

Test de Evaluación de la Compulsión a las Apuestas

Nota: Este test no tiene fines diagnósticos, ni debe usarse para suplantar o suspender terapias profesionales. Los resultados obtenidos deben ser discutidos con un profesional de la salud mental.

Instrucciones:

A continuación, encontrarás 20 preguntas con tres posibles respuestas cada una. Al lado de cada respuesta, verás un puntaje. Selecciona la respuesta que mejor describe tu comportamiento o sentimientos en relación con las apuestas. Al final, suma los puntos obtenidos para interpretar el resultado según la escala proporcionada.

1. ¿Con qué frecuencia apuestas?

- a) Rara vez o nunca (0 puntos)
- b) Algunas veces al mes (1 punto)
- c) Varias veces a la semana o más (2 puntos)

2. ¿Has intentado dejar de apostar y no has podido?

- a) Nunca lo he intentado (0 puntos)
- b) Lo he intentado una o dos veces sin éxito (1 punto)
- c) Lo he intentado varias veces sin éxito (2 puntos)

3. ¿Apuestas para escapar de problemas o para aliviar sentimientos de desesperanza, culpa, ansiedad o depresión?

- a) No, nunca (0 puntos)
- b) Sí, algunas veces (1 punto)
- c) Sí, a menudo (2 puntos)

4. ¿Sientes la necesidad de apostar cantidades crecientes de dinero para obtener la misma emoción?

- a) No, nunca (0 puntos)
- b) Sí, algunas veces (1 punto)
- c) Sí, a menudo (2 puntos)

5. ¿Te sientes inquieto o irritable cuando intentas reducir o dejar de apostar?

- a) No, nunca (0 puntos)
- b) Sí, algunas veces (1 punto)
- c) Sí, a menudo (2 puntos)

6. ¿Has apostado alguna vez más dinero del que tenías pensado gastar?

- a) No, nunca (0 puntos)
- b) Sí, algunas veces (1 punto)
- c) Sí, a menudo (2 puntos)

7. ¿Has perdido dinero en apuestas y has vuelto a apostar para intentar recuperarlo?

- a) No, nunca (0 puntos)
- b) Sí, algunas veces (1 punto)
- c) Sí, a menudo (2 puntos)

8. ¿Has mentido a familiares o amigos para ocultar la cantidad de tiempo o dinero que gastas en apuestas?

- a) No, nunca (0 puntos)
- b) Sí, algunas veces (1 punto)
- c) Sí, a menudo (2 puntos)

9. ¿Has cometido actos ilegales como robo o fraude para financiar tus apuestas?

- a) No, nunca (0 puntos)
- b) Sí, una vez (1 punto)
- c) Sí, varias veces (2 puntos)

10. ¿Has puesto en riesgo o perdido relaciones importantes, un empleo, o una oportunidad educativa o profesional debido a las apuestas?

- a) No, nunca (0 puntos)
- b) Sí, algunas veces (1 punto)
- c) Sí, a menudo (2 puntos)

11. ¿Apuestas más de lo que puedes permitirte perder?

- a) No, nunca (0 puntos)
- b) Sí, algunas veces (1 punto)
- c) Sí, a menudo (2 puntos)

12. ¿Sientes que las apuestas son una forma de aliviar el estrés?

- a) No, nunca (0 puntos)
- b) Sí, algunas veces (1 punto)
- c) Sí, a menudo (2 puntos)

13. ¿Te encuentras pensando constantemente en las apuestas?

- a) No, nunca (0 puntos)
- b) Sí, algunas veces (1 punto)
- c) Sí, a menudo (2 puntos)

14. ¿Apuestas para celebrar buenas noticias?

- a) No, nunca (0 puntos)
- b) Sí, algunas veces (1 punto)
- c) Sí, a menudo (2 puntos)

15. ¿Te sientes culpable después de apostar?

- a) No, nunca (0 puntos)
- b) Sí, algunas veces (1 punto)
- c) Sí, a menudo (2 puntos)

16. ¿Has pedido dinero prestado para apostar o para cubrir deudas de juego?

- a) No, nunca (0 puntos)
- b) Sí, algunas veces (1 punto)
- c) Sí, a menudo (2 puntos)

17. ¿Sientes que no puedes parar de apostar una vez que has comenzado?

- a) No, nunca (0 puntos)
- b) Sí, algunas veces (1 punto)
- c) Sí, a menudo (2 puntos)

18. ¿Apuestas más cuando estás estresado?

- a) No, nunca (0 puntos)
- b) Sí, algunas veces (1 punto)
- c) Sí, a menudo (2 puntos)

19. ¿Tienes dificultades para controlar el impulso de apostar?

- a) No, nunca (0 puntos)
- b) Sí, algunas veces (1 punto)
- c) Sí, a menudo (2 puntos)

20. ¿Has sentido la necesidad de recuperar pérdidas apostando más?

- a) No, nunca (0 puntos)
- b) Sí, algunas veces (1 punto)
- c) Sí, a menudo (2 puntos)

Interpretación de Puntuaciones:

- **0 - 10 puntos:** Bajo riesgo de ludopatía.
- **11 - 20 puntos:** Riesgo moderado de ludopatía.
- **21 - 30 puntos:** Alto riesgo de ludopatía.
- **31 - 40 puntos:** Muy alto riesgo de ludopatía.

Importante: Independientemente de tu puntuación, si sientes que las apuestas están afectando tu vida, es crucial que busques ayuda profesional. Los resultados de este test son solo indicativos y no deben sustituir el diagnóstico de un profesional de la salud mental.