

# ADICCIÓN A LOS JUEGOS DE AZAR Y APUESTAS ONLINE

Necesidad urgente, incontrolada y frecuente de jugar o apostar, proporcionando una sensación placentera pero que **afecta negativamente** a la vida académica, laboral y familiar.

La gran dificultad de controlar el impulso de jugar, provoca en el jugador el **síndrome de abstinencia**. Sensación muy parecida a la que se experimenta con la adicción a cualquier droga.

## ¿SÍNTOMAS DE LA ADICCIÓN?



- El juego está constantemente en tu cabeza.
- La irritación aumenta cuando tienes ganas de jugar y no puedes.
- Ya te has propuesto dejarlo en varias ocasiones pero siempre termina en fracaso.
- Cada vez es más frecuente que mientas, sobre todo con cuestiones relacionadas con el juego, como el dinero, dónde pasas el tiempo, por qué estás cambiando...

## ¿CÓMO PREVENIRLO?



- Comenta lo antes posible a tus personas de confianza esas sensaciones que te están llevando a jugar.
- Deporte. Haz ejercicio, te ayudará a controlar el estrés y la ansiedad.
- Cambia aquellas rutinas que te llevan a jugar.
- Desarrolla tu autoestima. La principal razón por la que se cae en el juego patológico es la falta de recursos personales adecuados para superar situaciones emocionalmente negativas.
- Para más información, puedes visitar la página de la Federación Española de Jugadores de Azar rehabilitados: [www.fejar.org](http://www.fejar.org)

## ¿DÓNDE ACUDIR?

Puedes encontrarnos en:



**AJUPAREVA**  
Tel. 635 957 473  
[www.ajupareva.es](http://www.ajupareva.es)

**Asociación Miguel Delibes**  
Tel. 983 252 489  
[www.ajrmigueldelibes.com](http://www.ajrmigueldelibes.com)

## EL NUEVO LUDÓPATA TIENE 20 AÑOS Y ESTÁ ENGANCHADO A LAS APUESTAS DEPORTIVAS

El 30% de los jugadores son jóvenes de entre 18 y 25 años

### #VAHAZTEUNFUERADEJUEGO

CAMPAÑA POR EL USO RESPONSABLE DEL JUEGO



@jovenva



@espaciojovenvalladolid