente. Pensemos que las personas que consultan el tarot o videncia, suelen encontrarse en situaciones en las que no soportan la idea de ser abandonadas, experimentan sentimientos de vacío, pueden tener dificultades de relación con los demás y les cuesta tomar decisiones cotidianas o de otra índole, sin el consejo de otras perso-

nas... Criterios característicos de los trastornos de personalidad citados.

Un factor de riesgo muy importante a tener en cuenta son el tipo de creencias que se mantienen al respecto del tarot o videncia. Pensar que alguien puede echar mal de ojo, creer en el sexto sentido o poderes de otras personas, estar convencido de que un tarotista o vidente puede adivinar el futuro o interpretar en base a su "¿preparación?" temas relacionados con la salud, economía, trabajo, familia..., estar plenamente convencidos de que un ritual puede curar enfermedades por muy graves que sean o hacer que nuestra fortuna cambie, etc. son algunas de las creencias que favorecen el contacto inicial con videntes y tarotistas.

## **A nivel familiar**

Las experiencias tempranas en la familia son un elemento crucial en el desarrollo emocional de los niños. En el apartado anterior, hemos comentado el mal de ojo. Si nos fijamos, todavía hay muchos bebés que llevan un lazo rojo en sus cochecitos o ropa, para ahuyentar el mal de ojo. Si ya de bebés, los padres transmiten estas supersticiones, creencias o consultas relacionadas con cualquier forma de adivinación (horóscopos, tarot,...), el efecto de modelado o aprendizaje vicario, será uno de los factores más potentes para que en el futuro los hijos, imiten las conductas de sus padres y hagan propias dichas ideas.

Sentirse solo, poco comprendido, problemas en la comunicación en el seno de la familia, falta de cohesión familiar... también son aspectos que facilitan, en el caso de algunas personas, la búsqueda de soluciones o ayuda que no encuentran en el seno familiar.



## A nivel socio-ambiental

Solo con ojear un periódico o con nuestro mando a distancia ir cambiando de canales en la televisión..., diferentes personas utilizando prácticas de adivinación de todo tipo, nos aseguran solucionar nuestros problemas rápidamente y sin esfuerzo, sanarnos física y emocionalmente, hacer que la personas vuelvan a nosotros –ya sea a nivel presencial o en conexión con el más allá-, etc.

La gran aceptación de estas prácticas, las creencias culturales de cada sociedad, el desconocimiento y falta de información en relación a las adicciones no tóxicas, junto con la falta de regulación de las administraciones sobre estos temas, la fácil accesibilidad a la hora de recurrir a este tipo de servicios y facilidad para obtener préstamos rápidos son, entre otros, motivos que propician el contacto inicial con este tipo de servicios con el peligro que conllevan privándoles de su capacidad de elección, autonomía y libertad.

El hecho de que un porcentaje elevadísimo de personas adictas al tarot sean mujeres, se relaciona con las pautas de educación familiar y transmisión de valores por parte de la sociedad que fomentan formas pasivas de resolver problemas si se es mujer, sobre todo, en el caso de las de mayor edad.

## CONSIDERACIONES FINALES

Esperamos que estas líneas, sirvan para tener en consideración en futuras revisiones del DSM-5 (APA, 2013), otras conductas que reúnen como hemos visto, todos los criterios para ser consideradas trastor-

nos adictivos (tolerancia, síndrome de abstinencia, fracaso a la hora de controlar la conducta, etc.).

Es fundamental que las personas enganchadas al tarot o videncia y sus allegados no confundan esta conducta adictiva con un vicio y evitar excusas o autoengaños. La adicción al tarot o videncia es un trastorno que provoca graves consecuencias en las personas que lo padecen y en su entorno. La detección precoz y búsqueda de ayuda profesional es crucial, así como la formación e investigación en esta área.

