



ASOCIACIÓN ALAVESA DE JUGADORES EN REHABILITACIÓN
ERREABILITAZIOAN DIREN ARABAKO JOKALARIEN ELKARTEA



Ayuntamiento de Vitoria-Gasteiz
Vitoria-Gasteizko Udala

ARABAKO FORU ALDUNDIA



Gizarte Ongizaterako Foru Erakundea
Instituto Foral De Bienestar Social

DIPUTACIÓN FORAL DE ALAVA

kanpo

aurkibidea

- 1 Artikulua
"Adikzioak"
- 2 Elkarriketa
"Jose Antonio Molina Del Peral"
- 3 Baliabideak
"Drogomedia"
"Adikzioen taula"
- 4 Gomendioak
"Gomendatutako liburua eta DVDa"



Argitaratzailea: ASAJER. Errehabilitazioan diren Arabako Jokalarien Elkarte

Laguntzaileak: Gizarte Ongizaterako Foru Erakundea (Arabako Foru Aldundia) eta Ingurumenaren eta Espazio Publikoa Saila (Vitoria-Gasteizko Udala).

Argazkiak: Asajer

Diseinua: ERDU

maketazioa: KOMUNIKA DIGITAL 2.0

Itzulpenak: Higan Itzulpen Zerbitzuak

Inprimatzailea: Vicuña Grafikoak

Lege-Gordailua: VI - 356 / 07

Adikzioak

Historikoki, adikzioen inguruan hitz egitean, drogekin edo substantziekin lotzen ditugu. Azken urteotan, gizartea ohartu da, substantzietatik harago, **kontrolrik eza dela adikziozko nahasmenduen funtsezko elementua**. Gaur egun argi dago adikzioak ez direla mugatzen substantzien (alkohola, tabakoa, kanabisa, kokaina) kontrolrik gabeko kontsumoak sorrarazitako portaeretara, eta badirela sozialki onartuta dauden zenbait portaera adikzio bilaka daitezkeenak eta eragindako pertsonen egunerokotasunean eragin larria izan dezaketenak.

Osasunaren Mundu Erakundearen (OME) arabera, adikzioa gaixotasun fisiko eta psiko-emozionala da, substantzia, jarduera edo harreman batekiko mendekotasuna edo beharra sorrarazten duena

Ikur eta sintoma multzo bat ditu ezaugarri eta horietan faktore biologikoak, genetikoak, psikologikoak eta sozialak sartzen dira. Gaixotasun progresibo eta hilgarria da, kontrolrik eza, pentsamenduaren nahasmenak eta gaixotasunaren aurreko ukoa dituen ezaugarri.

DSM-5 (APA, 2013) izeneko eskuliburuan, kategoria berri bat agertu da, **Nahasmendu adikziozkoak eta substantzietan lotuak, eta substantzietan loturirik ez duten nahasmenduak** izenekoak. Nahasmendu horien artean baneratu da lehen Joko Patologikoa izenez ezagutzen zena. Edizio honetan **Gambling Disorder** edo **Apustu-jokoen ondoriozko Nahasmendu** izendatu dira.

Bestalde, 2012ko apirilean **Euskal Autonomia Erkidegoko Adikzioen VI. Plana (2011-2016)** onartu zen. Euskadiri dagokionez, esku-hartzea droga-mendekotasunetik adikzioetaraino zabalitzea izan da berrietasunetako bat. Modu horretan, mendekotasun bat sor dezaketen beste zenbait portaeretan esku-hartzea burutu daiteke. Haatik, eztabaida tekniko eta zientifikoetan **soilik ahobatezko akordioa adikzioak sor ditzaketen bi portaeren gainean erdietsi da: drogen erabilera, droga-mendekotasuna ekar dezakeena; eta diru bidezko ausazko jokoen erabilera, ludopatia edo Joko Patologikoa ekar dezakeena**. Halaber, **pertsonak jarduera jakin bat errepikatzean (Internet erabiltean, erosketak, etab.) datzan portaerazko beste nahasmendu batzuen existentzia aitortu da, norberaren osasuna eta ongizate pertsonala, harremanezkoa edo emozionala gailzea eragin dezaketenak**.

Gure elkarteak, hasi ginenetik daramatzagun 25 urteotan, ludopatiak eragindako pertsona askorengan substantzien kontsumoa (tabakoa, alkohola, kanabisa, kokaina, etab.) ematen dela ikusi dugu eta, zenbait kasutan, kontsumo hori kezagarria edota adikziozkoa dela ikusi da.

