

## Apostar on-line... ¡qué no te salga cara la apuesta!

Las apuestas on-line son una modalidad de juego al azar que se realiza [a través de internet](#).

Cada vez enganchan a más gente. En los jóvenes, sobre todo las apuestas deportivas.

Muchos jóvenes pasan de apostar por diversión a convertirse en [una adicción](#). ¡No lo permitas! ¡Piensa en ti!

Puedes [descargarte esta infografía](#) como resumen del tema o leer [nuestro artículo completo](#).

# APUESTAS ONLINE...

## ¡QUÉ NO TE SALGA CARA LA APUESTA!



### Tienes un problema si:

Cada vez más tiempo



Sólo piensas en apostar



Pequeños robos



Te aíslas



Tienes deudas



Tristeza, ansiedad, insomnio



### Si juegas, hazlo de forma responsable



18+

Mayores de 18 años.

Apuesta por diversión. En compañía.



Marca un límite de tiempo y dinero, no lo pases.

No pidas dinero prestado.



Juego y drogas son una mala combinación.

Si es un problema: ¿Quieres seguir?



### ¿Crees que estás enganchado a las apuestas?



¡Bien! Ya sabes que tienes un problema



Busca ayuda, familia, amigos



Escribe tus motivos y revísalos si dudas.



Ten el dinero justo para tus gastos. Pide a alguien que te lo administre.

Si no vas a poder, autoexclúyete. [www.ordenacionjuego.es/es/rgiaj](http://www.ordenacionjuego.es/es/rgiaj)



### Recursos on-line

- Web [Jugar Bien](#) de la Dirección General del Ordenación del Juego
- En la web Pantallas Amigas: [Unidad de Prevención de Adicciones Digitales](#)
- Web de la [Federación Española de Jugadores de Azar Rehabilitados](#)
- Web [Juego Responsable](#)

**Fecha de publicación:** 6-06-2019

**Autor/es:**

- [M<sup>a</sup> Belén Panizo Santos](#). Pediatra. Consultorios de Cedillo del Condado y Carranque (CS de Illescas). Illescas (Toledo)



---