



Revista da Associação  
Portuguesa de Adictologia  
Nº11 • 2026

Editorial  
João Curto

**Agonistas do Recetor do Peptídeo Semelhante ao  
Glucagon Tipo 1 no Tratamento da  
Perturbação do Uso de Álcool:**

**Uma Revisão Sistemática da Evidência Atual**  
Ivan Miranda Ramos, Marlene Alves,  
Rodrigo Mota Freitas, Ana Rui Pereira.

**Desafios no Internamento de Desintoxicação  
Alcoólica: Altas Contra Parecer Médico  
e Fatores Contributivos**

Rebeca Cohen, Inês Matos Pereira, Maria Cameira,  
Gabriel Ferreira, Inês Vidó,  
Violeta Nogueira, Joana Teixeira.

**Bebidas sem álcool em doentes  
com perturbação do uso do álcool:  
padrões de consumo e relevância clínica**  
Maria Beatriz Couto, Rita Ortega, Dinora Coelho,  
Sara Oliveira, Ana Filipa Teixeira

**"Tu és Pó e ao Pó Voltarás":  
Padrões de Consumo de Cocaína, Impulsividade  
e Ideação Suicida em Estudantes Universitários.**  
Rafaela Reuss, Isabel M.Santos, Marta Rodrigues.

**Dimensões Transculturais do Uso de Opióides:  
a propósito de um caso clínico.**  
Ana Gomes, Gisela Simões, Cristiana Grego,  
Sandra Vicente, Manuela Fraga

**Gambling – Desafios à prática clínica**  
Marta Rodrigues, PhD; Carla Pina, BA

# adictologia

---

# GAMBLING – DESAFIOS À PRÁTICA CLÍNICA

## GAMBLING – CHALLENGES TO CLINICAL PRACTICE

---

### Autores

Marta Rodrigues, PhD; Carla Pina, BA

Equipa de Tratamento e Reinserção Social –  
Centro de Respostas Integradas de Aveiro, Aveiro, Portugal;  
Equipa de Tratamento e Reinserção Social –  
Centro de Respostas Integradas de Coimbra, Coimbra, Portugal.

### Autor para correspondência

Marta Alexandra Fernandes Rodrigues  
E-mail: MartaAlexandra.Rodrigues@icad.min-saude.pt

### Conflitos de interesses

Nenhum subsídio ou bolsa  
contribuíram para a realização do trabalho.

## INTRODUÇÃO

Uma adição sem substâncias é um comportamento repetitivo que apesar de inicialmente prazeroso, pode resultar numa perda de controlo, interferindo na vida familiar, laboral ou social. A perturbação do jogo, é um transtorno aditivo reconhecido no DSM-5, que afeta milhões de pessoas em todo o mundo.

Embora o jogo possa ser utilizado para fins lúdicos, o seu impacto pode revelar-se desajustado, evoluindo para a condição de “jogo patológico” ou perturbação de jogo, caracterizada por padrões comportamentais persistentes e mal adaptativos de apostas arriscadas na esperança de ganhos maiores e distorções cognitivas como negação, superstições, sensação de poder e controlo sobre resultados aleatórios e excesso de confiança. Um padrão comum é o *chasing losses*, em que o jogador sente uma necessidade urgente de continuar a apostar, assumindo riscos maiores, para recuperar prejuízos estando associado ao aumento gradual na frequência e valor das apostas. Os padrões de jogo podem ser regulares ou episódicos podendo aumentar durante períodos de stress e depressão ou durante períodos de uso ou abstinência de substâncias psicoactivas.

Vários fatores têm contribuído para o aumento dos casos de adição ao jogo, incluindo a sua legalização e popularização nos anos 80, a expansão das máquinas de jogo como slot machines e mais recentemente, o jogo online. Segundo a Plataforma Statista, a expectativa é que o mercado do jogo a dinheiro continue a crescer (esperava-se em 2025 uma receita a rondar os 386 mil milhões de euros)

e que o número de utilizadores neste mercado até 2030 atinja os 2 mil milhões, dados que não incluem os sites de jogo ilegal.

As orientações da Organização Mundial da Saúde, relativas ao tratamento baseiam-se em modelos de intervenção para a dependência de substâncias. A intervenção com maior evidência científica é a terapia cognitivo-comportamental, envolvendo diversas técnicas, tais como modificação de crenças irracionais, psicoeducação sobre probabilidades de ganhar, treino em resolução de problemas, competências de enfrentamento e fortalecimento do auto-conceito. Os componentes mais eficazes incluem reestruturação cognitiva, treino de competências sociais e prevenção de recaída.

