

# **CÓMO NO PERDERLO TODO: JUGAR RESPONSABLAMENTE**

- La decisión de jugar en una elección personal
- Fíjese un límite de cuánto va a gastar
- Cuando llegue a su límite, deje de jugar; no siente la tentación de pedir dinero prestado o de sobrepasar su límite
- Entienda que tanto ganar como perder son partes del juego; es más fácil si tiene la esperanza de ganar pero cree que vas a perder.
- El dinero que necesita es sólo eso: para necesidades
- Jugar no es necesario para pasarla bien
- Entienda que todas las formas del juego tienen el potencial de formar un hábito
- El juego no es un buen sustituto para el alcohol o las drogas
- Si pierde, no se moleste en cazar las pérdidas con más apuestas para "recuperarse"; acepte las pérdidas como el costo del entretenimiento

¿Cree que usted o un ser querido tiene un problema con el juego? Ayuda es confidencial.

Lláme a

**1-800-522-4700**

¡No espere hasta que el problema empeore!