

PREVENCIÓN = SAÚDE



Boletín para nais e pais

A prevención na casa
a mellor axuda

Boletín da Unidade Asistencial de Drogodependencias de Monforte
Equipo de Prevención



Prevención da Ludopatía

O xogo e os menores de idade

Os menores de idade teñen prohibido o acceso aos xogos de azar, pero convenche saber algunhas cousas máis que poden axudar á prevención de posibles condutas de risco. A continuación ofrecémosvos unhas recomendacións dirixidas a nais e pais que queiran previr o xogo patolóxico.

Recomendacións

DÁ EXEMPLO. Un exemplo vale máis que mil palabras. O mellor modelo de conduta é non apostar nunca a nada.



SÉ CLARO/A. Se é o teu caso, expresa con claridade o teu desexo de que non queres que aposten.

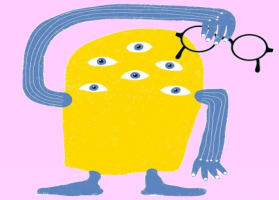
PREGUNTA. Pregunta aos teus fillos e fillas que pensan sobre o tema, establece un diálogo realista.

SUPERVISA. Observa a súa actividade nas redes e fóra delas, respectando a súa intimidade e tendo en conta a súa idade.

FAINO PENSAR. Desenvolve un discurso crítico, desmontando a asociación entre diversión e xogo.

AS MATEMÁTICAS PRIMEIRO. Desenvolve un pensamento racional e desmitifica o concepto de sorte. Fala sempre de probabilidades matemáticas de premio.

CUESTIONA. Sexa crítico coa publicidade e con aquelas personalidades que fomentan o xogo.



SEPARA DEPORTE E APOSTAS. Lembra que o deporte é unha cousa e as apostas deportivas son outra.

EDUCAS EN VALORES FINANCEIROS? O valor do aforro, do consumo responsable e do control da economía doméstica, son bos valores preventivos.

FALA DE DIÑEIRO. Asocia de maneira estable esforzo e diñeiro, dando unha pequena paga ao final da semana, se cumpriu coas normas acordadas. Insignia ao teu fillo ou filla o valor do diñeiro.



LA BANCA \$IEMPRE GANA

REPITE E DESENVOLVE A IDEA. A banca sempre gaña. Mesmo cando prece que perdeu.



FAICHE CRIBLE. Para ser máis crible, acepta a idea de que existen persoas que xogan diñeiro puntualmente sen chegar a ter un problema.

SINALA OS RISCOS A curto prazo. Lembra que aos/as adolescentes cústalles percibir o risco e máis se este é a longo prazo; por iso, é máis efectivo que fales de consecuencias a curto prazo.

PIDE AXUDA. Se crees que algún membro da túa familia ten un problema co xogo, non o dubides e pide axuda ata atopar o recurso adecuado.



Para previr

Pero, sobre todo, para previr posibles condutas de risco os que máis poden axudar aos menores son os pais e titores.

Algunhas destas medidas poderían ser, por exemplo:

1. Acompañando aos menores na navegación por internet como primeira medida de formación (ver manuais).
2. Asegurándose de protexer o computador, mantendo en segredo o contrasinal, pechando a sesión ao acabar de xogar, bloqueando certas páxinas...
3. Instalando programas de protección de menores ou solicitando información en sitios como:

www.protegeles.com

www.pantallasamigas.net

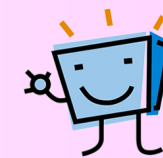
www.quenoteladen.es

www.ciberfamilias.com

www.tecnoadiccion.es



 **ciberfamilias**



PantallasAmigas

4. Non facilitando medios de identificación de adultos que poidan ser motivo de suplantación de identidade.

5. Solicitando axuda de profesores e titores (por ejem. Guia FEJAR, ASAJER, UAD Monforte).

6. En definitiva, uns pais concienciados cos riscos asociados ao xogo problemático son o primeiro paso para evitar que os menores comencen a xogar.

Sinais de alerta

Algúns sinais que poden indicar que existen problemas co xogo son as seguintes:

1. Aumenta o gasto de diñeiro de forma inxustificada.
2. Desaparece diñeiro ou bens do fogar.
3. Téntase evitar calquera tipo de control económico.
4. Aumentan as mentiras e enganos para esconder o tempo de xogo.
5. Abandono de amigos e actividades sociais habituais.
6. Síntomas de ansiedade, nerviosismo, irritabilidade, insomnio ou cambios de humor.
7. As relacións familiares ténsanse e poden chegar a deteriorarse.





