

# ¿Usted o un ser querido enfrentan un problema con el juego?

Desde juegos de casino y boletos de lotería hasta apuestas deportivas y bingo, el juego puede pasar de ser divertido a estar fuera de control rápidamente. De hecho, en un año determinado, alrededor del 14 % de los adultos de Iowa experimentarán un problema relacionado con el juego. Por ello es importante reconocer las señales de advertencia, para que pueda obtener ayuda antes de que sea demasiado tarde.

**SIN IMPORTAR LO QUE ESTÉ ENFRENTANDO, SIEMPRE PUEDE COMUNICARSE CON 1-800-BETS OFF DE YOUR LIFE IOWA PARA OBTENER APOYO.**

**1-800-BETS OFF IESTÁ A SU DISPOSICIÓN, TODO EL DÍA Y TODOS LOS DÍAS.**

Cuando no sabe a dónde acudir para obtener ayuda con un problema relacionado con el juego, siempre puede comunicarse con 1-800-BETS OFF de Your Life Iowa. Nuestros profesionales compasivos ofrecen apoyo y lo conectan con recursos diseñados para volver a encaminar su vida. Puede llamar, enviar mensajes de texto o chatear en vivo con nosotros en cualquier momento, de día o de noche.



**1-800-BETS OFF**

📱 ENVÍE UN MENSAJE DE TEXTO AL:  
**(855) 895-8398**

💬 CHATEE EN:  
**YourLifelowa.org**

**JUEGO**



**Aumente sus probabilidades de recuperarse de los problemas del juego.**



**1-800-BETS OFF**



## JUEGO

### ⚠ ESTÉ ATENTO A ESTAS SEÑALES DE ADVERTENCIA

Hay diversas señales que pueden indicar que alguien puede estar experimentando un problema con el juego, pero estas son algunas de las más comunes.

- Pensar constantemente en el juego (revivir experiencias de juego pasadas, planificar la próxima aventura, pensar en formas de obtener dinero para el juego, etc.)
- Ser reservado sobre los hábitos de juego y estar a la defensiva cuando es confrontado
- Mentirle a la familia y a otras personas sobre el alcance del juego
- Aumentar las cantidades de apuesta para lograr la emoción deseada (“alta”)
- Intentar controlar, reducir o detener el juego sin éxito
- Sentirse inquieto o irritable cuando no está jugando
- Jugar para escapar de problemas
- Perseguir las pérdidas con un mayor juego
- Cometer delitos para financiar el juego
- Poner en peligro o perder relaciones, empleos, educación u oportunidades profesionales debido al juego
- Depender de los demás para aliviar una situación financiera desesperada causada por el juego

Si usted o alguien que conoce muestra alguna de las señales de advertencia anteriores, es momento de hablar con alguien que pueda ayudar.

### ¿CÓMO AFECTA EL JUEGO AL CEREBRO?

La investigación ha descubierto que el juego activa el sistema de recompensa del cerebro de manera muy similar al alcohol y otras drogas. Y al igual que el alcohol y otras drogas, algunas personas pueden ser más propensas a desarrollar problemas. A medida que una persona juega más, puede sobreestimular el sistema de recompensa del cerebro, lo que provoca una reacción en el cerebro que reduce el nivel de placer que se siente. Este cambio en la química cerebral hace que la persona juegue cada vez más para sentir el placer que busca.

# La recuperación es posible.

En toda Iowa, las personas se están recuperando de problemas relacionados con el juego. Usted también puede hacerlo. Obtener ayuda es una de las mejores cosas que puede hacer por sus relaciones, trabajo o escuela y todos los demás aspectos de su vida. No es necesario que lo haga solo.

### ÁNIMO. UN MENSAJE DE TEXTO A LA VEZ.

Todos necesitamos ánimo de vez en cuando. Cuando se inscriba en el programa de mensajes de texto de Your Life Iowa, recibirá mensajes diseñados para brindarle apoyo, independientemente del desafío que enfrente.

Inscríbese en [YourLifeIowa.support](https://YourLifeIowa.support).

📞 LLAME AL:

**(855) 581-8111**

📱 ENVÍE UN MENSAJE DE TEXTO AL:

**(855) 895-8398**

💬 CHATEE EN:

**YourLifeIowa.org**