

# **JUEGO COMPULSIVO**

*En el mundo actual, el juego compulsivo se ha convertido en un problema de proporciones alarmantes. Hombres y mujeres que están atrapados por esta compulsión conocen la miseria y la desesperación. Parecen incapaces de escapar y, a menudo, aparentemente no quieren hacerlo. Para quienes sí desean escapar, el primer paso es una evaluación honesta de las áreas en las que el juego se ha convertido en un problema. Este folleto está pensado como una guía para esa evaluación.*

## **JUEGO COMPULSIVO**

Un jugador compulsivo es una persona cuya adicción al juego le causa un problema constante y creciente en cualquier aspecto de su vida. Se ven dominados por un impulso obsesivo e irresistible de jugar. A menudo parecen empeñados en su propia destrucción.

A medida que continúan apostando, pierden tres cosas básicas: TIEMPO, DINERO y el SENTIDO DE LOS VALORES. El tiempo y el dinero se pierden para siempre, pero se puede recuperar el sentido de los valores. Se puede recuperar la capacidad de evaluar qué es realmente necesario para tener una vida buena y útil. El primer paso es admitir la impotencia ante el juego. No hacer la primera apuesta será la clave que pronto abrirá la puerta a una vida nueva y maravillosa.

Las siguientes preguntas indican áreas en las que la mayoría de los jugadores compulsivos han tenido problemas. Le sugerimos que considere estas preguntas si el juego se ha convertido, de alguna manera, en un problema en su vida.

# VEINTE PREGUNTAS

1. ¿Perdiste alguna vez tiempo en el trabajo o en los estudios debido al juego?
2. ¿Ha causado el juego infelicidad en tu vida con la familia?
3. ¿Fue afectada tu reputación por el juego?
4. ¿Has sentido alguna vez remordimiento después de jugar?
5. ¿Has jugado alguna vez para obtener dinero para pagar deudas o resolver de otra manera problemas financieros?
6. ¿Disminuyó tu eficiencia o ambición a causa del juego?
7. Después de perder, ¿sentiste que tenías que volver lo antes posible para ganar y recuperar tus pérdidas?
8. Después de ganar, ¿sentiste que tenías la necesidad urgente de volver para ganar más?
9. ¿Jugabas a menudo hasta perder tu última moneda?
10. ¿Pediste prestado alguna vez para financiar el juego?
11. ¿Has vendido alguna vez algo para financiar el juego?

- 12.** ¿Te molestaba utilizar el “dinero obtenido por medio del juego” en gastos normales?
- 13.** ¿Te hizo el juego que descuidaras tu propio bienestar y el de tu familia?
- 14.** ¿Jugaste alguna vez por más tiempo del que tenías planeado?
- 15.** ¿Has jugado alguna vez para escapar de una preocupación, problema, aburrimiento, soledad, dolor emocional o pérdida?
- 16.** ¿Alguna vez has cometido o has pensado cometer un acto ilegal para financiar el juego?
- 17.** ¿Te ha causado el juego dificultades para dormir?
- 18.** ¿Las discusiones, desilusiones o frustraciones crean en ti la necesidad urgente de jugar?
- 19.** ¿Has sentido alguna vez una necesidad urgente de celebrar cualquier buena fortuna con un par de horas de juego?
- 20.** ¿Has considerado alguna vez la autodestrucción o el suicidio como consecuencia de tu juego?

La mayoría de los jugadores compulsivos contestarán sí a por lo menos siete de estas preguntas

# JUEGO COMPULSIVO

Este folleto ha sido preparado por la Comunidad de Jugadores Anónimos. Somos hombres y mujeres de diversos ámbitos que hemos conocido la humillación y la desesperación debido a un impulso irracional por jugar.

Nuestra recuperación se basa en la voluntad de lograr ciertos cambios de personalidad en nosotros mismos. Reconocemos que juntos podemos lograr estos cambios. Por separado, no podríamos. Esta convicción nos ha llevado a unirnos en reuniones grupales. Intentamos llevar a cabo estas reuniones de manera que permitan un intercambio ordenado de ideas, entendiendo que lo fundamental es compartir nuestra experiencia y fortaleza. Aprendemos la importancia de ser honestos con nosotros mismos y con los demás. Buscamos practicar la tolerancia y la apertura mental, y estamos siempre dispuestos a llevar el mensaje al jugador compulsivo que aún sufre.

Cuando dos o más jugadores con problemas se reúnen para hablar de sus problemas comunes, tenemos una reunión de JA. Nuestra experiencia y procedimiento de reuniones grupales están disponibles a quien nos lo solicite.

Si tienes un problema con el juego, te ofrecemos nuestro apoyo y ayuda. Nuestra experiencia nos ha enseñado que juntos podemos sobrevivir y encontrar una buena vida. Divididos, no podemos esperar mucho. Esperamos que te unas a nosotros.

**JUGADORES ANÓNIMOS  
GAMBLERS ANONYMOUS®  
INTERNATIONAL SERVICE OFFICE**

1306 Monte Vista Avenue  
Suite 5

Upland, CA 91786  
Phone (909) 931-9056  
Fax (909) 931-9059

Website: [www.gamblersanonymous.org](http://www.gamblersanonymous.org)

E-Mail: [isomain@gamblersanonymous.org](mailto:isomain@gamblersanonymous.org)

**PARA INFORMACIÓN DE  
REUNIONES EN SU ZONA  
LLAME AL  
(855) 2-CALL-GA  
(855) 222-5542**



Traducido del folleto "20 Questions Booklet – Are you a Compulsive Gambler?"

Revisión 06/09

Traducción actualizada 2025

*VERSIÓN DIGITAL - SOLO LECTURA*