Buletin honetan adikzioen gaia jorratu nahi dugu orokorki: besteak beste, zer den adikzio bat, zer diren portaerazko adikzioak, gazteengan duten eragina edota genero aldetiko aldeak. Oso esparru zabala denez, hurrengo buletinetan substantzia jakin batzuen inguruan (alkohola, tabakoa, kanabisa, kokaina, etab.) mintzatuko gara, ludopatiarekin duten harremana zehaztuz.



José Antonio Molina Del Peral

Zer da adikzioa?

Adikzioaz hitz egiteko hainbat ezaugarri bete behar dira: **Tolerantzia** deritzoguna, hau da, efektu bera lortzeko portaera edo substantzia baten kontsumoa gero eta gehiagoan edo denbora gehiagoan eman behar izatea; **Abstinentzia Sindrome** bat egotea, substantzien kasuan askoz ere nabarmenagoa dena, baina substantziarik gabeko adikzioetako zenbait sintomatan ere identifika dezakeguna; pertsonaren bizitzako esparru ezberdinetan (arlotan pertsonalean, familian, lanean) **Ondorio Negatiboak** izan arren, bere portaera errepikatzea. Halaber, oso garrantzitsua da **Kontrol Galera**, hau da, pazienteekin lan egiten dugunean, aipatzen diguten gauzetako bat zera da, une ezberdinetan, zenbait egunez, beren portaera kontrolatzen saiatu direla, are, gutxiago kontsumitzeko edo portaera hori murizteko ahalegina egiten dutela, baina azkenean "eskutatik joaten zitzaie" egoera. Kontrolaren galera oso nabarmena da. Diagnosirako irizpideetatik harago eta pazienteek uler dezaten,... horiek dira adikzioa dagoela azaltzeko faktore erabakigarrienak, betiere, denboran mantendu behar direla ulertuta, urtebetez hitz egiten dugu.



Adikzioetan psikologo aditua, Psicohealth programetako Zuzendaria (mendekotasunetan esku-hartzeko ballabide berritzailea).

Madrileko Psikologoen Elkargo Ofizialeko Adikzio arloko Adituen Ikastaroko Koordinatzailea.

Liburu hauen egilea: SOS...Tengo una Adicción eta Dialogar para Prevenir ¿Qué Hablo con mis Hijos sobre Drogas? Biak Pirámide Argitaletxearekin.

Gauza bera da Adikzioa eta mendekotasuna?

Teknikoki, beti **erabileraz, gehiegikeriazko jokabideaz eta mendekotasunaz** hitz egin izan da, eta... orain adikzio hitza sartu da **Buru-nahasmenduen diagnosi eta estatistikarako eskuliburuan (DSM V)**. Ikastaroak ematen ditudanean edo pazienteekin lan egiten ari naizenean, **erabilera** (positiboa edo negatiboa izan behar ez duena, substantzia batekin lot daitekeena, esate baterako, badira alkohola kontsumitzen duten pertsona inolako ondoriorik eragin gabe); **gehiegizko jokabidea** (pertsonaren ezaugarrien araberakoa izan daitekeena, esate baterako, arazo hepaticoak dituen pertsona bat alkohola kontsumitzen ari bada, gehiegizko jokabidea dagoela esan dezakegu); eta **mendekotasuna** (zure buruaren gaineko kontrola galtzen duzunean, dagoeneko ezin duzu erabaki jokabidearekin jarraitu ala ez, horregatik mendekoa zara) bereizten saiatzen naiz.

Noiz aipa daiteke adikzioa?

Nik antzeko hitz bat erabiltzen dut norbaitek mendekotasun bat duenean, substantziarekin lotuta zein ez. Bi kasutan zer horrekiko adikzio kontzeptua erabiltzen dugu. Oro har, jendeak uler dezan, nire ustez mendekotasuna eta adikzioa sinonimoak izango lirateke.

Substantziadun adikzioen eta substantziarik gabeko adikzioen arteko bereizketaz zein iritzi duzu? Zure ustez, elkarren arteko ezberdintasunak edo antzekotasunak errepikatzen dira gehien?

