

Una moda peligrosa.

LUDOPATÍA DIGITAL

La ludopatía es una compulsión irrefrenable al juego que tiene consecuencias económicas, personales, vinculares, sociales y familiares. Puede comenzar como una actividad recreativa para derivar en una compulsión de muy difícil manejo. Lo mejor es no jugar por dinero, pero si lo hacés te traemos algunos consejos para que no se transforme en una adicción:

- Pensá en el juego sólo como entretenimiento.
- Establecé un límite de dinero.
- También fijá un máximo de tiempo.
- Evitá jugar en momentos de crisis emocionales.
- No bebas, el alcohol anula tu capacidad de decisión.



Si **conocés** a alguien que tenga **problemas** con los **juegos de apuestas**, consultá con un **profesional** de salud mental. **CABA:** Llamá al **108 (Extensión 3)** . **Pcia de Buenos Aires:** Línea Acompañamiento en Salud Mental **0800-222-5462**.



LAMUTUAL
Asociación Mutualista de Empleados
del Banco de la Provincia de Buenos Aires