

# DÍA SIN JUEGO DE APUESTAS

29 Octubre



¿A qué nos enganhamos?

## Adicción al juego y otras adicciones

*Si necesitas ayuda*

Asajer 945 140 468 • 945 234 990

Organiza/Antolatzailea:



ASOCIACIÓN ALAVESA  
DE JUGADORES EN  
REHABILITACIÓN  
ERREABILITAZIOAN DIREN  
ARABAKO JOKALARIEN ELKARTEA  
[www.asajer.org](http://www.asajer.org)

Colabora/Laguntzailea:



Ayuntamiento  
de Vitoria-Gasteiz  
Vitoria-Gasteizko  
Udala

Laguntzailea/Argitaratzailea  
Colabora • Edita:



Arabako Foru Aldundia  
Diputación Foral de Álava

**¿A qué nos enganchamos?** Es el lema que, con motivo del Día Sin juegos de Apuestas (29 de Octubre), hemos elegido para que nos sensibilicemos y concienciamos en torno a la ludopatía.

La adicción a los juegos de azar y de apuestas se ha convertido en una de las adicciones de tipo comportamental de mayor incidencia. Aproximadamente 40.000 vascos/as tienen problemas con el juego. Se estima que el nivel de prevalencia en la población joven es el doble que en la población adulta. La presencia de internet ha provocado que se hayan encendido las alarmas en torno al uso del juego por parte de las personas menores y los/as jóvenes, sobre todo en apuestas deportivas, casinos virtuales y el póker.

Se la conoce como la enfermedad silenciosa, ya que el sentimiento de vergüenza que provoca en las personas afectadas y en su familia es tan importante que se va a hacer todo lo posible por ocultarla, a pesar del grado de sufrimiento que provoca.

La adicción al juego puede ir acompañada de otro tipo de adicciones: compras, sustancias (alcohol, tabaco, cannabis, cocaína), tecnologías (internet, videojuegos, móviles). También nos podemos encontrar con personas con otro tipo de adicciones y se añade el juego. Cada vez es más frecuente encontrarnos con poli-adicciones.

## Qué nos atrae del juego

El principal atractivo del juego es que nos gusta: nos divierte, estamos a gusto cuando jugamos, nos distrae, nos ayuda a no caer en el aburrimiento,... Otro atractivo que tiene son las sensaciones que produce: placer, estar relajado, estar en tensión, subidón que provoca,...

El juego tiene un componente de riesgo que lo hace más atractivo, sin olvidarnos que el dinero le da una mayor emoción.

Podemos destacar que las personas con problemas de juego lo utilizan como una vía de escape, una forma de romper la rutina, dar una emoción extra a la vida,...

## Señales de advertencia

El juego se considera que es una actividad normal, con importantes beneficios para el bienestar de las personas. El uso no adecuado es lo que lo puede convertir en problema. Las señales de advertencia serían las siguientes:

- He dejado de divertirme cuando juego.
- Me siento culpable después de jugar.
- Pienso constantemente en el juego, en cómo obtener dinero.
- Juego cuando estoy solo o busco estar solo para jugar.
- Miento constantemente para tapar el juego.
- En casa hay discusiones en torno al juego y al dinero.
- Estoy perdiendo a mis amigos.
- El dinero que destino al juego cada vez es mayor y a veces, me gasto el dinero del piso, de la comida, de la ropa...
- El juego se ha convertido en el centro de mi vida.



Detente un momento para reflexionar. Si te identificas con alguna de estas señales o conoces a alguna persona que esté viviendo esta situación, **INFÓRMATE:**

**ASAJER - C/ General Álava, 25 - 1º Dcha. - 01005 Vitoria-Gasteiz**  
Tfnos: **945140468 • 945234990 / asajer@telefonica.net / www.asajer.org**