Nire ustez, hasiera batean, antzekotasunak gehiago dira. Paziente batekin lan egiten duzunean eta adikzio bati dagozkion ezaugarriak hautematen dituzunean, ez dago alde handirik substantziadunak edo substantziarik gabeko izatearen artean. Esate baterako, kontrolaren galera hautematen da, bizitzan ondorio negatiboak ikusten dira, eta portaera errepikatzen jarraitzen dute, etab. Egia da, esku-hartze bati begira, ezberdintasun garrantzitsua dagoela substantziadun edo substantziarik gabeko adikzioen artean, izan ere, substantzia bat dagoenean tartean, oro har, erabateko abstinentzia planteatzen dugu pertsona bat halako arazo batekin etortzen zaigunean, eta substantziarik gabeko adikzioan, jokoak salbuesita, helburua bere portaera modu kontrolatuan gauza dezala lortzea da. Horrela, pertsona batek erosketetako, lanerako edo sexurako adikzioa badu, ez dugu erabateko abstinentzia planteatzen, jokoan ordea bai. Hori patroia bereizgarria izango litzateke beraz.

Adikzioa duten pertsona guztiak berdinak dira edo adikzioa dutenen artean badago tipologiarik?

Adikzioa pairatzen duten pertsona guztiak dituzte ondorioak beren bizitzetan, hori antzera gertatzen da guztietan. Adikzioa duen pertsona bakoitza mundu bat da. Badira, "behea jotzeko" eta esku-hartze bat abiatzeko beren bizitzan egoera oso dramatikoak bizi behar izan dituzten pertsonak eta, are, ez dute erreakzionatzen. Beste pertsona batzuen kasuan, ordea, "Aita gaizki dago?" dioen semearen mezu bat, nahikoa da erreakzio hori gerta dadin. Norbera noraino irits daitekeen zehazteko ezaugarrien arabera, ezberdintasunak daude.

Generoaz mintzatuz, badira gizonengan gehiago ematen diren adikzioak? eta emakumeengan gehiago ematen direnak?

Gazteen artean, alkoholaren, tabakoaren eta lasaigarrien kontsumoa emakumeengan gehiago ematen dela ikusten da. Aitzitik, legez kanpoko drogen kasuan, gizonengan kontsumoa gehiago ematen da. Gazteengan ikusten ari garena, helduengan ere islatzen da, edo joera hori dago bederen. Batez ere, lasaigarrien kontsumoan, kasu horretan, emakume eta gizonen arteko aldea askoz ere nabarmenagoa baita. Duela urte asko alde garrantzitsua zegoen gizon erretzaile eta emakume erretzaileen artean. Orain helduen artean alde hori gero eta murriztagoa da. Litekeena da, egoera iraultzea ere.

Zerk harrapatzen ditu gazteak? Sumatzen duzu alderik generoen artean?

Bi urtez behin egiten den ESTUDES azken inkestari behatuz ikus daitekeenez, alkoholaren, tabakoaren eta lasaigarrien kasuan, emakumeek gehiago kontsumitzen dute; aldiz, gainerako substantzien kasuan, legez kanpokotzat jotakoen artean, gazteen artean gizonak nabarmentzen dira.



Nerabeei dagokienez adikzioaz hitz egin daiteke, edo kontsumo edota portaera arriskutsua aipatu beharko genuke?

Bi gauzak aipa daitezke, kasu bakoitzaren arabera. Zenbait kasutan, adikziozko koadro bat agertuko zaigu eta orduan adikzioa aipatuko dugu. Beste kasu batzuetan kontsumo edo portaera arriskutsuak ikusiko ditugu, eta horiek ezin dira adikziozat hartu. Hori garrantzitsua da, izan ere, kasu batzuetan gurasoak "bultzatuta" etortzen dira gazteak adikzioa duen gazte modura tratatu eta horrela ikara daitezten. Hori ez da gure lana. Kontsumo kezkarria agertzen badu, gure misioa aurrera begira adikzioa gara dezakeela azaltzea da, "su-jokoan" ari dela, eta argi dago ezin dugula adikzio modura tratatu. Baina ezaugarriak ematen badira, adikzio gisa tratatuko da kasua.

Zein dira adikzioekin gehien lotzen diren nahasmenduak?

Funtsean, depresioa eta nortasunarekin lotutako nahasmenduak ikusten dira, Mugako Nortasun-nahasmendua azpimarratuz. Sarritan, lotutako nahasmenduak agertzen dira, baina balioespena pertsonak abstinentzia-denbora jakin bat igaro gabe egiten da batzuetan, hori islatzea garrantzitsua deritzo. Oso garrantzitsua da abstinentzia-denbora hori igarotzea egiaz patologiarekin bat dagoen ala ez balioesteko, hau da, patologia duala dagoen balioesteko. Askotan adikzioaren ondorioen eraginez beste koadro batzuk ere ematen direla sinetsi ohi da, eta berez adikzioaren ondorioak baino ez dira. Horregatik, oso garrantzitsua da tratamendu osoan zehar balioespen jarraitua egitea eta egiaz sintomatologia patologikorik dagoen ala ez behatzea.

