



## 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. Debieras 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](http://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.



**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.

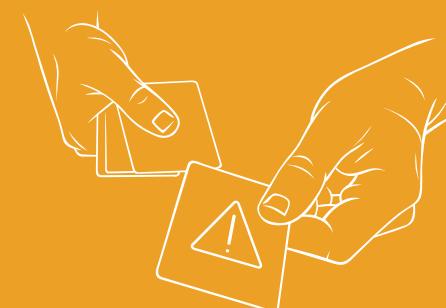


## ¿POR QUÉ, AUNQUE PERDAMOS, SEGUIMOS JUGANDO?

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