

PÓS-GRADUAÇÃO EM TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL

INTERVENÇÕES COGNITIVO- COMPORTAMENTAIS NO TRANSTORNO DO JOGO ASSOCIADO ÀS APOSTAS ESPORTIVAS ONLINE

ARTIGO DE REVISÃO

THIAGO LEÃO VENDRAMINI

Orientador: Carla Denise Bonan
2026

RESUMO

O crescimento das apostas esportivas online ampliou os desafios clínicos e de saúde pública relacionados ao Transtorno do Jogo. Este trabalho analisa, por meio de revisão narrativa, intervenções cognitivo-comportamentais para esse quadro. A literatura indica maior respaldo empírico para a TCC, especialmente com reestruturação cognitiva, controle de estímulos, manejo de impulsos e prevenção de recaídas.

Palavras-chave: Apostas esportivas online; prevenção de recaída; saúde mental; terapia cognitivo-comportamental; Transtorno do Jogo.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	3
2. MÉTODO.....	5
3. RESULTADOS E DISCUSSÕES.....	7
4. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	24
REFERÊNCIAS.....	26

1. INTRODUÇÃO

Nas últimas décadas, as apostas esportivas online passaram por uma rápida expansão global, impulsionadas principalmente pelo avanço das plataformas digitais, pela popularização dos dispositivos móveis e pela ampliação da regulamentação do setor em diversos contextos internacionais. Segundo Xu, Grubbs e Kraus (2025), a legalização das apostas esportivas está diretamente associada ao aumento do envolvimento com jogos de azar e ao crescimento de indicadores relacionados ao comportamento de jogo problemático. No Brasil, o fenômeno das chamadas “bets” ganhou ampla visibilidade nos últimos anos, acompanhado por um forte investimento publicitário e pela crescente inserção das plataformas de apostas no cotidiano esportivo e digital da população. Segundo dados do Terceiro Levantamento Nacional de Álcool e Drogas (LENAD III), as apostas online passaram a ocupar um espaço cada vez mais significativo no cotidiano da população brasileira, gerando preocupação crescente em relação aos impactos sobre a saúde mental e ao desenvolvimento de padrões patológicos de engajamento (Madruga et al., 2025).

O Transtorno do Jogo caracteriza-se pela persistência do comportamento de apostar apesar dos prejuízos emocionais, sociais e financeiros associados, caracterizado pela perda de controle, sofrimento psíquico e recorrência do comportamento mesmo diante de consequências negativas. Estudos recentes apontam que as apostas esportivas online apresentam características específicas que favorecem maior frequência de apostas e maior engajamento contínuo dos usuários, como disponibilidade permanente, apostas em tempo real e facilidade de acesso por dispositivos móveis (Grubbs; Kraus, 2023). Além disso, esses fatores explicam a forte vulnerabilidade observada entre indivíduos mais jovens e mais expostos ao ambiente digital.

Diante desse cenário, torna-se relevante compreender quais estratégias terapêuticas têm demonstrado maior eficácia no manejo clínico do Transtorno do Jogo associado às apostas esportivas online. As Terapias Cognitivo-Comportamentais (TCCs) vêm sendo descritas como as intervenções com maior suporte empírico para o tratamento dessa condição. Entre as principais estratégias utilizadas destacam-se a

identificação de gatilhos, o manejo dos impulsos, a reestruturação cognitiva e a prevenção de recaídas. Além disso, revisões sistemáticas recentes sugerem efeitos positivos das TCCs na redução da severidade do transtorno e da frequência do comportamento de apostar (PFUND et al., 2023). Nesse contexto, o presente trabalho tem como objetivo revisar a literatura acerca das intervenções cognitivo-comportamentais utilizadas no tratamento do Transtorno do Jogo associado às apostas esportivas online. Os objetivos específicos deste trabalho consistem em: (i) descrever as principais características clínicas do Transtorno do Jogo associado às apostas esportivas online; (ii) identificar as principais estratégias cognitivo-comportamentais utilizadas no tratamento do jogo problemático; e (iii) discutir as evidências atuais acerca da eficácia das Terapias Cognitivo-Comportamentais no manejo do Transtorno do Jogo.

2. MÉTODO

O presente estudo caracteriza-se como uma revisão narrativa da literatura, de natureza qualitativa e caráter descritivo, realizada com o objetivo de sintetizar o conhecimento disponível acerca das intervenções cognitivo-comportamentais utilizadas no tratamento do Transtorno do Jogo associado às apostas esportivas online.

A busca bibliográfica foi realizada por meio da consulta a artigos científicos, livros, capítulos de livros, documentos institucionais e publicações acadêmicas relacionadas ao tema. O levantamento foi conduzido nas bases de dados PubMed, Google Scholar e SciELO. Adicionalmente, foram consultados materiais disponibilizados em cursos de pós-graduação e publicações vinculadas ao Instituto de Psiquiatria do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo (IPq-HCFMUSP), incluindo materiais do Programa Ambulatorial Integrado dos Transtornos do Impulso (PRO-AMITI), bem como documentos oficiais relacionados ao Terceiro Levantamento Nacional de Álcool e Drogas (LENAD III).

Para a recuperação dos documentos, foram utilizados descritores em língua inglesa e seus correspondentes em português, tais como: “gambling disorder” (transtorno do jogo), “sports betting” (apostas esportivas), “online gambling” (apostas online), “cognitive behavioral therapy” (terapia cognitivo-comportamental) e “problem gambling” (jogo problemático). Os descritores foram utilizados isoladamente e combinados entre si por meio de operadores booleanos (AND e OR), com o objetivo de ampliar a identificação de publicações relevantes para os objetivos do estudo.

Foram priorizadas publicações publicadas entre 2018 e 2025, período que compreende a regulamentação das apostas de quota fixa no Brasil pela Lei nº 13.756/2018 e a subsequente expansão das apostas esportivas online no país. Considerando o caráter recente desse fenômeno, buscou-se privilegiar evidências contemporâneas sobre o Transtorno do Jogo associado às apostas esportivas online. Adicionalmente, foram incluídas obras clássicas e publicações anteriores a esse período quando consideradas relevantes para a compreensão histórica, conceitual e clínica do transtorno e de suas abordagens terapêuticas.

Como critérios de inclusão, foram considerados estudos que abordassem o Transtorno do Jogo, apostas esportivas online, intervenções cognitivo-comportamentais e estratégias terapêuticas relacionadas ao manejo do comportamento de apostar. Foram excluídas publicações sem relação direta com os objetivos do estudo, trabalhos duplicados e documentos que não apresentassem conteúdo relevante para a discussão proposta.