Zure ustez, bada "teknologia-adikziorik"?

Teknikoki ez daude halakotzat definituta. DSM eskuliburuan (Buru-nahasmenduen Diagnosi eta Estatistikarako Eskuliburua) ez dira agertzen. Dena den, ez agertzeak ez du esanahi arazo hori duen inor ez dagoenik. Pertsona bat teknologia erabiltzen egoteak ez du esanahi adikziozko koadro bat duenik. Badira gai horretan nahastu egiten diren pertsonak, batez ere, adin nagusikoak. Adikzioa da halakotzat definitzeko patrioiak betetzen badira. Patrioi horiek betetzen ez badira, ziurrenera ez da adikziozko koadro bat egongo. Gehiegizko kontsumoa egon daiteke, baina ez adikzioa. Adikzioa aipatzen dugunean, seriotasun handiko gauza batez hitz egiten ari gara.

Pertsona batek adikzio bat baino gehiago dituenean, zein dira lotura ohikoena? Zein izango litzateke tratamendu egokiena?

Ohikoena, bi arloren arteko harremana da, edo hori da bederen kontsultan nik gehien ikusi dudana; alde batetik, kokaina eta jokia, eta beste alde batetik, kokaina eta sexu-adikzioa. Hori da pertsonalki kontsultan gehien ikusi ahal izan dudana. Dena den, hori niregana etorri den pazienteak duen profilaren baitako zerbait izan daiteke. Tratamendu egokienari dagokionez, ez dago tratamendu onena zein den adierazteko gakorik.



Funtsean, tratamenduak oso pertsonalizatuak izan behar direla uste dut, baita taldekako esku-hartzea burutu daitekeenean ere. Banakako esku-hartzea ere egin behar da, izan ere, badira pertsona asko taldekako tratamenduan aritu ostean aipatzen dutenak badituztela zenbait gauza taldean "atera" ezin dituztenak. Kasu horietan, bi tratamenduak uztartu beharko lirakeke eta, hala badagokio, laguntza psikofarmakologikoa ere eska daiteke, baina hori dagokion arloan aditua den medikuak balioetsi behar du.

Zure ustez, eskola-jazarpenak, tradizionalak nahiz sare bidez ematen denak, nolabaiteko lotura izan dezake adikzioekin?

Nire ustez ez, izan ere, oso ezberdinak diren bi kontu ditugu mintzagai. Ciberbullyinga eta adikzioa bi gauza ezberdin dira. Esate baterako, ciberbullyingaz hitz egiten dugunean, jazarpen batez ari gara, kontua da hori gauzatzeko bidea edo fresna IKT izenekoak direla, hots, informazioaren teknologia berriak. Horrela bada, bi kontzeptu ezberdin dira. Esate baterako, jazarpena eragiten duen pertsona batek ez du zertan adikziozko patroia izan. Bada ikerketaren batean ikusi ahal izan den beste kontu bat, hain zuzen, jazarpena pairatzen duten pertsonak, zenbaitetan, kontsumora jotzen dutela bizitzen ari diren emozio negatibo horiek anestesiatu edo arintzeko asmoz. Hori beste koadro batzuetan ere ikus daiteke (depresioan, antsietatean, etab.).

Portaerazko adikzioei helduz, jokorako adikzioa adikzioen plan ezberdinetan ari dira barneratzen, eta DSM-V eskuliburuan zuen presentzia ere aldatu egin da, zein iritzi duzu aldaketa horien inguruan?

Positiboa iruditzen zait. Lehen bulkaden kontrolarekin lotutako nahasmendu modura agertzen zen, besteak beste, piromaniaren koadroarekin batera. Ez zen aipatzen ludopatia zer den, hau da, adikziozko nahasmendua. Positiboa iruditzen zait aldaketa eta egun dagoen lekuan agertzea.

Zer dago egiteke adikzioen esparruan?

