

Comportamento

Da euforia da dopamina à solidão do recomeço, a anatomia da ludopatia em uma era em que o risco habita a palma da mão

POR EDUARDO FERNANDES

As horas diárias no celular, para muitos, é uma distração necessária contra uma rotina corrida que pede atenção. No entanto, essa despressurização pode custar um preço caro, especialmente se a válvula de escape em questão trouxer prejuízos severos à saúde mental. Nesse ponto, a ludopatia, vício em jogos e apostas, é uma realidade contemporânea que tem sido impossível de ignorar.

O fenômeno atinge desde jovens em busca de dinheiro fácil até adultos que procuram nas telas uma forma de esquecer o mundo externo. Com a popularização massiva de apostas on-line, **plataformas de bet** e jogos de cassino virtuais, como o “jogo do tigrinho”, o limiar entre o lazer e a compulsão tornou-se cada vez mais tênue. O transtorno afeta, de forma profunda, as estruturas biológicas, sociais e relacionais das vítimas, deixando marcas que vão muito além das perdas financeiras.

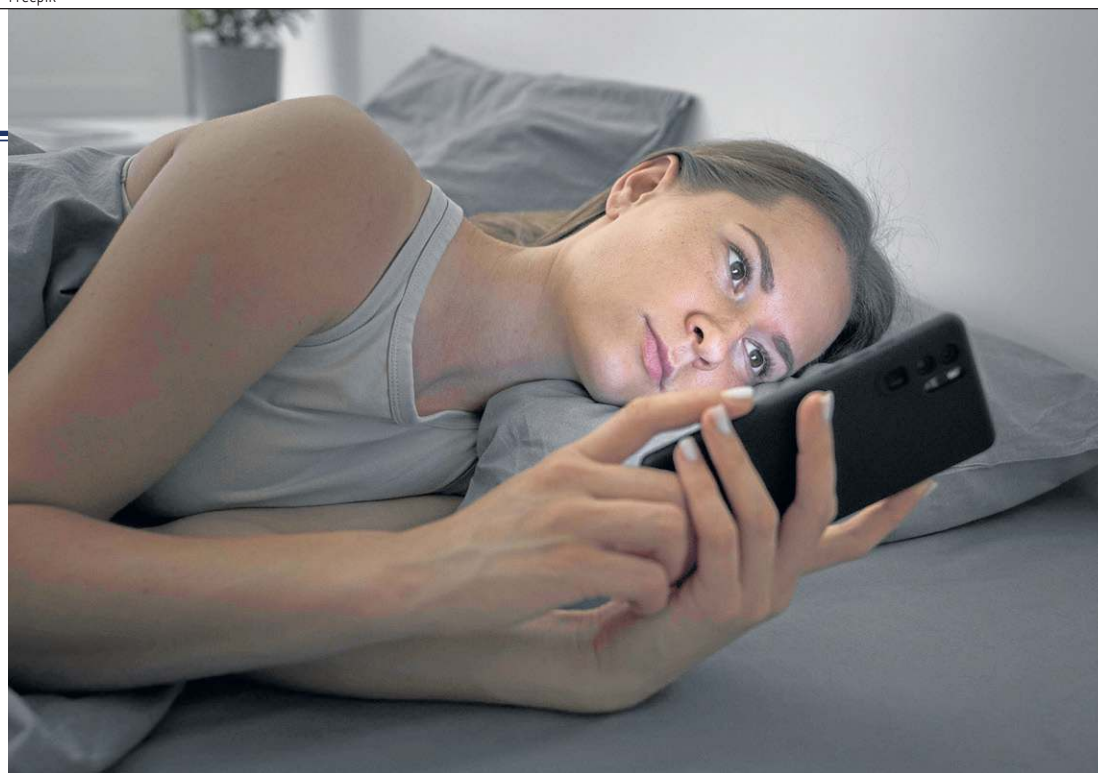
A neuropsicóloga Juliana Gebrim, do Instituto de Psicologia Aplicada e Formação de Portugal (IPAF), explica que a ludopatia se caracteriza pela dificuldade de controlar o comportamento. “O sinal de alerta para o paciente é quando o jogo começa a ocupar um espaço desproporcional na sua vida. A pessoa passa a pensar constantemente em apostar, aumenta os valores, tenta recuperar o dinheiro perdido, esconde o comportamento, e continua jogando apesar das consequências”, afirma.