SE SUELE APOSTAR POR DIVERSIÓN Y PARA GANAR DINERO. TODO CAMBIA CUANDO IMPLICA DESCONTROL Y PÉRDIDA DE LIBERTAD DE DECISIÓN, DE AHÍ LA NECESIDAD DE UN **JUEGO RESPONSABLE**.

MUCHOS JUGADORES creen que han descubierto una manera de ser más listos que el sistema o que tienen la habilidad de **VENCER AL AZAR**. LA PROBABILIDAD DE PERDER ES MUCHO MAYOR QUE LA DE GANAR.

EL RESULTADO ES SIEMPRE DESCONOCIDO Y NO HAY MANERA DE INFLUIR EN LAS PROBABILIDADES DEL JUEGO A MENOS QUE SE **HAGA TRAMPAS**.

ES NORMAL SENTIR **DESEOS DE JUGAR** CUANDO SE QUIERE REDUCIR LA FRECUENCIA CON LA QUE SE JUEGA. ES IMPORTANTE RECONOCER ESE DESEO PARA PODER ENFRENTARSE A ÉL.

LOS **JUEGOS DE AZAR** INCLUYEN LOS REALIZADOS EN LAS CASAS DE APUESTAS, LAS APUESTAS DEPORTIVAS, PÓKER O CASINO ONLINE, LAS MÁQUINAS TRAGAPERRAS Y LAS LOTERÍAS.

LAS PERSONAS QUE TIENEN UN **PROBLEMA CON EL JUEGO** ANTEPONEN ÉSTE A LA FAMILIA, AMIGOS, ESTUDIOS Y TRABAJO.



El juego es parte del proceso de maduración y aprendizaje de las personas. El problema es cuando se convierte en dependencia,
LUDOPATÍA

El **JUEGO RESPONSABLE** consiste en la elección racional y sensata de las opciones de juego, que tenga en cuenta la situación y circunstancias personales de la persona que juega, impidiendo que el juego se pueda convertir en un problema

El juego se ha convertido en una **PATOLOGÍA** cada vez más frecuente entre la población mundial

123456

93810

93810



"Recordar las jugadas anteriores puede hacerte ganar en la siguiente".

Si se pudiera, todo el mundo lo sabría y nadie podría perder, así no se genera beneficio para las empresas.

"Si continúas jugando, al final acabas recuperando el **DINERO INVERTIDO**".

Cuanto más se juega más dinero se puede perder.

"A la ruleta, después de 5 jugadas en rojo la probabilidad que la bola caiga al negro es más alta".

Cada vuelta de la ruleta es independiente, impredecible y aleatoria.

"Una **BUENA ESTRATEGIA** es imprescindible para ganar a las máquinas de los bares".

No hay nada que se pueda hacer para cambiar el azar.

"Hoy es mi día de suerte. Seguro que puedo conseguir un gran premio".

El azar no distingue entre días ni colores, utensilios o personas. Si has obtenido un premio mediante un juego de azar, nada asegura que vuelvas a conseguirlo.

RISCAR es un proyecto de cooperación transfronteriza España-Portugal, para la promoción de la salud materno infantil y del adolescente. Para esta campaña de prevención se ha contado con la colaboración de la Secretaría Técnica de Drogodependencias del SES. Para más información: <https://saludextremadura.ses.es/ventanafamilia/>





WhatsApp



604 059 719

DÚBIDAS ? *Pregunta e infórmate*

**Tabaco, alcol,
outras drogas,
condutas adictivas**

Facebook: UNIDAD ASISTENCIAL
DE DROGODEPENDENCIAS DE MONFORTE

Suxerencias e comentarios:

uad@concellodemonforte.com

Se queredes poñervos en contacto
connosco, estamos en:

UNIDADE ASISTENCIAL DE
DROGODEPENDENCIAS
SERVIZO DE PREVENCIÓN

Plaza da Estación - 17

27400—Monforte de Lemos (Lugo)

Facebook:

Unidad Asistencial de Drogodependencias
Monforte de Lemos

TLF. 982 40 04 95



CONCELLO DE
MONFORTE
DE LEMOS



XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE SANIDADE



UAD
UNIDADE ASISTENCIAL
DE DROGODEPENDENCIAS
MONFORTE DE LEMOS

“Ludopatía:

Cando a afección polo xogo

deixa de ser unha diversión

e convértese nunha traxedia persoal.”

É un traballo de todos conseguir que isto
non suceda.

A prevención é fundamental, na casa, no
colexio e na sociedade en xeral.