Ikusten ari naizenez, uste dut ludopatiaren esparruan zerbait egin behar dela, izan ere, jokalariaren profila aldatzen ari da. Egia da oraindik kontsultara joaten dela "jokorako adikzioa duen pertsona tradizionala" deritzodana, baina jende gazte asko ari da agertzen eta, batez ere, online apustuekiko adikzioa dutenak. Nire ustez hori arautu egin behar da nolabait, batez ere, kirolarekin lotutakoa. Ezin da onartu kirol ekitaldi bat (kirola osasunarekin lotzen da) ikusten den bitartean halako iragarkiak azaltzea, antzina tabakoarekin edo alkoholarekin lotutako iragarkiekin gertatzen zen moduan. Modu horretan, halako alderdi oro arautu diren moduan, hori ere arautzea espero dut, izan ere, errealitate bat agertzen ari zaigu aurrez aurre, hots, jokorako adikzioa duten pertsona kopurua areagotzen ari da. Azkenik, kezagarria iruditzen zait gazte askoren ikur eta "kuttun" diren kirol ikonoek edota futbol-taldek halako Apustu Etxeak iragartzea.



WEB BALIABIDEA



Zer da Drogomedia?

Droga-mendekotasunen Euskal Behatokiaren dokumentazio Zentroa 1992. urtean sortu zen. Urte horretatik Eguía-Careaga Fundazioaren SIIŠ Dokumentazio eta Ikerketa Zentroak lankidetzeta-hitzarmen bat mantentzen du Eusko Jaurlaritzarekin aipatutako dokumentazio-zentro hori kudeatzeko.

Hitzarmen horren esparruan, abian jarri zuen SIIŠek 2002an **Drogomedia.com** webgunea.

Drogomedia.com: adikzioetan espezializatutako ataria da, eta sustatzen du Eusko Jaurlaritzako Osasun Publikoaren eta Adikzioen Zuzendaritzak. Webgune honetan informazio ugari eskaintzen da drogen inguruan, dela informazio ugari eskaintzen da drogen inguruan, dela informazioa, txosten tematikoak, glosategia, hiztegia, agenda, balibide, esteka, ikerketa, etab.), dela berariak komunikabideentzat prestatutako informazioa (tresna, nobedade dokumental, erakundeetako nobedadeak, etab.) eta etengabe eguneratzen da. 2014an Drogomediako profilak mantendu dira Facebook eta Twitter sare sozialetan. Azkenik, berregituratu egin da 2014ko abenduan publiko egin den webgunearen edukien atalak eta berorren diseinua. Nabarmentzekoa da 2014an webguneak jaso dituela 31.009 bisita, hau da, aurreko urtearen aldean % 16 gehiago.

2015. urtean birmoldaketa egin da Drogomedia webgunean, eta berriz diseinatu dira atalak eta gehitu egin dira produktu berri batzuek, eta horien artean nabarmentzen da mendekotasunen inguruko **adierazleen Bankua**.



Uztaila 2015

ADIKZIOEN TAULA

LUDOPATIAREN DIAGNOSIRAKO IRIZPIDEAK - BULKADEN KONTROLEN NAHASMENDUTIK APUSTU-JOKOEN ONDORIOZKO NAHASMENDURA.

DSM IV-JOKO PATOLOGIKOA (F63.0)

DSM V-APUSTU-JOKOEN ONDORIOZKO NAHASMENDUA (F63.0)

A-Jokorako portaera isolatzaile, iraunkor eta errepikatua, hurrengo item hauetatik, gutxienez, bostek (edo gehiago) adierazten duten moduan.

A- Apustu-jokorako portaerazko arazo errepikatu eta iraunkorra, klinikoki adierazgarriak diren ezgaitasun edo distresa sortzen dutenak, norbanakoak, gutxienez, sintoma hauetako 4 (edo gehiago) agertzen dituenean 12 hilabeteko epealdi batean:

Jokorako kezka (esate baterako, jokoarekin lotutako antzinako esperientziak berriro bizitzeko kezka, lehiaketan arteko abantailak orekatzeko edo hurrengo abentura planifikatzeko, edo jokatzeo dirua lortzeko moduan pentsatzeak).

Apustu-jokoekin kezkatuta egon ohi da maiz (adibidez, antzinako esperientziak berriro bizitzeko, hurrengo saioa planifikatzeko edo apusturako dirua lortzeko modua asmatzeko pentsamendu iraunkorra).

Gero eta diru gehiagoz jokatzeo premia, nahi den kitzikadura maila lortzeko.

Gero eta diru gehiagoz jokatzeo premia, nahi den kitzikadura lortzeko.

