

Para ayuda confidencial sin costo,
llame al:

1-800-GAMBLER

1-800-426-2537

Para servicios de TTY, llame al:
1-800-722-0997

(las 24 horas del día, los 7 días de la semana)
Servicios de interpretación disponibles

Elija de una variedad de servicios:

Consejería telefónica - Programe citas para hablar por teléfono con un consejero que se especializa en el juego problemático.

Consejería para pacientes externos - Haga citas para hablar con un consejero individualmente en un entorno privado.

Consejería de grupo - Participe en consejería de grupo con jugadores, familiares afectados o grupos mixtos.

Consejería intensiva para pacientes externos - Trabaje con consejeros capacitados durante tres horas al día, tres veces por semana.

Cuidados residenciales - Un programa de 30 días para pacientes internos donde los jugadores pueden vivir en un centro autorizado y recibir 15 horas por semana de consejería relacionada con el juego problemático.



www.problemgambling.ca.gov

Para obtener
más información:



Oficina sobre el Juego Problemático

opg@cdph.ca.gov

problemgambling.ca.gov

916-327-8611



¿Está
apostando
su
jubilación?

"Quiero divertirme jugando, pero no puedo permitirme perder".

-Ex cliente de CalGETS

Spanish

Departamento de Salud Pública de California

Los riesgos del juego

Muchos adultos mayores pueden comenzar a jugar, como actividad social y de entretenimiento. Pero después de un tiempo, lo hacen para tratar de recuperar las pérdidas. Algunos lo hacen por otras razones, como tristeza, soledad, o aburrimiento. La tendencia aumenta para la generación de la posguerra que se jubila. Los adultos mayores juegan más juegos de azar. Como Keno, tragamonedas, cartas, carreras de caballos, bingo, lotería, apuestas deportivas, mercado de valores, rifas o juegos por Internet. Aunque en su mayoría el juego no provoca problemas, algunas personas se "enganchan", tal como algunos se hacen dependientes del alcohol.

Las consecuencias pueden ser graves. Los adultos mayores que desarrollan un problema con el juego están en peligro de perder los ahorros de toda su vida. A diferencia de alguien más joven, los adultos mayores tienen oportunidades limitadas para reemplazar el dinero perdido en el juego. Puede ser difícil comenzar de nuevo a nivel financiero.

Reduzca el riesgo

El juego de bajo riesgo es una manera de jugar sin crear los problemas que sufriría si pierde el control. La clave es darse cuenta de que "solo es un juego".

Siga estos consejos:

- Fije un límite de dinero y tiempo
- Nunca pida prestado dinero para jugar
- Equilibre el juego con otras actividades

¿Por qué es usual que jueguen los adultos mayores?

- Para socializar
- Por aburrimiento o soledad
- Por la emoción
- Para evitar pensar en sus problemas
- Por la pérdida de un ser querido
- Esperanzas no realistas de grandes ganancias



¿El juego problemático puede afectar su salud?

Sí. Se ha descubierto que los jugadores con problemas con el juego tienen un peor estado de salud general. Las estadísticas indican que visitan con más frecuencia las salas de emergencia por problemas de salud física o mental, fuman más de una cajetilla de cigarrillos al día, tienen más probabilidades de ser obesos, evitan el ejercicio diario y tienen más posibilidades de evitar la atención médica por sus problemas financieros.

¿Tiene un problema con el juego?

- ¿Alguna vez intentó jugar menos o controlar sus impulsos de jugar?
- ¿Alguna vez les mintió a sus familiares, amigos u otras personas sobre cuánto tiempo juega o sobre cuánto dinero perdió jugando?
- ¿Hubo alguna vez periodos de 2 semanas o más que pasó mucho tiempo pensando en sus experiencias con el juego o planificando futuras salidas para jugar o apostar?

¿Conoce a alguien que tenga un problema con el juego?

- ¿Hay un jugador en su vida que ha mentado sobre cuánto o con qué frecuencia juega?
- ¿Hay un jugador en su vida que no puede jugar menos o controlar sus impulsos para jugar?
- ¿Está sufriendo las consecuencias negativas debido a la conducta de juego problemático como deudas, depresión, culpa o vergüenza?

Si contestó que sí a alguna de estas preguntas, usted o alguien que conoce podrían tener un problema con el juego. Llame al 1-800-426-2537 o visite problemgambling.ca.gov para obtener más información.