Podemos pensar que tarotistas, videntes... son personas sin escrúpulos que se aprovechan de la debilidad o ignorancia de quienes les consultan. Si bien es cierto que la eficacia de consejos, rituales... no se sustentan por ningún tipo de validez científica, no consideramos conveniente desde nuestra práctica clínica, centrar con el paciente la discusión sobre si se tiene o no la razón en estos temas. En definitiva, como puede ser con otros aspectos espirituales, es una cuestión de fe que forma parte del patrimonio de las creencias que cada persona tiene. Nos tendríamos que centrar en que el paciente sea consciente de las graves consecuencias y repercusiones negativas del uso que está haciendo del tarot o videncia. Como en otros campos, no se trata de que una persona, si lo desea, no se conecte a las redes sociales, practique deporte, compre, etc., sino lograr que la persona reconozca que la situación ha escapado a su control y que no lo hace porque quiere, sino porque ha acabado dependiendo de las consultas a tarotistas. El problema real que padece la persona es el hecho de que no puede dejar de consultar a tarotistas pese a las grandes sumas de dinero gastadas y el grave deterioro en todos los



contextos de vida e incapacidad para tomar decisiones por sí misma, consecuencia de la consulta a videntes.

La investigación en el campo de las adicciones no tóxicas y, en particular, de la adicción al tarot o tarotista es fundamental para poder abordar de forma adecuada la prevención, evaluación y tratamiento. La patología dual es una de las claves que nos ayudará a tener una visión más clara, global y comprensiva de dicho trastorno. Depresión, ansiedad, trastorno límite de la personalidad y trastorno de la personalidad dependiente... estamos observando que van asociados a este tipo de conducta. Conviene señalar que la relación entre la adicción al tarot y otras patologías, dependiendo de cada persona, bien puede ser causa o consecuencia una de la otra o, simplemente, haber coincidido al mismo tiempo. La necesidad de adaptar el tratamiento en función no solo del problema adictivo, sino de otro tipo de trastornos concomitantes, como señalan también otros autores (Martínez, 2011; Márquez-Arrico y Adan, 2013; Zhang, Brook, Leukefeld y Brook, 2016; López et ál, 2017) nos permitirá diseñar programas de tratamiento integrales más eficaces y mantener la adherencia al tratamiento y evitar las recaídas.

Otro aspecto a tener en cuenta se centra en la ausencia de normativa sobre la regulación de este tipo de prácticas. De la misma forma que todos los profesionales que estamos trabajando a diario en el terreno de las adicciones estamos luchando hace años para que las Administraciones limiten la publicidad y accesibilidad al mundo de las drogas, es indispensable que en el campo de las adicciones no tóxicas o sin sustancia, las administraciones y sociedad, se conciencien sobre este tema. Es inadmisibles que canales

de televisión, anuncios en prensa escrita y online... oferten modalidades de juego (apuestas deportivas, bingo...), tipos de videncia (imposición de manos, intermediación de santos, transmisión de la luz, o lo que es más frecuente, el tarot.), etc. De todos es sabido que uno de los factores de riesgo que favorece la aparición de la ludopatía, adicción al tarot... es la fácil accesibilidad (por ejemplo, desde nuestros dispositivos móviles) y "normalización" con la que se ven este tipo de conductas. A todo ello, hay que sumar la facilidad para conseguir dinero en financieras de préstamos rápidos o casas de empeño, que se lucran fundamentalmente, de personas con problemas adictivos. Podemos afirmar que la mayor parte de las adicciones no tóxicas o comportamentales están tan integradas o normalizadas en nuestra sociedad que a duras penas, la población es sensible a esta problemática.

Es necesario que la sociedad (familiares, padres, docentes, equipos sanitarios, políticos...) seamos conscientes de que, pese a que los efectos de las adicciones no tóxicas o sin sustancia, pasan más desapercibidos, no por ello son menos graves. En nuestro trabajo en el campo de las adicciones no tóxicas o sin sustancia, desde hace más de 30 años, observamos y venimos advirtiendo de la falta de información y conocimientos reales en el terreno de estas adicciones. Pensamos que, en el campo de las adicciones con sustancia, el deterioro, coste sanitario e impacto en la sociedad, es mayor que en las conductas adictivas como puedan ser el juego patológico y la adicción a la videncia. La visibilidad e incomodidad que genera una persona bebida, alterada por consumir cocaína... nada tiene que ver con el anonimato de las personas que juegan o consultan taro-



tistas desde sus hogares o dispositivos móviles en cualquier sitio o momento del día. De igual forma, el coste sanitario y baja laboral a raíz de consumir alcohol, tabaco... tampoco tiene nada que ver con el problema de las adicciones no tóxicas, que se sufren en el seno de la familia sin que “molesten” al resto de ciudadanos. No es lo mismo tener un mercado de heroína u otras sustancias en algún piso o debajo de nuestras casas, que tener salones de juego o consultas de videntes a nuestro alrededor.