3. RESULTADOS E DISCUSSÕES

Os resultados deste estudo revelam um panorama complexo sobre o comportamento de apostar no cenário brasileiro contemporâneo. A análise dos dados da literatura recente permitiu mapear os reflexos psicossociais decorrentes da digitalização dos jogos de azar.

3.1 Cenário atual das apostas esportivas online

No Brasil, o crescimento das chamadas “bets” ocorreu de maneira acelerada nos últimos anos, impulsionado pela ampla presença das plataformas de apostas em eventos esportivos, redes sociais e campanhas publicitárias. A regulamentação das apostas de quota fixa por meio da Lei nº 13.756/2018 representou um marco importante para a expansão desse mercado, favorecendo a consolidação das apostas esportivas online como uma atividade cada vez mais presente no cotidiano da população brasileira.

A relevância econômica do setor pode ser observada pelo crescente investimento em publicidade e pela ampliação do número de usuários. Segundo dados da Kantar Ibope Media, as empresas de apostas investiram aproximadamente R\$ 2,3 bilhões em compra de mídia no Brasil apenas entre janeiro e agosto de 2024. Paralelamente, informações divulgadas pela Secretaria de Prêmios e Apostas do Ministério da Fazenda indicam que cerca de 17,7 milhões de brasileiros realizaram apostas em plataformas autorizadas apenas no primeiro semestre de 2025, resultado que reforça a rápida expansão desse mercado (Brasil, 2025; Madruga et al., 2025).

Os dados do Terceiro Levantamento Nacional de Álcool e Drogas (LENAD III) reforçam a dimensão desse fenômeno no contexto brasileiro. Segundo o levantamento, mais de um quarto da população brasileira com 14 anos ou mais já realizou algum tipo de aposta ao longo da vida (25,9%), enquanto 17,6% relataram ter apostado nos 12 meses anteriores à pesquisa, o que corresponde a mais de 28 milhões de brasileiros (Madruga et al., 2025). Entre os indivíduos que apostaram recentemente, as plataformas de apostas esportivas online já ocupam o segundo lugar

entre as modalidades mais utilizadas, sendo superadas apenas pelas loterias. As chamadas bets ultrapassaram modalidades tradicionais, como o jogo do bicho, consolidando-se como uma das principais formas de aposta no país (Madruga et al., 2025).

Diferentemente de modalidades tradicionais de jogo, as apostas esportivas online apresentam características que favorecem maior frequência de participação e engajamento contínuo dos usuários. Entre essas características destacam-se a disponibilidade permanente das plataformas, a possibilidade de realizar apostas em tempo real, a rapidez entre aposta e resultado e a forte integração entre esporte, entretenimento e publicidade digital (Grubbs; Kraus, 2023).

Além disso, o acesso a estatísticas esportivas, informações sobre equipes e desempenho de atletas pode favorecer a percepção de que os resultados das apostas são parcialmente previsíveis ou controláveis, contribuindo para a persistência do comportamento de apostar mesmo diante de prejuízos financeiros e emocionais (Ladouceur et al., 2001; Tavares, 2024).

Estudos recentes apontam associação entre a expansão das apostas esportivas online e o aumento de indicadores relacionados ao jogo problemático, especialmente entre indivíduos mais jovens e mais expostos ao ambiente digital (Xu; Grubbs; Kraus, 2025). Os dados do LENAD III reforçam essa preocupação ao demonstrar que 66,8% dos usuários de plataformas de apostas esportivas online apresentaram indicadores de jogo de risco ou problemático, proporção significativamente superior à observada entre apostadores que não utilizavam bets (26,8%) (Madruga et al., 2025). Esses dados sugerem que o crescimento das apostas esportivas online não representa apenas uma transformação do mercado de entretenimento digital, mas também um importante desafio para a saúde pública e para o desenvolvimento de estratégias preventivas e terapêuticas voltadas ao manejo do Transtorno do Jogo.

3.2 Características clínicas do Transtorno do Jogo

O Transtorno do Jogo é caracterizado por um padrão persistente e recorrente de comportamento relacionado às apostas, associado à perda de controle, sofrimento psíquico e prejuízos significativos em diferentes áreas da vida do indivíduo. Segundo o

Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5-TR), o transtorno envolve uma dificuldade progressiva em interromper ou reduzir o comportamento de apostar, mesmo diante de consequências negativas nos âmbitos financeiro, emocional, familiar e ocupacional (APA, 2023).

Entre as principais características clínicas associadas ao Transtorno do Jogo destacam-se a preocupação frequente com apostas, a necessidade de apostar quantias cada vez maiores para obter o mesmo nível de excitação (fenômeno análogo à tolerância), tentativas frustradas de interromper ou controlar o comportamento de apostar, irritabilidade diante da impossibilidade de jogar e o retorno recorrente às apostas após perdas financeiras, comportamento descrito na literatura como *chasing losses*. Essas manifestações clínicas têm sido consistentemente descritas tanto nos critérios diagnósticos do DSM-5-TR quanto em estudos recentes sobre o transtorno (APA, 2023; Grubbs; Kraus, 2022; Sharma; Weinstein, 2025).

Além dos critérios diagnósticos descritos no DSM-5-TR, estudos recentes apontam que indivíduos com Transtorno do Jogo frequentemente apresentam sofrimento emocional significativo, dificuldades no controle dos impulsos e elevada associação com sintomas ansiosos, depressivos e uso de substâncias psicoativas (Tavares, 2024; Madruga et al., 2025). Essas características reforçam a compreensão do transtorno como uma condição clínica complexa, multifatorial e frequentemente associada a prejuízos funcionais relevantes.

Estudos recentes têm demonstrado que o Transtorno do Jogo apresenta elevada associação com outros transtornos psiquiátricos. Em revisão narrativa abrangendo estudos publicados entre 2010 e 2024, Sharma e Weinstein (2025) identificaram altas taxas de comorbidade entre o Transtorno do Jogo e transtornos depressivos, transtornos de ansiedade, transtornos por uso de álcool e outras substâncias, além de sintomas relacionados ao transtorno de déficit de atenção e hiperatividade (TDAH). Os autores destacam que tais condições frequentemente interagem entre si, contribuindo para maior gravidade clínica, pior funcionamento psicossocial e maior dificuldade de adesão ao tratamento.

Sharma e Weinstein (2025), em revisão narrativa sobre comorbidades associadas ao Transtorno do Jogo, destacam que fatores como impulsividade elevada, dificuldades de regulação emocional e experiências adversas ao longo da vida estão frequentemente associados à maior vulnerabilidade para o desenvolvimento e manutenção do comportamento de apostar. Na perspectiva dos

autores, indivíduos com Transtorno do Jogo tendem a apresentar maior sensibilidade às recompensas imediatas e maior dificuldade em interromper comportamentos associados à busca de prazer ou alívio emocional. Tais características podem contribuir para a persistência do transtorno mesmo diante de prejuízos significativos.

