

## Señales de alerta de un problema con el juego

### ¿Tú o alguien que conoces tiene alguna de estas señales?

- Pasar cada vez más tiempo jugando
- Aumentar el tiempo y los lugares donde juegas
- Subir el tamaño de las apuestas
- Inventar “ocasiones especiales” para jugar (y cancelar otros planes)
- Tener un interés muy intenso en el juego (tensión o emoción constante)
- Jugar para escapar de problemas o en momentos de crisis
- “Perseguir” las pérdidas apostando más
- Presumir las ganancias y evitar hablar de las pérdidas
- Mostrar dinero o cosas compradas de manera exagerada
- Dejar de lado otras actividades e intereses
- Ausencias frecuentes en la escuela, el trabajo o en casa
- Alejarse de la familia y amigos
- Usar dinero destinado a otras cosas para jugar

Si te cuesta seguir las recomendaciones para mantener una relación más saludable con el juego, puede ser señal de que está dejando de ser solo una actividad recreativa. Si necesitas más apoyo, comunícate con Oregon Problem Gambling Resource.

Llama al 1-844-TU-VALES o visita [OPGR.org](http://OPGR.org)



**Ayuda – Esperanza – Estamos contigo**