A investigação tem demonstrado consistentemente que a abstinência não é o único resultado terapêutico possível e que o jogo controlado pode ser um objetivo viável e estável para um subgrupo de pessoas com perturbação do jogo.

A reflexão sobre o processo terapêutico e interferência externas à eficácia da abordagem na perturbação do jogo constitui um desafio central da prática clínica.

## ABSTINÊNCIA VS. JOGO CONTROLADO

É relevante explorar a dinâmica entre a abstinência e a possibilidade de um jogo controlado, discutindo os benefícios e os riscos de cada abordagem e refletindo sobre as implicações para a prática clínica.

A centralidade da abstinência na estrutura da perturbação do jogo reforça a legitimidade de considerar a cessação completa como um objetivo terapêutico fundamental, particularmente em casos de gravidade moderada a severa. No entanto, apenas uma pequena percentagem de jogadores problemáticos procura tratamento e muitos abandonam-no precocemente, o que levanta a necessidade de objetivos terapêuticos mais flexíveis.

De acordo com Robert Ladouceur, o jogo controlado inserido num contexto de redução de danos pode ser uma opção viável para alguns utentes. Esta alternativa terapêutica permite uma maior autonomia do utente na tomada de decisão, menor resistência e o investimento em objetivos individualizados. Contudo, só deve ser considerada para casos selecionados, tendo em conta a gravidade da perturbação, comorbilidades e nível de impulsividade do utente. Na prática clínica, é fundamental reconhecer a heterogeneidade dos percursos de recuperação. Para alguns indivíduos, particularmente aqueles com perturbação grave e longo historial de comportamentos problemáticos, a abstinência total pode ser o objetivo mais adequado e seguro. Para outros, nomeadamente aqueles em fases iniciais da perturbação ou com maior capacidade de autocontrolo, o jogo controlado pode constituir um objetivo realista. Assim, a decisão entre abstinência e jogo controlado deve considerar fatores como: gravidade da perturbação, motivação do utente, comorbilidades, histórico de recaídas e suporte social.

O objetivo terapêutico não deve ser imposto, mas construído em conjunto com o utente, considerando a evidência científica e as características individuais. A abstinência é aceite como a abordagem mais segura, mas na decisão terapêutica há fatores que não devem ser desconsiderados, tais como a importância da aliança terapêutica e a motivação do utente. O jogo controlado poderá ser usado como uma estratégia de redução de danos ou como uma estratégia “motivacional”: a constatação de não conseguir controlar o comportamento pode ser o impulso necessário para aceitar a abstinência.

O papel do psicólogo clínico não é impor um modelo único de recuperação, mas ajudar cada indivíduo a construir o seu próprio percurso, considerando a sua história, os seus recursos e o seu contexto.

## MEDIA E PUBLICIDADE

O papel preponderante do gambling está intimamente ligado às características estruturais destes jogos, como a recompensa imediata, programas de reforço intermitente e custo relativamente baixo das apostas, além da sua ampla disponibilidade. A viabilização do desenvolvimento de uma experiência otimizada ao jogador, ajustada em tempo real por meio da análise dos padrões estatísticos comportamentais e oscilações nas variáveis frequência e preferências de jogo, apostas e horários de acesso, traduz-se num processo que individualiza a jogabilidade e as dinâmicas de recompensa, reforçando os mecanismos para o desenvolvimento da dependência.

A nível da macrogestão do problema, constitui-se um desafio à prática clínica o marketing excessivo, acessível a todos os grupos etários por meio de pop-ups sistemáticos, publicidade digital a casas de apostas, em televisão em horário nobre e com representantes que se configuram como figuras públicas, bem como a sua disseminação em eventos desportivos. Tanto os jogos como respetivos anúncios publicitários e pop-ups são projetados através de diversos gatilhos visuais e sonoros, com experiências de nearmiss para manter o jogador envolvido e contribuir para a manutenção e desenvolvimento de crenças disfuncionais de perceção das probabilidades de ganhar, com o intuito base de aumentar o tempo de jogo. Mesmo acionando as medidas de controlo externo como a autoexclusão, não há proteção da invasão dos anúncios publicitários, triggers fortíssimos para muitos indivíduos com perturbação de jogo e um fator de risco reconhecido para a população geral.