Conforme descrito por Tavares (2024), o comportamento impulsivo relacionado ao jogo pode ser compreendido como um padrão marcado pela busca de recompensas imediatas, frequentemente acompanhado por dificuldades em considerar consequências futuras e pela persistência do comportamento apesar dos prejuízos associados. No contexto das apostas esportivas online, essa impulsividade pode ser potencializada pela disponibilidade contínua das plataformas, pela rapidez entre aposta e resultado e pela possibilidade de realizar múltiplas apostas em curtos intervalos de tempo (Xu; Grubbs; Kraus, 2025).

Estudos recentes sugerem que indivíduos envolvidos em apostas esportivas apresentam maior probabilidade de desenvolver sintomas relacionados ao jogo problemático quando comparados à população geral. Em uma amostra nacional de adultos norte-americanos, Grubbs e Kraus (2022) observaram que apostadores esportivos apresentavam maior probabilidade de serem classificados em categorias de risco moderado ou elevado para problemas relacionados ao jogo. Os autores destacam ainda que esse grupo era predominantemente composto por homens jovens, perfil frequentemente associado à maiores níveis de envolvimento com apostas online. Esses achados tornam-se particularmente relevantes diante dos dados brasileiros apresentados pelo LENAD III, que apontam crescimento expressivo das apostas esportivas online e maior concentração desse comportamento entre indivíduos jovens e familiarizados com tecnologias digitais (Madruga et al., 2025).

Além dos prejuízos financeiros, o Transtorno do Jogo pode provocar impactos sociais, emocionais e familiares significativos, incluindo endividamento, isolamento social, conflitos interpessoais, dificuldades ocupacionais e sofrimento psicológico. Evidências indicam que esses prejuízos tendem a ser mais intensos entre indivíduos classificados como jogadores de risco ou com Transtorno do Jogo, especialmente quando associados a dificuldades de regulação emocional, impulsividade e outras comorbidades psiquiátricas (Sharma; Weinstein, 2025).

Dessa forma, o Transtorno do Jogo passou a ser compreendido não apenas como um comportamento relacionado às apostas, mas como uma condição clínica complexa, associada a fatores psicológicos, sociais e comportamentais. A

compreensão dessas características torna-se fundamental para o desenvolvimento de estratégias preventivas e terapêuticas adequadas, especialmente diante da crescente expansão das apostas esportivas online.

3.3 Distorções cognitivas e manutenção do comportamento de apostar

O Transtorno do Jogo envolve não apenas a repetição do comportamento de apostar, mas também um conjunto de crenças e interpretações cognitivas que contribuem para a manutenção do transtorno. Modelos cognitivos do jogo problemático sugerem que muitos indivíduos desenvolvem interpretações distorcidas acerca das probabilidades, do acaso e da própria capacidade de controlar os resultados das apostas. Essas distorções cognitivas são consideradas elementos centrais para a persistência do comportamento de apostar, mesmo diante de prejuízos financeiros, emocionais e sociais. Segundo Ladouceur et al. (2001), indivíduos com Transtorno do Jogo frequentemente apresentam percepções distorcidas acerca da aleatoriedade e do acaso, favorecendo interpretações equivocadas sobre controle e previsibilidade dos resultados das apostas.

Entre as principais distorções cognitivas associadas ao jogo destacam-se a ilusão de controle, a superestimação das chances de ganho e a crença de que perdas sucessivas aumentariam a probabilidade de vitórias futuras. Segundo Tavares (2024), muitos indivíduos passam a interpretar eventos aleatórios como parcialmente controláveis, especialmente em modalidades de apostas esportivas que envolvem conhecimento prévio sobre equipes, estatísticas e desempenho de atletas. Nesse contexto, o apostador frequentemente desenvolve a percepção de que sua experiência pessoal ou capacidade analítica poderia influenciar os resultados das apostas, favorecendo a persistência do comportamento mesmo após perdas recorrentes.

Além disso, o comportamento de “recuperar perdas”, descrito na literatura como *chasing losses*, constitui uma das manifestações mais frequentes no Transtorno do Jogo. Nesses casos, o indivíduo tende a continuar apostando na tentativa de compensar prejuízos anteriores, frequentemente aumentando o valor e a frequência das apostas. Esse padrão gera um ciclo vicioso que culmina em maior comprometimento financeiro e agravamento do sofrimento psíquico associado ao transtorno (APA, 2023).

Evidências recentes reforçam a importância das distorções cognitivas na compreensão do Transtorno do Jogo. Em estudo realizado com apostadores australianos, Thurm et al. (2023) observaram que eventos estressantes da vida apresentaram associação indireta com o transtorno por meio do aumento das distorções cognitivas relacionadas ao jogo e das dificuldades de regulação emocional. Segundo os autores, indivíduos expostos a situações estressantes podem tornar-se mais vulneráveis às interpretações equivocadas acerca das probabilidades, do acaso e da própria capacidade de influenciar os resultados das apostas. Esses dados reforçam a hipótese de que as distorções cognitivas não apenas acompanham o comportamento de apostar, mas podem atuar como mecanismos relevantes na manutenção e agravamento do transtorno (Thurm et al., 2023).

As apostas esportivas online apresentam características específicas que potencializam essas distorções cognitivas. A rapidez das apostas em tempo real, a disponibilidade contínua das plataformas digitais e a exposição frequente a estímulos relacionados ao jogo favorecem tomadas de decisão mais impulsivas e menor reflexão sobre riscos e consequências. Sob esta perspectiva, o ambiente digital favorece a manutenção do comportamento de apostar ao incorporar mecanismos de recompensa imediata, disponibilidade contínua e feedback instantâneo, características que aumentam o engajamento dos usuários e reduzem as oportunidades de interrupção do comportamento (Xu; Grubbs; Kraus, 2025; Tavares, 2024).

Estudos recentes têm ampliado a compreensão dos processos cognitivos envolvidos no jogo problemático. Hu e Cai (2025) observaram que a exposição repetida a conteúdos relacionados a ganhos e vitórias pode fortalecer crenças irracionais sobre controle e previsibilidade dos resultados, favorecendo maior envolvimento com as apostas. Os autores identificaram que a ilusão de controle atua como um importante mecanismo intermediário entre a exposição a estímulos relacionados ao jogo e o desenvolvimento de comportamentos problemáticos de aposta. Segundo os autores, apostadores frequentemente atribuem os ganhos às próprias habilidades e conhecimentos, minimizando o papel do acaso nos resultados obtidos.

