

El auge de las apuestas deportivas en línea

1. **Legalización:** en 2018, una decisión de la Corte Suprema les abrió las puertas a las apuestas deportivas legales.
2. **Tecnología:** los teléfonos inteligentes han hecho que las apuestas sean accesibles en cualquier momento y lugar.
3. **Cambio cultural:** las apuestas deportivas se han vuelto más aceptables socialmente, con las principales ligas deportivas asociándose con casas de apuestas.
4. **Mercadeo:** las campañas publicitarias agresivas han normalizado las apuestas como parte de la experiencia de ver deportes.
5. **Impacto del COVID-19:** a pandemia aceleró la transición a plataformas en línea para el entretenimiento y los juegos de azar.

¿Quién apuesta?

Hay estudios recientes que han revelado patrones interesantes sobre quiénes participan en las apuestas deportivas en línea:

- **Edad:** los adultos jóvenes (21-34) constituyen el grupo más numeroso de apostadores deportivos en línea.
- **Sexo:** si bien la mayoría de los apostadores deportivos son hombres, también participan cada vez más mujeres.
- **Ingresos:** las personas con ingresos medios y altos son más propensas a apostar en línea.
- **Educación:** las personas con estudios universitarios están sobrerrepresentadas entre los apostadores deportivos en línea.
- **Accionistas de deportes:** los aficionados al deporte más ávidos son los más propensos a apostar en línea.
- **Conocimiento de la tecnología:** quienes están familiarizados con el uso de la tecnología digital son más propensos a apostar en línea.



Problem gambling help is here

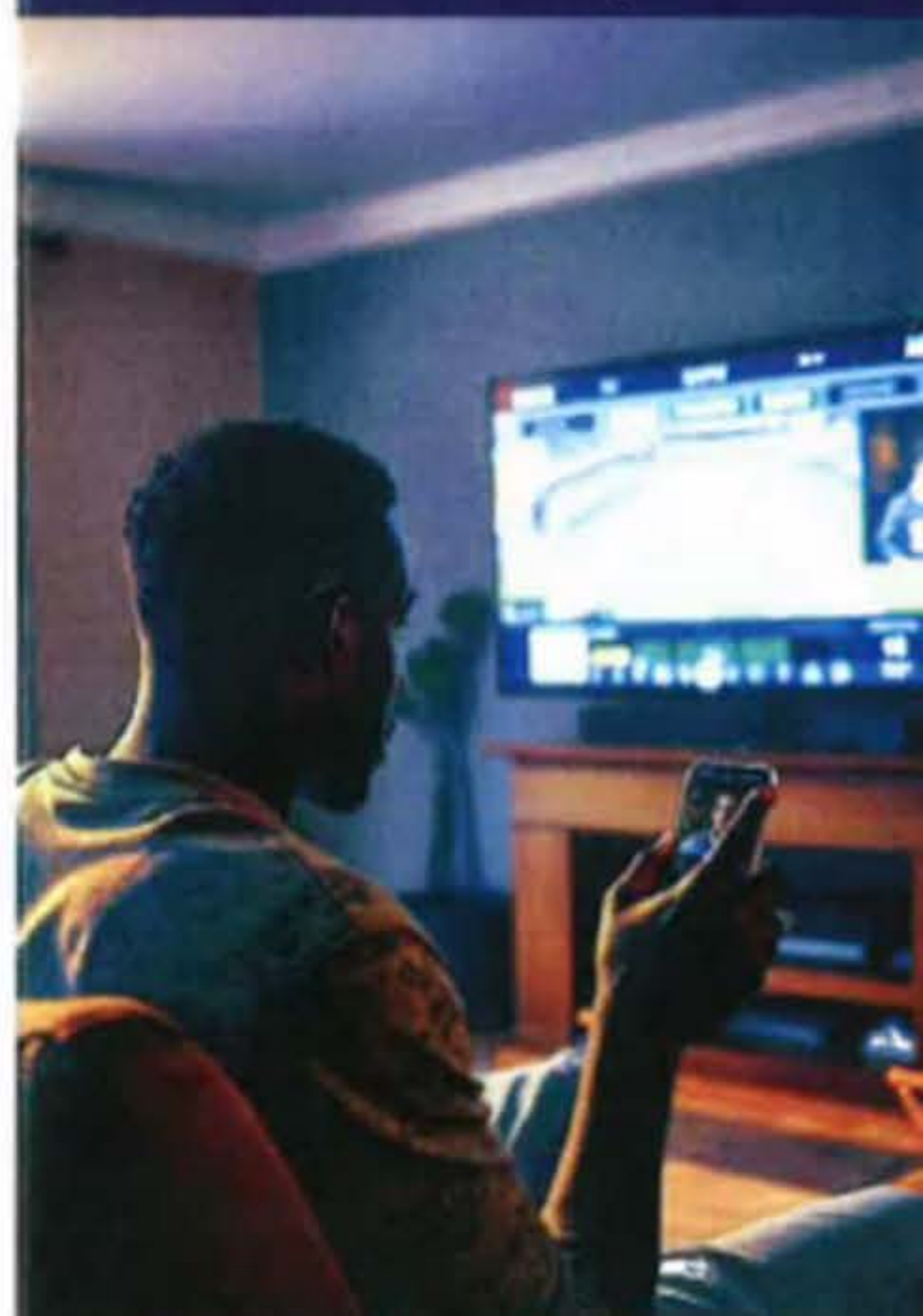
Call 1-800-789-7777 or visit responsibleplayct.org.