Asimismo, no solo hay que llevar a cabo una legislación que aborde el negocio fraudulento relacionado con la videncia, sino también la prevención, enseñar desde pequeños el manejo adecuado de las emociones junto con estrategias para aprender a afrontar y solucionar problemas, aumentar la tolerancia a la frustración e incertidumbre y todos aquellos recursos que nos ayudarán a afrontar nuestros retos con autonomía y libertad, aprendiendo de nuestros errores o equivocaciones. Dejar que otros decidan por nosotros es privarnos de la oportunidad de ser libres. Es imprescindible, transmitir desde la familia, centros educativos, medios de comunicación... que las soluciones requieren de un tiempo y esfuerzo y la “magia” está dentro de nosotros mismos.

## BIBLIOGRAFÍA

- American Psychiatric Association. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 5th. Edition (DSM-5). Washington, DC.: American Psychiatric Association.
- Arias, O., Gallego, V., Rodríguez, M.J. y del Pozo, M.A. (2012). Adicción a las Nuevas Tecnologías. *Psicología de las adicciones*, 1, 2-6.
- Echeburúa, E. (2012). ¿Existe realmente la adicción al sexo?. *Adicciones*, 24(4), 281-286.
- Echeburúa, E., Salaberría, K. y Cruz-Sáez, M. (2014). Nuevos Retos en el Tratamiento del Juego Patológico. *Terapia psicológica*, 32 (1), 31-40.
- García-Caballero, A, Torrens-Lluch, Ramírez-Gendrau, M.I., Garrido, G, Vallès, V. y Aragay, N. (2018). Eficacia de la intervención Motivacional y la Terapia Cognitivo-conductual para el tratamiento del Juego Patológico. *Adicciones*, 30 (3), 219-224.
- Harnish, R.J., Bridges, K.R., Karelitz, J.L. (2017). Compulsive Buying: Prevalence, Irrational Beliefs an Purchasing. *International Journal of Mental Health Adiccition*, 15 (5), 993-1007.
- King, D. L. y Delfabbro, P. H. (2014). The cognitive psychology of Internet gaming disorder. *Clinical Psychology Review*, 34, 298-308.
- López, J., Batlle, A., Cortizo, R., Belmonte, E., Nadia Sanz, N., Mollà, L., Massó, A. y Martín, L.M. (2017). Comorbilidad entre depresión y conductas impulsivas: Un caso de urgencia negativa. *Revista de casos clínicos en salud mental*, 1, 65-76.
- Marín, V., Vega, E y Sampedro, B. E. (2018). Uso problemático del smartphone en estudiantes universitarios. *Revista Española de Drogodependencias*, 43 (1), 72-76.
- Marino, C., Gini, G.; Vieno, A. y Spada, M.M. (2018). The associations between problematic Facebook use, psychological



- distress and well-being among adolescents and young adults: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorder*, 226 (15), 274-281.
- Marqu ez-Arrico, J.E. y Adan, A. (2013). Patología dual y rasgos de personalidad: situación actual y líneas futuras de trabajo. *Adicciones*, 25 (3), 195-202.
- Martínez, J.M. (2011). Drogodependencias y trastornos de la personalidad: Variables relevantes para su tratamiento. *Papeles del Psicólogo*, 32 (2), 166-174.
- Torres-Rodríguez, A. y Carbonell, S. (2015). Adicción a los videojuegos en línea: Tratamiento mediante el programa PI-PATIC. *Revista de Psicologia, Ciències de l'Educaci  i de l'Esport, ALOMA* 33(2), 67-75.
- Uchuypoma, D. (2017). Juegos online: una mirada desde el juego patológico. *Hamut'ay* 4 (2), 55-64.
- Velasco, A. y Gil, V. (2017). La adicción a la pornografía: causas y consecuencias. *Drugs and Addictive Behavior*, 2 (1), 122-130.
- Zhang, Ch., Brook, J.S., Leukefeld, C.G. y Brook, D.W. (2016). Associations between compulsive buying and substance dependence/abuse, major depressive episode, and generalized anxiety disorder among men and women. *Journal Addictive Disorders*, 2016 (4), 298-304.