No contexto das apostas esportivas online, esse fenômeno torna-se particularmente relevante devido à ampla disponibilidade de estatísticas, análises esportivas, prognósticos e conteúdos especializados. Embora essas informações possam contribuir para decisões mais informadas, elas também podem favorecer uma

superestimação da capacidade de previsão dos resultados e reforçar a crença de que o conhecimento esportivo seria suficiente para reduzir significativamente a influência do acaso. Dessa forma, a ilusão de controle pode contribuir para a manutenção do comportamento de apostar mesmo diante de perdas recorrentes e prejuízos acumulados (Hu; Cai, 2025).

Nesse contexto, compreender as distorções cognitivas associadas ao Transtorno do Jogo torna-se fundamental para o desenvolvimento de estratégias terapêuticas eficazes. A identificação e modificação dessas crenças disfuncionais passaram a ocupar papel central nas abordagens cognitivo-comportamentais utilizadas no tratamento do jogo problemático, especialmente em intervenções voltadas à reestruturação cognitiva, prevenção de recaídas e manejo do comportamento de apostar.

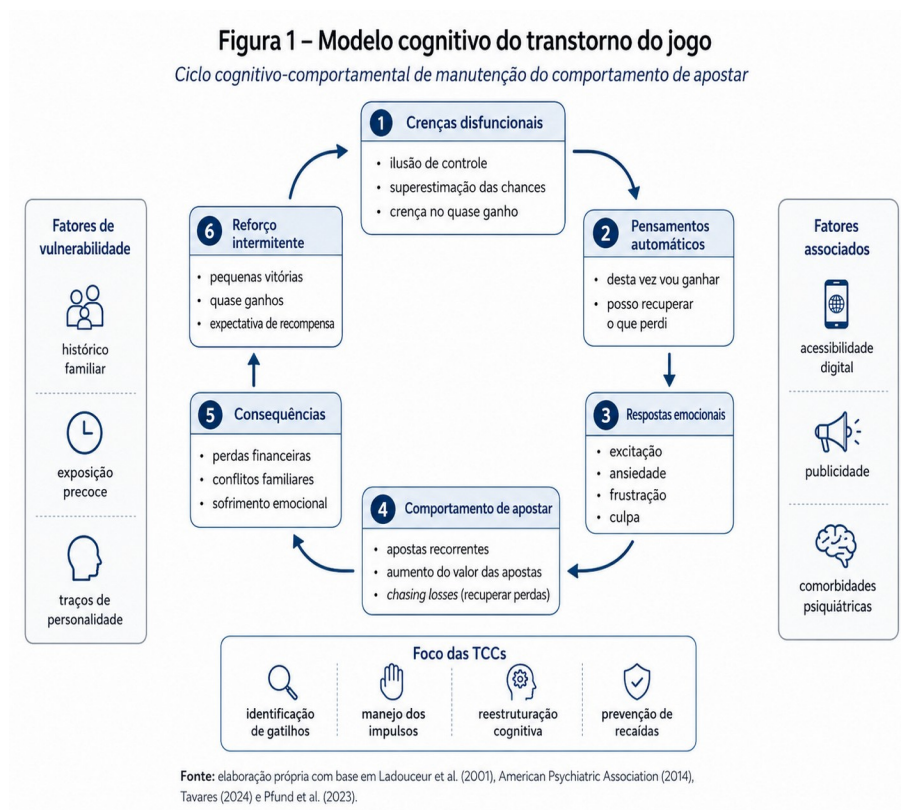
3.4 Modelo cognitivo-comportamental do jogo problemático

As Terapias Cognitivo-Comportamentais partem do pressuposto de que o comportamento de apostar não se mantém apenas em função do ato em si, mas da interação entre crenças disfuncionais, pensamentos automáticos, respostas emocionais e consequências comportamentais associadas ao jogo. No caso do Transtorno do Jogo, esse modelo sugere que determinadas interpretações cognitivas favorecem a persistência das apostas, especialmente quando o indivíduo passa a atribuir sentido previsível ou controlável a eventos marcados pelo acaso. Dessa forma, o jogo problemático pode ser compreendido como resultado de um ciclo de manutenção no qual crenças distorcidas, reforços intermitentes e respostas emocionais contribuem para a continuidade do comportamento de apostar (Ladouceur et al., 2001; Tavares, 2024).

No contexto das apostas esportivas online, esse modelo torna-se particularmente relevante, uma vez que o ambiente digital amplia a frequência de exposição ao comportamento de apostar e favorece a ativação de crenças disfuncionais relacionadas à ilusão de controle, à superestimação das chances de ganho e à expectativa de recuperação de perdas. Além disso, pensamentos automáticos como “desta vez eu vou ganhar” ou “consigo recuperar o que perdi” podem intensificar estados emocionais como ansiedade, excitação e frustração, aumentando a probabilidade de novas apostas. Estudos recentes indicam que

características próprias das plataformas digitais, como disponibilidade permanente, apostas em tempo real e feedback imediato, podem potencializar esses processos cognitivos e emocionais, favorecendo a manutenção do comportamento de apostar (Xu; Grubbs; Kraus, 2025; Pfund et al., 2023).

A manutenção desse ciclo também pode ser compreendida à luz dos princípios da aprendizagem comportamental. Diferentemente de comportamentos reforçados de maneira contínua, as apostas operam por meio de um padrão de reforçamento intermitente, no qual ganhos ocasionais ocorrem de forma imprevisível. Esse tipo de reforçamento é considerado particularmente resistente à extinção comportamental, contribuindo para que o indivíduo persista no comportamento mesmo após sucessivas perdas financeiras. Pequenas vitórias, quase ganhos (near misses) e recompensas ocasionais fortalecem a expectativa de sucesso futuro e aumentam a probabilidade de novas apostas, perpetuando o ciclo de manutenção do transtorno (Pfund et al., 2023; Tavares, 2024).



Conforme representado na Figura 1, o modelo cognitivo-comportamental do Transtorno do Jogo pode ser compreendido como um ciclo no qual crenças disfuncionais e pensamentos automáticos influenciam respostas emocionais e

comportamentos de aposta, produzindo consequências que, por sua vez, retroalimentam o transtorno. Entre essas consequências destacam-se perdas financeiras, conflitos interpessoais e sofrimento emocional, frequentemente seguidos de novas tentativas de apostar com o objetivo de recuperar prejuízos anteriores. Esse padrão, descrito na literatura como *chasing losses*, constitui uma das manifestações clínicas mais características do transtorno e está associado ao agravamento da gravidade dos sintomas, ao aumento do endividamento e à persistência do comportamento de apostar (Tavares, 2024; Pfund et al., 2023).

