

## **20 Consejos para Mantener el Juego Divertido y Seguro**

---

Es importante que los jugadores sigan los consejos abajo citados para reducir el riesgo de desarrollar un problema con el juego.

1. Tome el juego como un entretenimiento o uselo como un evento social.
2. Decida cuanto tiempo y dinero planea gastar y mantenga sus decisiones.
3. Juegue solo con el dinero que puede gastar.
4. Póngase un tiempo limite.
5. Deje sus tarjetas de crédito, de banco y chequeras en casa. Si usted esta perdiendo, no busque ganar lo que perdió.
7. No juegue para hacer dinero o pagar sus deudas.
8. Juegue sobrio.
9. Tome descansos regulares.
10. No pida dinero prestado para jugar.
11. Vaya a jugar con alguien que no guste mucho de jugar, y responsabilicense uno por el otro.
12. No juegue para lidiar con sentimientos negativos.
13. Conozca las posibilidades del juego que decidió jugar.
14. Atención – el riesgo aumenta en momentos de pérdida o depresión.
15. Mantenga un registro de sus actividades de juego y del dinero que tiene gastado.
16. Acepte las pérdidas como parte del juego.
17. Reduzca el riesgo jugando con menos frecuencia y por cortos períodos de tiempo.
18. No juegue por que se siente presionado o quiere impresionar a otros.
19. No se confíe de sus presentimientos. Tome la mejor decisión -matemáticamente.
20. Sepa de antemano que usted ya es casi un gran ganador.