

¿Quién enseña a los niños a jugar al billar? La normalización de conductas adictivas en la infancia

En un bar de barrio, tres hermanos de 10, 13 y 15 años juegan al billar con una habilidad sorprendente mientras sus padres charlan. Esta escena cotidiana refleja una realidad preocupante: los niños crecen en entornos que normalizan conductas adictivas. Expertos instan a proteger los espacios infantiles para prevenir patrones que puedan derivar en adicciones.

En España, los bares son puntos de encuentro social y, para muchos, una extensión del hogar. Sin embargo, también son espacios donde los niños, sin filtros, **absorben comportamientos adultos que pueden moldear su visión del ocio y la gestión emocional**. Esta realidad plantea una pregunta urgente: ¿Qué aprenden los menores en estos entornos?

Un martes cualquiera en un bar de barrio, tres hermanos de 10, 13 y 15 años ejecutan carambolas con destreza. Sorprendida, una mujer les pregunta quién les enseñó a jugar. El menor responde con naturalidad: *“Venimos todas las tardes. Nuestros padres están aquí, y mientras ellos charlan, nosotros jugamos.”* Lo que parece una anécdota entrañable es un **reflejo de un problema silenciado**: la exposición de los menores a entornos donde conductas como el consumo de alcohol o el juego se normalizan sin cuestionamiento.

La infancia en espacios diseñados para adultos

En los bares, los niños conviven con el sonido de las máquinas tragaperras, los gritos del fútbol, el humo en las terrazas y las rondas continuas de consumiciones. Estas **dinámicas, que incluyen no solo sustancias como el**

alcohol, sino también conductas como el juego o la evasión, se interiorizan como normales desde edades tempranas.

“La mayoría de las personas cogen adicciones no comenzaron cuando probaron una sustancia. Empezaron mucho antes, aprendiendo que el alcohol es parte de cualquier celebración, que jugar dinero es divertido o que evadirse está permitido”, explica **Adrián Gallardo**, director terapéutico de Esvidas.



Adrián Gallardo, director terapéutico de Esvidas

¿Qué entendemos por adicción?

La adicción ya no se limita a sustancias como el [alcohol](#), la [heroína](#) o la [cocaína](#). Los expertos de Esvidas, grupo de centros de tratamiento de adicciones en toda España, definen la adicción como un patrón de comportamiento compulsivo que busca llenar un vacío emocional.

Videojuegos, apuestas online, redes sociales, pornografía o incluso el ejercicio físico pueden convertirse en dependencia cuando se pierde el control, afectando relaciones, rendimiento escolar o laboral.

No es casualidad. Un estudio publicado por la [FAD](#) en 2023 revela que el 12% de los adolescentes de 14 a 18 años había apostado dinero online en el último año, el 36% tenía dificultades para dejar el móvil y el 21% se sentía “muy nervioso” si pasaba más de unas horas sin conectarse.

“No está haciendo nada malo, solo está jugando”

Frases como “mejor que lo haga aquí y no en la calle” o “es solo un juego” son habituales, pero reflejan una permisividad que puede tener consecuencias. Un niño que pasa cada tarde en el bar aprendiendo a jugar al billar mientras sus padres consumen alcohol no está viviendo una infancia neutra: **está absorbiendo un modelo de ocio, de evasión y de vínculos afectivos que influirá en su desarrollo.**

“En los centros de tratamiento de adicciones vemos casos de jóvenes que crecieron en estos entornos. No sufrieron maltrato ni situaciones extremas, pero aprendieron desde pequeños a escapar emocionalmente, a desconectarse, a vivir con carencias afectivas cubiertas por estímulos”, señala Noelia Marchante, psicóloga de Esvidas.



Noelia Marchante, psicóloga de Esvidas

No se trata de criminalizar el ocio adulto ni de aislar a los niños en burbujas de irre realidad. Se trata de **reconocer que los entornos donde crecen influyen profundamente en cómo aprenden a relacionarse consigo mismos y con el mundo.**

¿Qué podemos hacer?

La solución está en acompañar. **Prevenir las adicciones desde la infancia implica construir entornos seguros, afectivos y coherentes**, donde los menores puedan desarrollar su autonomía sin estar expuestos de forma sistemática a modelos de evasión. Y para evitarlo, estas son algunas claves

que desde los centros especializados en tratamientos de deshabituación consideran que deberían empezar a tomarse más en serio:

1. Revisar los espacios compartidos

No todos los lugares son para todas las edades. Si los niños pasan horas en entornos donde el consumo o el juego son protagonistas, estos patrones se interiorizan. Alternativas como centros juveniles, deporte, actividades creativas o tiempo familiar de calidad deben dejar de ser excepcionales.

2. Hablar con claridad, sin tabúes

Los niños entienden mucho más de lo que creemos. Explicar los riesgos de ciertas conductas, poner límites y fomentar el pensamiento crítico es una inversión en su salud emocional.

3. Formar a familias y profesionales

Padres, docentes y monitores necesitan herramientas para detectar señales tempranas, entender las adicciones y saber cuándo buscar ayuda.

4. Dejar de romantizar ciertas conductas

El alcohol no es solo parte de la cultura española, también es una sustancia altamente adictiva. El juego no siempre es una forma de entretenimiento inocente. **Mientras sigamos maquillando ciertos hábitos, será muy difícil proteger a los más jóvenes.**

A tiempo de cambiar el guion

Los medios de comunicación, las instituciones públicas y los profesionales de la salud mental tienen un rol clave: **documentar con rigor, visibilizar los riesgos de normalizar conductas adictivas y fomentar un debate público informado**, así como impulsar políticas educativas que prioricen la salud emocional, desde espacios seguros hasta formación en prevención.

Los profesionales, por su parte, abogan por intervenir antes de que el daño se consolide, acompañando a familias y comunidades.

“Si no enseñamos a los niños a gestionar el malestar, a nombrar lo que sienten, a aburrirse sin pantallas o a pedir ayuda cuando algo duele... entonces les dejamos solos frente a un mundo que les ofrece evasión inmediata en cada esquina”, concluye Adrián Gallardo.

NOTA DE PRENSA

2 de septiembre de 2025

Departamento de desarrollo y comunicación

Contacto: 911 091 900 – rugile@esvidas.es



Los medios, instituciones y profesionales del sector deben liderar esta transformación, promoviendo **entornos donde los menores puedan ser niños**: Soñar, crear, descubrir, sin imitar patrones que comprometan su futuro.

Para consultas de prensa, contactar con:

Rugile Antanaviciute | rugile@esvidas.es | www.esvidas.es

Esvidas, red de centros de adicciones

Trabajamos en ayudar a las personas a encontrar el tratamiento adecuado para su recuperación.