O modelo cognitivo-comportamental também pressupõe que fatores emocionais e contextuais influenciam a ativação e a manutenção das distorções cognitivas associadas ao jogo. Nesse sentido, situações estressantes da vida e dificuldades de regulação emocional podem favorecer interpretações disfuncionais relacionadas ao acaso, às probabilidades e à percepção de controle sobre os resultados das apostas, reforçando o ciclo de manutenção do transtorno (Thurm et al., 2023; Tavares, 2024).

Evidências recentes também sugerem que fatores individuais, como impulsividade elevada, dificuldades de regulação emocional e maior sensibilidade a recompensas imediatas, podem aumentar a vulnerabilidade ao desenvolvimento e à manutenção do Transtorno do Jogo. Segundo Sharma e Weinstein (2025), indivíduos com sintomas mais graves tendem a apresentar maior dificuldade em interromper comportamentos voltados à obtenção de prazer imediato ou alívio emocional, mesmo quando reconhecem os prejuízos decorrentes das apostas.

Esses resultados reforçam a natureza multifatorial do Transtorno do Jogo, evidenciando a interação entre fatores cognitivos, emocionais e comportamentais na manutenção do comportamento de apostar.

A compreensão desse ciclo é fundamental para o tratamento, uma vez que as intervenções cognitivo-comportamentais se concentram justamente na identificação e modificação dos processos que mantêm o comportamento de apostar. Assim, técnicas como identificação de gatilhos, manejo dos impulsos, reestruturação cognitiva e prevenção de recaídas passam a ocupar papel central no manejo clínico do Transtorno do Jogo. Nesse sentido, o modelo cognitivo-comportamental não apenas oferece uma explicação teórica para a manutenção do transtorno, mas também orienta de forma prática as estratégias terapêuticas empregadas no tratamento do

jogo problemático, especialmente no contexto contemporâneo das apostas esportivas online (Pfund et al., 2023; Xu; Grubbs; Kraus, 2025).

3.5 Principais estratégias cognitivo-comportamentais no tratamento do Transtorno do Jogo

As intervenções cognitivo-comportamentais utilizadas no tratamento do Transtorno do Jogo têm como objetivo modificar os fatores que contribuem para a manutenção do comportamento de apostar, atuando sobre pensamentos disfuncionais, respostas emocionais, padrões comportamentais e situações de risco associadas ao jogo. De forma geral, essas intervenções combinam estratégias cognitivas, comportamentais, motivacionais e de prevenção de recaídas, buscando promover maior autocontrole e reduzir os prejuízos decorrentes das apostas (Pfund et al., 2023).

Entre as estratégias cognitivas, destaca-se a reestruturação cognitiva, voltada à identificação e modificação de crenças disfuncionais relacionadas ao jogo. Essa intervenção busca auxiliar o indivíduo a reconhecer interpretações equivocadas acerca do acaso, da probabilidade de ganho, da previsibilidade dos resultados e da própria capacidade de controlar eventos aleatórios. Nesse contexto, crenças como a ilusão de controle, a superestimação das chances de sucesso e a expectativa de recuperação de perdas tornam-se alvos centrais do tratamento. Ladouceur et al. (2001) ressaltam que a correção dessas distorções cognitivas constitui um dos componentes fundamentais das intervenções cognitivo-comportamentais voltadas ao jogo problemático.

No âmbito comportamental, o controle de estímulos representa uma estratégia amplamente utilizada. Essa abordagem busca reduzir a exposição do indivíduo a contextos que favorecem o comportamento de apostar, incluindo aplicativos de apostas, plataformas digitais, propagandas, meios de pagamento e situações sociais associadas ao jogo. Além da diminuição da exposição a gatilhos, o tratamento frequentemente incentiva o desenvolvimento de atividades alternativas capazes de fornecer fontes saudáveis de prazer, engajamento e recompensa. No contexto brasileiro, Oliveira et al. (2022) descrevem que o Programa Ambulatorial dos Transtornos do Impulso (PRO-AMITI), do Instituto de Psiquiatria do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo, adota uma

abordagem multidisciplinar que integra acompanhamento psiquiátrico, psicoterapia individual, grupal e familiar, entrevistas motivacionais e grupos voltados à promoção de qualidade de vida.

A prevenção de recaídas também ocupa papel central no tratamento do Transtorno do Jogo. De acordo com Marlatt e Gordon (1993), a recaída deve ser compreendida como um processo multideterminado influenciado por fatores emocionais, cognitivos, ambientais e interpessoais. Nessa perspectiva, o tratamento busca auxiliar o paciente a identificar situações de risco, reconhecer estados emocionais associados ao desejo de apostar e desenvolver estratégias de enfrentamento mais adaptativas diante de gatilhos relacionados ao jogo.

Entre os fatores frequentemente associados à recaída encontram-se a disponibilidade financeira, o acesso facilitado às plataformas digitais, conflitos interpessoais, sentimentos de solidão, ansiedade, frustração e estresse. Assim, as intervenções cognitivo-comportamentais procuram ampliar a percepção do indivíduo acerca dos fatores que aumentam sua vulnerabilidade ao comportamento de apostar, favorecendo maior capacidade de autorregulação e tomada de decisão diante de situações de risco. Walker et al. (2006 apud Oliveira et al., 2022) ressaltam que o tratamento não deve se limitar à interrupção das apostas, mas também contemplar a redução dos danos associados ao jogo e a promoção de saúde e qualidade de vida.

Outro componente relevante refere-se à motivação para mudança. Souza et al. (2009) destacam que a motivação do paciente constitui um importante fator associado à adesão e aos resultados terapêuticos. As autoras relacionam o tratamento do Transtorno do Jogo ao Modelo Transteórico de Mudança, segundo o qual a mudança comportamental ocorre em diferentes estágios e exige intervenções compatíveis com o nível de prontidão apresentado pelo indivíduo. A avaliação desse processo permite que o terapeuta ajuste suas estratégias de intervenção, favorecendo maior engajamento e participação ativa do paciente no tratamento.

Além disso, observa-se crescente interesse pela integração da Entrevista Motivacional ao tratamento do Transtorno do Jogo. Essa abordagem mostra-se particularmente útil diante da ambivalência frequentemente observada nesses pacientes, que muitas vezes reconhecem os prejuízos causados pelas apostas, mas permanecem emocionalmente vinculados ao comportamento. A Entrevista Motivacional busca fortalecer a motivação intrínseca para mudança por meio de uma postura colaborativa, empática e não confrontativa, favorecendo maior adesão ao

tratamento e ampliação da consciência acerca das consequências do jogo (Souza et al., 2009).