Jokoa kontrolatzeko, eteteko edo, are, jokoa uzteko ahaleginen porrot etengabeak.

Jokoa kontrolatu, eten edo uzteko ahaleginak errepikatu ditu, arrakastarik gabe.

Jokoa eten edo uzten saiatzen denean artega edo urduri egoten da.

Jokoa eten edo uzten saiatzen denean artega edo suminkor egoten da.

Jokoa arazoetatik inhes egiteko edo disfaria arintzeko (esate baterako, etsipena, erua, herstura, depresioa) estrategia modura erabiltzen da.

Distresa duenean (adibidez etsita, erudun, hersturaz edo depresioak jota) maiz jokatzen du.

Jokoan dirua galdu ostean, beste egun batean itzultzen da berreskuratzeko asmoz (norberaren galerak "ehizatzeo" asmoz).

Jokoan dirua galdu ostean, sarritan beste egun batean itzultzen da berreskuratzeko asmoz (norberaren galerak berreskuratu edo ehizatzeo -chasing- asmoz).

Familia, terapeuta edo beste zenbait persona engainatu egiten ditu, jokoan duen inplikazio-maila ezkutatzeko.

Jokoan duen inplikazio-maila ezkutatzeko gezurrak esaten ditu.

Legez kanpoko ekintzak betetzen dira (esate baterako, faltsifikazioa, iruzura, lapurreta edo konfiantza gehiegieriaz baliatzea) jokoa finantzatzeko.

Ez da agertzen.

Pertsonen arteko harreman, laneko harreman eta aukera profesional edo hezkuntzako adierazgarriak galdu edo ariskatu dira jokoaren ondorioz.

Pertsonen arteko harreman, laneko aukera eta aukera profesional edo hezkuntzako adierazgarriak galdu edo ariskatu ditu jokoaren ondorioz.

Besteek dirua emango dutela uste da, jokoak eragindako egoera finantzario etsigarria arintze aldera.

Besteek dirua emango diotela uste du, jokoak eragindako egoera finantzario etsigarria arintze aldera.

B- Jokorako portaera ez da hobeto azaltzen gertaera maniako bat, alkoholismoa edo drogekiko mendekotasuna izateagatik.

B- Apustu-jokorako portaera ezin zaio egotzi gertaera maniako bati.

gomendatutako liburuak

QUERER NO ES PODER. COMO COMPRENDER Y SUPERAR LAS ADICCIONES.

ARNOLD M. WASHTON
DONNA BOUNDY
PAIDOS IBERICA, 2005

Drogarekiko adikzioaren arrazoia ez dago drogan bertan, gogo-aldarteak aldatzeko nahian baizik. Horregatik, erabat osatzeko, funtsean, gure bizi-estiloa aldatu behar da: adikziozko bizi-estiloa. Liburuak sustrai horietan arakatzu era guztietako adikzioak gainditzen erakusten digu. Liburuan zergatik pertsona batzuk beste zenbait baino zaurgarriagoak diren (adikziozko nortasuna), nola gure familiak eta gizarteak oharkabean adikzioak susta ditzaketen, eta eragin suntsikor horiek printzipio positibo eta bitalistekin nola ordeztatu ditzakegun erakusten da.



gomendatutako dvida



REQUIEM POR UN SUEÑO (Requiem for a Dream)

Zuzendaria: Darren Aronofsky **Urtea:** 2000
Aktore-zerrenda: Jared Leto, Jennifer Connelly, Ellen Burstyn, Marlon Wayans, Christopher McDonald, Louise Lasser, Marcia Jean Kurtz, Janet Sarno, Suzanne Shepherd, Dylan Baker, Keith David, Peter Maloney.

Sinopsia: Sara ama oinazetsuarekin (Ellen Burstyn) bizi da Harry (Jared Leto). Harryk bizitza hobea bat du amets, baina ama dietan dago etengabe bere ilusiorik handiena bete dezakeen egunaren zain; maite duen telebista-lehiaketan agertzea. Harry eta Marion neskalagunaren (Jennifer Connelly) irrika Tyrone (Marlon Wayans) lagunarekin droga salduz aberastea da, irabaziekin negozio bat irekitzeko. Dena den, sekula ez dute plana burutzeko behar beste diru batzen. Hala ere, Harry eta Marionek ez dute etsitzen nardagarritzat duten existentzia horretan bizitz, eta pentsaezinezko gauzak egingo dituzte desiran duten bizimodua lortze aldera.