Ela ressalta que o prejuízo financeiro não é o único indicador. “Uma pessoa pode estar desenvolvendo uma relação problemática com o jogo antes mesmo de entrar em grandes dívidas. A perda de controle é um dos principais sinais”, destaca Juliana. A psicóloga clínica Aline Perretto reforça que a perda de controle delimita a fronteira entre o hábito saudável e o patológico.

“Enquanto é lazer, a pessoa consegue escolher quando joga, quanto tempo dedica àquilo, quanto dinheiro pode gastar e, principalmente, consegue parar. O sinal de alerta aparece quando essa relação começa a se inverter”, analisa a profissional. “Eu costumo pensar numa pergunta muito simples: sou eu que ainda estou escolhendo jogar ou é o jogo que já está fazendo escolhas por mim? É aí que começa a diferença entre um hábito de lazer e um comportamento que precisa de atenção.”

A ilusão do ganho fácil

Para Breno Henrique, 25 anos, a entrada no universo dos jogos começou de forma despretensiosa.



Um **peso** silencioso

Reação

Em 25 de setembro, por meio da Medida Provisória nº 1.394/2026, o Presidente Lula assinou Medida Provisória que proíbe as bets no Brasil. A decisão bane a exploração, oferta, intermediação e publicidade de apostas de quota fixa e cassinos on-line no país.

Torcedor apaixonado por futebol, o jovem começou a fazer pequenas apostas esportivas de R\$ 10 ou R\$ 20 nos fins de semana, impulsionado por propagandas nas redes sociais de influenciadores digitais. No início, os acertos pontuais traziam uma sensação de euforia e a falsa impressão de que seu conhecimento sobre esportes lhe garantia controle sobre os resultados.

A situação mudou quando os valores das apostas começaram a subir. “Comecei a tentar recuperar os palpites errados que eu fazia. Aí, quando percebi, entrei em um ciclo vicioso em que tudo dava errado”, conta. Em poucos meses, o salário como assistente administrativo já não cobria os valores jogados. Ele recorreu a empréstimos bancários, cartões de crédito e dinheiro emprestado de amigos, acumulando dívidas e escondendo a situação dos pais, com quem morava.

Sem conseguir sustentar as mentiras, precisou pedir ajuda à família, dando início ao doloroso processo de

encarar a dependência e buscar suporte psicológico para reorganizar sua vida financeira e emocional. “Foram meses muito difíceis, especialmente por tudo o que perdi. Mas, com certeza, ter contado com as pessoas que amo melhorou tudo. Fez o fardo ficar mais leve. Hoje, eu me sinto melhor, mas tendo consciência para continuar me vigiando sempre.”

As armadilhas do cérebro

O apelo das apostas e dos jogos digitais apoia-se em mecanismos neurobiológicos específicos. Juliana Gebrim detalha como o sistema de recompensa do cérebro é ativado. “A dopamina está envolvida na motivação, na aprendizagem e na expectativa de recompensa. Nas apostas, existe uma sequência de expectativa, tensão e recompensa que pode reforçar o comportamento”, completa.

Segundo a neuropsicóloga, a sensação de quase vencer é perigosa. “Quando a pessoa quase vence uma partida, o cérebro pode interpretar aquela experiência como algo próximo do sucesso, mesmo que, objetivamente, tenha perdido. Isso alimenta a sensação de que pode ganhar na próxima rodada.”

Juliana lembra que a ludopatia é um transtorno multifatorial que envolve questões genéticas, psicológicas e sociais. “Há motivações individuais, incluín-