Por sua vez, a falta de literacia mediática, confirmada pelos dados do Inquérito às Competências dos Adultos de 2023 que situam Portugal abaixo da média internacional em literacia, numeracia e resolução adaptativa de problemas, reflete-se na falta de consciência sobre como as decisões automatizadas de algoritmos opacos ou black boxes podem comprometer os direitos do jogador, uma vez que a ausência de transparência dificulta a compreensão da forma como os dados são tratados e utilizados para influenciar comportamentos. Numa sociedade de algum modo subordinada à Psicologia dos Media marcada pelo viés cognitivo e exposição seletiva, seria primordial a promoção da literacia digital crítica a par com uma revisão sistemática da legislação e regulação relativa à publicidade de jogos e apostas.

Na prática clínica lidamos diretamente com o problema já instalado nas suas diferentes fases de evolução; em consulta fazemos a sua microgestão sustentada em modelos empiricamente validados e com reconhecida eficácia clínica. Mas, falta investimento na sua macrogestão, que transcende o trabalho de gabinete com medidas políticas de prevenção e proteção da população geral e em específico dos indivíduos com perturbação de jogo.

A prática clínica na perturbação do jogo dispõe de modelos eficazes de intervenção, mas a sua eficácia é limitada pela ausência de uma macrogestão consistente do problema. A abstinência e o jogo controlado representam percursos legítimos e individualizados de recuperação, mas ambos são fragilizados pela exposição massiva à publicidade, pela opacidade algorítmica e pela baixa literacia mediática. Urge, por isso, articular o trabalho terapêutico com medidas políticas de regulação e prevenção, sob pena de se tratar continuamente o problema sem se atuar nas suas causas estruturais.

## BIBLIOGRAFIA

- Carbonell, X., Carmona, A., & Rabadan, J. (2023). Nosología de las adicciones comportamentales, características clínicas fundamentales. Estado actual del tema. In F. Arias & L. Orio (Eds.), *Guía clínica sobre adicciones comportamentales basada en la evidencia* (pp. 13-38). Socidrogalcohol. <https://socidrogalcohol.org/proyecto/guia-clinica-sobre-adicciones-comportamentales/>
- Serviço de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências [SICAD] (2017). *Linhas de orientação técnica para a intervenção em comportamentos aditivos e dependências sem substância. A perturbação de jogo*. SICAD.
- American Psychiatric Association. (2022). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed., text rev.) <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425787>
- Fórum Estudante (2025). Da brincadeira ao vício – Porque é que cada vez mais jovens jogam a dinheiro?. *Fórum Estudante*, 373, 12-14.
- Barroso, A., Berga, J. & Fernández, M. (2023). Evidencias de tratamientos psicoterapéuticos. In F. Arias & L. Orio (Eds.), *Guía clínica sobre adicciones comportamentales basada en la evidencia* (pp. 13-38). Socidrogalcohol. <https://socidrogalcohol.org/proyecto/guia-clinica-sobre-adicciones-comportamentales/>
- Ladouceur, R., Lachance, S., & Fournier, P. M. (2009). Is control a viable goal in the treatment of pathological gambling? *Behaviour Research and Therapy*, 47(3), 189-197.
- Ladouceur, R. (2005). Controlled gambling for pathological gamblers. *Journal of Gambling Studies*, 21(1), 87-90
- McGrane, E., Wardle, H., Clowes, M., Blank, L., Pryce, R, Field, M., Sharpe, C. & Goyder, E. (2023). What is the evidence that advertising policies could have an impact on gambling-related harms? A systematic umbrella review of the literature. *Public Health*, 215, 124-130. <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2022.11.019>
- Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico [OCDE] (2014). *Inquérito às competências dos adultos 2023 – Panorâmica: Portugal*. [https://www.oecd.org/pt/publications/inquerito-as-competencias-dos-adultos-2023\\_c1f3bc22-pt/portugal\\_3d83066e-pt.html#section-d1e33](https://www.oecd.org/pt/publications/inquerito-as-competencias-dos-adultos-2023_c1f3bc22-pt/portugal_3d83066e-pt.html#section-d1e33)
- Gryz, J. & Rojszczak, M. (2021). Black Box algorithms and the rights of individuals: no easy solution to the “explainability” problem. *Internet Policy Review*, 10(2). <https://doi.org/10.14763/2021.2.1564>

---

# adi cto. logia

REVISTA DA  
ASSOCIAÇÃO  
PORTUGUESA DE  
ADICTOLOGIA

NÚMERO 11 • 2026

---