KNOW THE RISKS OF GAMBLING

APUESTAS DEPORTIVAS EN LÍNEA:

No juegues con tu futuro



¿Por qué es un problema?

1. **Adicción:** su facilidad de acceso puede llevar a comportamientos compulsivos.
2. **Ruina financiera:** grandes pérdidas pueden generar deudas e inestabilidad financiera.
3. **Problemas de salud mental:** la ansiedad, la depresión y el estrés suelen acompañar a la ludopatía.
4. **Tensión en las relaciones interpersonales:** la adicción a las apuestas puede dañar las relaciones personales y profesionales.
5. **Integridad en el deporte:** el aumento de la actividad de apuestas genera preocupación por el arreglo de partidos y la corrupción en el deporte.
6. **Exposición de los jóvenes:** los jóvenes están cada vez más expuestos a la cultura de las apuestas.
7. **Privacidad de datos:** las plataformas de apuestas en línea copilan grandes cantidades de datos personales y financieros.



Síntomas de adicción al juego

Reconocer las señales de un comportamiento problemático en las apuestas es fundamental. Presta atención a estas señales:

- **Preocupación:** pensar o planificar constantemente las apuestas.
- **Escalada:** necesidad de apostar más dinero para obtener la misma emoción.
- **Persecución de pérdidas:** intentar recuperar las pérdidas y apostar más.
- **Mentiras:** ocultar las actividades de apuestas a amigos y familiares.
- **Préstamos:** pedir préstamos o usar ahorros para financiar las apuestas.
- **Negligencia:** perder las responsabilidades laborales, familiares o personales debido a las apuestas.
- **Síndrome de abstinencia:** sentirse inquieto o irritable al intentar reducir la actividad de apuesta.
- **Intentos fallidos:** incapacidad para detener o controlar las apuestas, a pesar de quererlo.
- **Poner en riesgo oportunidades:** arriesgar el trabajo, la educación o las relaciones por apostar.
- **Depender de otros:** buscar ayuda financiera debido a pérdidas en apuestas.



Cómo obtener ayuda

Si tú o alguien que conoces tiene problemas con la adicción a las apuestas deportivas en línea, hay ayuda disponible:

1. **Asesoría profesional:** busca ayuda de terapeutas especializados en ludopatía. Muchos ofrecen sesiones en línea para mayor comodidad.
2. **Programas de autoexclusión:** la mayoría de las plataformas de apuestas en línea ofrecen herramientas para limitar o bloquear tu acceso. Úsalas de forma proactiva.
3. **Asesoría financiera:** consulta con asesores financieros para gestionar tus deudas y crear un plan de recuperación.
4. **Grupos de apoyo:** anima a tus familiares a unirse a grupos de apoyo como Gam-Anon para obtener orientación y comprensión.
5. **Bloquea sitios de apuestas:** usa software en tus dispositivos para restringir el acceso a sitios web y aplicaciones de apuestas.
6. **Mantente informado:** aprende sobre la psicología de la adicción al juego para comprender y combatir mejor el problema.

Recuerda, buscar ayuda es señal de fortaleza, no de debilidad. Con el apoyo y los recursos adecuados, es posible recuperarse de la adicción a las apuestas deportivas en línea. Da el primer paso hacia una vida más sana y sin apuestas hoy mismo.

