

Sábado, 27 de Junho de 2026

## O vício em jogos de apostas

SANI NEVES

**Sani Neves**

De um simples lazer ao hábito destrutivo. O que começa como uma simples diversão, tal qual pedir "só mais uma" bebida ao garçom, pode rapidamente se transformar em um hábito constante. O que era para ser apenas um jogo em um momento de lazer passa a ser uma rotina; a "saideira" nunca é realmente a última, assim como a última garrafa de cerveja para quem não consegue parar.

Para compreender o vício em jogos é necessário aceitar que o vício em jogos de apostas é uma dependência tão séria quanto qualquer outra. Apesar de seus danos e prejuízos serem cada vez mais evidentes, especialmente entre familiares e pessoas próximas, muitos ainda têm dificuldade em aceitar que controlar esse impulso não é simples. Falta-lhes a compreensão de que se trata de uma doença, uma compulsão difícil de ser administrada.

O vício causa impactos tanto nas relações quanto na vida cotidiana pois consome, dia após dia, a confiança de amigos e familiares, destruindo lares, separando casais, pais e filhos. Mesmo quando não há separação, instala-se o caos: as relações se deterioram, o ambiente familiar se torna tenso e o ciclo de dívidas impede o progresso. O jogador passa a produzir apenas para alimentar o vício, acreditando repetidamente que "dessa vez será a última", em um ciclo contínuo semelhante ao do alcoólatra que nunca se satisfaz com a famosa saideira.

Semelhante aos outros tipos de adicção, o vício em jogos é tão prejudicial quanto o vício em substâncias químicas. Ambos ativam o sistema de recompensa do cérebro, apresentam tolerância (necessidade de doses cada vez maiores), compulsividade e sintomas de abstinência. O sistema de recompensa é o circuito que processa a informação relacionada à sensação de prazer e/ou satisfação. A dopamina que é o hormônio ligado a esse sistema, é liberada enquanto a pessoa joga aumentando assim os níveis de excitação, ocorre também uma redução da inibição diante de decisões arriscadas, ou combinação de ambos. Embora o uso de substâncias como drogas e álcool atue diretamente no sistema nervoso central, no caso dos jogos, a excitação e a liberação de dopamina acontecem durante a própria atividade de apostar.

A ludopatia, como é descrito no cid, o vício em jogos é um transtorno do controle dos impulsos que é caracterizado por um padrão persistente e recorrente de jogo, ainda que tenha consequências negativas, afetando gravemente a vida do indivíduo e funcionando de forma similar à dependência química, com liberação da dopamina e ativação do sistema de recompensa cerebral.

Os sinais de alerta são os seguintes: irritação ao tentar parar ou quando alguém tenta sugerir que pare; tentativas fracassadas de se controlar; apostar sempre que passe por uma situação estressante ou desconfortável, mentir ou omitir sobre dívidas adquiridas através dos jogos; mentir sobre o envolvimento com jogos; prejudicar a sua vida e de pessoas que ama por causa dos jogos e recorrer a outros, mentindo,

manipulando, criando histórias recheadas de mentiras para conseguir mais dinheiro e apesar de todos estes danos mencionados, sentir necessidade de apostar quantias crescentes.

É trágico, mais milhares de viciados só percebem que estavam adoecidos quando já perderam TUDO e necessitam de ajuda para o mínimo para sobreviver e mesmo assim devo dizer, que ainda que esteja no “fundo do poço” ainda podem acreditar que uma última apostas poderá mudar tudo, se ganharem, desta vez!

Existe tratamento, sim existe luz ao final do túnel, mas esse assunto fica para o próximo artigo!

**Sani Neves** é psicóloga (CRP 18/01332), especialista em Trauma e Abordagem EMDR (INTCC/RS) e pós-graduada em Gestão em Saúde (UAB/UFMT).