A relevância da Entrevista Motivacional para o tratamento do Transtorno do Jogo também foi observada por Carlbring et al. (2010), em ensaio clínico randomizado que comparou essa abordagem à Terapia Cognitivo-Comportamental em grupo e a uma condição de lista de espera. Os autores verificaram que ambas as intervenções estiveram associadas à redução dos sintomas relacionados ao jogo e à melhora de indicadores emocionais ao longo do acompanhamento. Embora não tenham sido identificadas diferenças significativas entre as duas modalidades terapêuticas, os resultados sugerem que a Entrevista Motivacional pode representar uma alternativa clínica promissora, especialmente em pacientes ambivalentes ou com menor disposição inicial para mudanças comportamentais mais amplas.

A avaliação clínica das comorbidades também representa um aspecto relevante do manejo terapêutico. Transtornos de humor, ansiedade, uso de substâncias e outras condições psiquiátricas frequentemente coexistem com o Transtorno do Jogo, podendo influenciar tanto a gravidade do quadro quanto a resposta ao tratamento. Nesse sentido, Weinstock et al. (2008) destacam a importância do rastreio sistemático dessas condições em diferentes contextos assistenciais, permitindo a elaboração de planos terapêuticos mais abrangentes e individualizados.

Mais recentemente, intervenções baseadas em mindfulness vêm sendo incorporadas ao tratamento do Transtorno do Jogo como estratégias complementares de regulação emocional e manejo de impulsos. Essas abordagens procuram desenvolver maior consciência dos estados internos associados ao desejo de apostar, favorecendo uma relação menos automática com pensamentos, emoções e fissuras. Em uma série de casos envolvendo veteranos norte-americanos diagnosticados com Transtorno do Jogo, Shirk et al. (2022) observaram redução da frequência das apostas e do desejo de jogar após participarem de um programa de Mindfulness-Based Relapse Prevention(MBRP). Os participantes também apresentaram melhora em indicadores de atenção plena, impulsividade e regulação emocional, sugerindo que intervenções desse tipo podem contribuir para o fortalecimento das estratégias de prevenção de recaídas.

Evidências mais atuais reforçam a relevância das intervenções psicológicas no tratamento do Transtorno do Jogo. Em revisão sistemática com meta-análise de

ensaios clínicos randomizados, Eriksen et al. (2023) identificaram redução da gravidade dos sintomas associados ao jogo em diferentes modalidades de tratamento psicológico. Entre as abordagens avaliadas, a Terapia Cognitivo-Comportamental concentrou o maior número de estudos e apresentou os resultados mais consistentes, configurando-se atualmente como a modalidade com maior sustentação empírica para o tratamento do transtorno. Os autores também observaram benefícios em sintomas de ansiedade e depressão, além de indicarem que intervenções presenciais tendem a produzir efeitos mais robustos do que formatos exclusivamente remotos. O estudo destaca ainda a necessidade de ampliar as investigações sobre resultados em longo prazo e sobre intervenções digitais, especialmente diante da crescente expansão das apostas em ambientes online.

Por fim, o aconselhamento financeiro pode constituir uma estratégia complementar importante no manejo clínico do Transtorno do Jogo. Embora não substitua a psicoterapia, essa intervenção contribui para a redução de danos imediatos e para a reorganização das consequências financeiras decorrentes das apostas. Hodgins e Petry (2004) destacam que medidas como controle de acesso a recursos financeiros, bloqueio de cartões, restrição de acesso a aplicativos de apostas, autoexclusão de plataformas e participação da família na organização financeira podem auxiliar na redução da vulnerabilidade a recaídas.

Dessa forma, as intervenções cognitivo-comportamentais direcionadas ao Transtorno do Jogo vão além da simples modificação de pensamentos disfuncionais. Essas intervenções compreendem um conjunto integrado de estratégias que incluem reestruturação cognitiva, controle de estímulos, fortalecimento da motivação para mudança, prevenção de recaídas, manejo dos impulsos, regulação emocional e redução dos prejuízos associados ao comportamento de apostar. Em conjunto, essas estratégias permitem uma abordagem terapêutica estruturada, individualizada e compatível com a complexidade clínica do transtorno, contemplando tanto os mecanismos cognitivos responsáveis pela manutenção das apostas quanto os fatores emocionais, comportamentais e contextuais envolvidos no processo terapêutico (Ladouceur et al., 2001; Oliveira et al., 2022; Pfund et al., 2023).

Nas últimas décadas, o Transtorno do Jogo passou a receber maior atenção da comunidade científica internacional, especialmente devido ao aumento da disponibilidade de plataformas de apostas, cassinos online e jogos eletrônicos associados a mecanismos de recompensa intermitente. Nesse contexto, tornou-se

fundamental o desenvolvimento de estratégias terapêuticas baseadas em evidências científicas consistentes. Entre as abordagens psicoterapêuticas mais estudadas, a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) consolidou-se como uma das intervenções com maior respaldo empírico no tratamento desse quadro clínico.

A literatura científica demonstra que a TCC atua tanto sobre os comportamentos compulsivos relacionados às apostas quanto sobre as distorções cognitivas que sustentam o ciclo aditivo. De acordo com Beck (2022), os indivíduos desenvolvem interpretações distorcidas acerca de si mesmos, do ambiente e das probabilidades relacionadas ao jogo, mantendo padrões automáticos de pensamento que favorecem a repetição do comportamento disfuncional. Esses processos cognitivos básicos retroalimentam diretamente o quadro, mesmo diante de severos prejuízos familiares e sociais.

A fundamentação dessa eficácia está consolidada em importantes revisões metodológicas. Uma das revisões sistemáticas mais relevantes sobre o tema foi conduzida por Cowlshaw et al. (2012), que analisaram ensaios clínicos randomizados envolvendo intervenções psicológicas para indivíduos com Transtorno do Jogo e observaram resultados favoráveis para abordagens cognitivo-comportamentais. Os achados demonstraram redução significativa na frequência das apostas, diminuição da gravidade dos sintomas relacionados ao jogo e melhora no funcionamento psicológico geral dos participantes submetidos à TCC. Além disso, os estudos analisados evidenciaram melhora importante nas distorções cognitivas associadas ao comportamento de apostar, especialmente em crenças relacionadas à ilusão de controle e ao pensamento supersticioso.

Nesse sentido, Cowlshaw et al. (2012, p. 6) destacam que as intervenções psicológicas são eficazes para reduzir significativamente o comportamento de jogo e a gravidade dos sintomas no curto prazo quando comparadas a grupos de controle ou à ausência de tratamento.”

