



NO JUEGUES CON EL JUEGO

SI DEJA DE SER ENTRETENIDO, YA NO ES UN JUEGO

Estar informado nos permite saber,
disfrutar o tomar medidas.



¿POR QUÉ NOS GUSTAN LOS JUEGOS DE AZAR Y LAS APUESTAS

Cuando jugamos y ganamos experimentamos sensaciones placenteras activadas en nuestro sistema cerebral de recompensa. Es similar a lo que sentimos al comer una rica comida o interactuar con una persona que estimas.

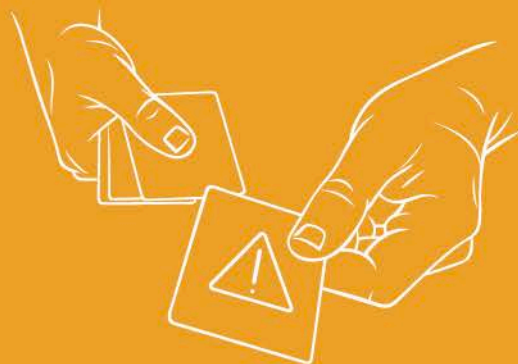


¿POR QUÉ, AUNQUE PERDAMOS, SEGUIMOS JUGANDO?

Más que por el placer de ganar u obtener premios, investigaciones han demostrado que lo que nos estimula fuertemente al jugar es la expectativa misma de ganar.

¿CUÁNDO EL JUEGO PUEDE VOLVERSE UN PROBLEMA?

Cuando la búsqueda del placer del juego y las apuestas se vuelve prioridad e interfiere en tu vida cotidiana, es hora de parar y buscar ayuda porque podrías estar cayendo en lo que se llama "juego problemático".



¿QUÉ CLASE DE JUGADOR ERES?

En sólo cinco preguntas averigua si para ti es sólo un juego.

1 ¿Con qué frecuencia juegas juegos de azar?

- A. Dos veces al mes o menos
- B. Una vez por semana
- C. Más de dos veces por semana

2 ¿Has sentido que deberías reducir tu conducta de juego?

- A. No, nunca
- B. Sólo cuando creo que se me ha pasado la mano
- C. Sí, constantemente

3 ¿Has negado, ocultado o minimizado ante tu familia y/o amigos las veces que juegas o las cantidades que apuestas?

- A. No, nunca. Mi entorno sabe lo que hago
- B. Algunas veces lo he hecho
- C. Sí. Nadie sabe cuánto juego realmente

4 ¿Has tenido alguna pelea familiar, problemas en el trabajo, problemas económicos o de sueño por causa del juego?

- A. No
- B. Puntualmente, en una ocasión
- C. Sí

5 ¿Te sientes impulsado a jugar a pesar de tus problemas y no puedes dejarlo?

- A. No
- B. Sí, pero lo he dejado por largo tiempo
- C. Sí, pero no he conseguido dejarlo



**AHORA, CALCULA
TU PUNTAJE:**

La alternativa a) tiene un valor de 0 puntos
La alternativa b) tiene un valor de 10 puntos
La alternativa c) tiene un valor de 15 puntos

0 A 20

Si obtuviste **menos de 20 puntos**

Tus respuestas indican que juegas de forma recreativa y hasta el momento no se ha convertido en un problema. Mantente alerta para seguir disfrutando de los juegos de azar con seguridad y consulta a un profesional si crees que juegas con mayor frecuencia que antes.

20 A 55

Si obtuviste entre **20 y 55 puntos**

Al parecer el juego está dejando de ser una diversión. Deberías preocuparte y conversar con tu familia y/o amigos sobre esta conducta. Quizás sea buena idea dejar de jugar por un tiempo y consultar con un profesional.



60 A 75

Si obtuviste entre **60 y 75 puntos**

Es muy probable que tengas adicción al juego. La ludopatía es una enfermedad mental que se relaciona con los trastornos de los hábitos y del control de impulsos. Puede tratarse con tu voluntad y ayuda profesional.

Test elaborado con información de la Federación Española de Jugadores de Azar rehabilitados



¿CÓMO BUSCAR AYUDA?

El sitio web de la Superintendencia de Casinos de Juego cuenta con un espacio informativo para promover el juego responsable. Te invitamos a dar el primer paso visitando **www.scj.cl**

La ludopatía puede tratarse con ayuda profesional

Si crees que necesitas ayuda u orientación, puedes **consultar en el casino de juego** o en la **SCJ**, respecto de los procedimientos de autoexclusión voluntaria de jugadores con los que cuentan los casinos legalmente autorizados.