Os autores também observaram que parte dos benefícios terapêuticos permaneceu presente em avaliações de seguimento, embora recaídas e oscilações clínicas ainda fossem relativamente frequentes. Esse aspecto reforça a compreensão do transtorno do jogo como uma condição crônica, marcada por vulnerabilidades cognitivas, emocionais e comportamentais persistentes. Outro ponto importante identificado por Cowlshaw et al. (2012) refere-se à associação entre TCC e estratégias motivacionais. Alguns estudos demonstraram que a entrevista

motivacional pode aumentar o engajamento dos pacientes e favorecer a adesão ao tratamento, especialmente em indivíduos ambivalentes quanto à mudança de comportamento.

Resultados semelhantes também foram encontrados na meta-análise realizada por Pallesen et al. (2005), que identificou melhora significativa em pacientes submetidos a intervenções cognitivo-comportamentais. Os autores observaram redução consistente nos sintomas do jogo patológico, melhora do controle dos impulsos e diminuição da frequência das apostas após o tratamento.

Gooding e Tarrier (2009), em revisão sistemática sobre intervenções psicológicas para o Transtorno do Jogo, concluíram que a TCC apresenta resultados promissores tanto na redução do comportamento compulsivo quanto na modificação das crenças disfuncionais associadas ao jogo. Segundo os autores, técnicas cognitivas voltadas à identificação e correção de pensamentos distorcidos mostraram-se particularmente eficazes na prevenção de recaídas.

Além dos aspectos cognitivos, estudos contemporâneos também destacam a relevância dos mecanismos neurobiológicos envolvidos no Transtorno do Jogo. De acordo com Potenza (2014), o comportamento de apostar ativa circuitos cerebrais relacionados ao sistema de recompensa, especialmente estruturas dopaminérgicas associadas à impulsividade, busca de prazer imediato e à dificuldade de inibição comportamental. Nesse contexto, a TCC auxilia o paciente a desenvolver maior consciência sobre gatilhos emocionais, padrões automáticos de comportamento e estratégias de enfrentamento mais adaptativas.

A literatura recente continua reforçando a eficácia das intervenções cognitivo-comportamentais. Pfund et al. (2023) destacam que a TCC permanece como a abordagem psicoterapêutica com maior suporte empírico para o tratamento do Transtorno do Jogo, especialmente quando associada a estratégias de prevenção de recaída, manejo emocional e treinamento de habilidades cognitivas.

Corroborando esse cenário, Pitzschel et al. (2026), ao analisarem dados de mais de 3.000 pacientes com Transtorno do Jogo atendidos na rede pública de saúde da Baviera, observaram que a Terapia Cognitivo-Comportamental representava a modalidade psicoterapêutica mais frequentemente utilizada. Os autores destacam que essa predominância é compatível com o conjunto de evidências atualmente disponível para o tratamento do transtorno, sugerindo que o conhecimento produzido em pesquisas clínicas vem sendo incorporado à prática assistencial.

Apesar dos resultados promissores encontrados na literatura, alguns autores ressaltam limitações metodológicas importantes nos estudos disponíveis. Cowlshaw et al. (2012) apontam a presença de amostras reduzidas, heterogeneidade metodológica entre os ensaios clínicos e dificuldades relacionadas ao acompanhamento longitudinal dos participantes. Além disso, taxas elevadas de abandono terapêutico representam um desafio recorrente no tratamento de jogadores patológicos.

Embora diferentes abordagens psicoterapêuticas tenham sido empregadas no tratamento do Transtorno do Jogo, incluindo intervenções psicodinâmicas, grupos de apoio, Entrevista Motivacional e estratégias baseadas em mindfulness, a Terapia Cognitivo-Comportamental permanece como a modalidade com maior respaldo empírico na literatura científica. Esse destaque decorre do maior número de ensaios clínicos randomizados, revisões sistemáticas e meta-análises disponíveis, que demonstram sua eficácia na redução da gravidade dos sintomas, na modificação das distorções cognitivas, no manejo da impulsividade, na prevenção de recaídas e na melhora do funcionamento psicológico dos pacientes (Cowlshaw et al., 2012; Gooding; Tarrier, 2009; Pallesen et al., 2005; Pfund et al., 2023).

Evidências mais recentes também corroboram a efetividade das intervenções cognitivo-comportamentais no tratamento do Transtorno do Jogo. Em um ensaio clínico randomizado realizado por Mide et al. (2023), indivíduos diagnosticados com Transtorno do Jogo foram submetidos a um programa de Terapia Cognitivo-Comportamental online com suporte telefônico de terapeutas. Os resultados demonstraram redução significativa dos sintomas relacionados ao jogo, além de melhora em indicadores de ansiedade, depressão, distorções cognitivas e qualidade de vida. Os autores observaram efeitos de magnitude moderada a elevada para diversos desfechos clínicos, reforçando o potencial das intervenções cognitivo-comportamentais também em formatos digitais. Embora não tenham sido encontradas diferenças significativas entre a TCC online e uma intervenção motivacional ativa, ambos os tratamentos promoveram melhora clínica substancial, sugerindo que intervenções estruturadas e acompanhadas por profissionais podem representar alternativas eficazes e acessíveis para ampliar o alcance do tratamento do Transtorno do Jogo (Mide et al., 2023).

Por fim, cabe notar que essas abordagens complementares, tais como Entrevista Motivacional e mindfulness, vêm demonstrando resultados promissores,

sobretudo em aspectos relacionados à adesão terapêutica, manejo da impulsividade e regulação emocional. Entretanto, essas estratégias geralmente aparecem integradas às intervenções cognitivo-comportamentais e não como modalidades terapêuticas isoladas. Em contrapartida, as abordagens psicodinâmicas, apesar de relevantes na compreensão subjetiva e emocional do comportamento aditivo, ainda apresentam menor quantidade de estudos controlados e menor volume de evidências empíricas quando comparadas às intervenções cognitivo-comportamentais (Oliveira et al., 2022).

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Embora o jogo online esteja presente internacionalmente há mais de duas décadas, a expansão massiva das apostas esportivas digitais ocorreu de maneira mais intensa nos últimos anos, especialmente com a popularização dos smartphones, dos aplicativos de apostas, dos meios digitais de pagamento e das estratégias de publicidade vinculadas ao esporte e às redes sociais. Nesse contexto, o crescimento das chamadas “bets” passou a representar um importante desafio clínico e de saúde pública, sobretudo diante do aumento da exposição da população às apostas online e dos impactos emocionais, financeiros e familiares associados ao Transtorno do Jogo.

O presente trabalho teve como objetivo revisar a literatura acerca das intervenções cognitivo-comportamentais utilizadas no tratamento do Transtorno do Jogo associado às apostas esportivas online. A partir da análise dos estudos selecionados, observou-se que a Terapia Cognitivo-Comportamental permanece como a abordagem psicoterapêutica com maior respaldo empírico para o manejo clínico do transtorno, especialmente no que se refere à redução da gravidade dos sintomas, à modificação de distorções cognitivas e à prevenção de recaídas (Cowlshaw et al., 2012; Pfund et al., 2023).

Os estudos revisados indicam que estratégias como reestruturação cognitiva, controle de estímulos, manejo dos impulsos, prevenção de recaídas e identificação de gatilhos apresentam resultados relevantes no tratamento do jogo problemático. Adicionalmente, intervenções complementares, como a Entrevista Motivacional e as práticas baseadas em mindfulness, vêm demonstrando potencial contribuição para a melhora da adesão ao tratamento, da regulação emocional e da redução da reatividade impulsiva, especialmente em pacientes ambivalentes ou com dificuldades significativas de autorregulação.

A literatura também evidencia que o Transtorno do Jogo constitui uma condição clínica complexa e multifatorial, frequentemente associada à impulsividade, às recaídas e às dificuldades de controle inibitório. Conforme discutido por Tavares (2024), as dependências comportamentais envolvem mecanismos relacionados à busca de recompensa imediata e à dificuldade progressiva de interrupção de

comportamentos potencialmente prejudiciais. Nessa perspectiva, o tratamento não deve se restringir à interrupção do comportamento de apostar, mas contemplar também a compreensão dos fatores cognitivos, emocionais e comportamentais envolvidos na manutenção do transtorno.

Apesar dos resultados favoráveis encontrados na literatura, os estudos analisados apresentam limitações metodológicas importantes, incluindo heterogeneidade entre amostras, diferenças nos modelos de intervenção, dificuldades relacionadas ao acompanhamento longitudinal dos participantes e taxas elevadas de abandono terapêutico. Soma-se a isso o fato de que o crescimento recente das apostas esportivas online ainda demanda maior produção científica específica, sobretudo no contexto brasileiro, onde a expansão das plataformas digitais de apostas ocorreu de forma particularmente acelerada nos últimos anos.

Dessa forma, conclui-se que as intervenções cognitivo-comportamentais representam atualmente uma das principais estratégias terapêuticas disponíveis para o tratamento do Transtorno do Jogo. Diante da expansão das apostas esportivas online e da crescente disponibilidade de plataformas digitais, torna-se fundamental ampliar a produção científica sobre o tema, desenvolver estratégias preventivas baseadas em evidências e fortalecer políticas públicas voltadas à promoção da saúde mental e ao manejo clínico dos comportamentos aditivos relacionados ao jogo. Em um cenário de rápida transformação tecnológica e crescente exposição da população às apostas, compreender os mecanismos envolvidos no desenvolvimento e na manutenção do Transtorno do Jogo constitui um desafio cada vez mais relevante para pesquisadores, profissionais da saúde e gestores públicos.

REFERÊNCIAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.

BECK, Judith S. Terapia cognitivo-comportamental: teoria e prática. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2022.

BRASIL. Ministério da Fazenda. Secretaria de Prêmios e Apostas. No primeiro semestre, 17,7 milhões de brasileiros realizaram apostas de quota fixa. Brasília, 2025. Disponível em: <https://www.gov.br/fazenda>. Acesso em: 25 maio 2026.

COWLISHAW, Sean; MERKOURIS, Stephanie; DOWLING, Nicki; ANDERSON, Christopher; JACKSON, Alun; THOMAS, Shane. Psychological therapies for pathological and problem gambling. Cochrane Database of Systematic Reviews, n. 11, CD008937, 2012. DOI: 10.1002/14651858.CD008937.pub2.

ERIKSEN, Jakob W.; FISKAALI, Anne; ZACHARIAE, Robert; WELLNITZ, Kaare B.; OERNBOEL, Eva; STENBRO, Anna W.; MARCUSSEN, Thomas; PETERSEN, Marie W. Psychological intervention for gambling disorder: a systematic review and meta-analysis. Journal of Behavioral Addictions, v. 12, p. 613–630, 2023. DOI: 10.1556/2006.2023.00034.

GOODING, Philip; TARRIER, Nicholas. A systematic review and meta-analysis of cognitive-behavioural interventions to reduce problem gambling: hedging our bets? Behaviour Research and Therapy, v. 47, n. 7, p. 592–607, 2009.

GRANT, Jon E.; POTENZA, Marc N. (ed.). Pathological gambling: a clinical guide to treatment. Washington, DC: American Psychiatric Publishing, 2004.

GRUBBS, Joshua B.; KRAUS, Shane W. Sports wagering in the context of addictive disorders: results from a census-matched U.S. sample. Cogent Mental Health, v. 2, n. 1, art. 2231497, 2023.

HODGINS, David C.; PETRY, Nancy M. Cognitive and behavioral treatments. In: GRANT, Jon E.; POTENZA, Marc N. (ed.). Pathological gambling: a clinical guide to treatment. Washington, DC: American Psychiatric Publishing, 2004. p. 169–188.

LADOUCEUR, Robert et al. Cognitive treatment of pathological gambling. The Journal of Nervous and Mental Disease, v. 189, n. 11, p. 774–780, 2001.

MADRUGA, Clarice Sandi et al. Caderno temático LENAD III: jogos de aposta na população brasileira: resultados 2023. São Paulo: Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP), 2025.

MARLATT, G. Alan; GORDON, Judith R. Prevenção da recaída: estratégias de manutenção no tratamento de comportamentos aditivos. Porto Alegre: Artmed, 1993.

MEIO & MENSAGEM. Bets já investiram R\$ 2,3 bilhões em compra de mídia em 2024. São Paulo, 2024. Disponível em: [INSERIR URL COMPLETA DA REPORTAGEM]. Acesso em: 25 maio 2026.

MIDE, Mikael; MATTIASSON, Johan; NORLIN, Daniel; SEHLIN, Håkan; RASMUSSEN, Johan; LJUNG, Sofia; LINDSKOG, Anders; PETERSSON, Johan; SAAVEDRA, Fernando; GORDH, Ann-Sofie. Internet-delivered therapist-assisted cognitive behavioral therapy for gambling disorder: a randomized controlled trial. *Frontiers in Psychiatry*, v. 14, art. 1243826, 2023. DOI: 10.3389/fpsyt.2023.1243826.

OLIVEIRA, Maria Paula Magalhães Tavares de et al. Transtorno de jogo: contribuição da abordagem psicodinâmica no tratamento. *Psicologia USP*, São Paulo, v. 33, 2022. DOI: 10.1590/0103-6564e210007

PALLESEN, Ståle et al. Outcome of psychological treatments of pathological gambling: a review and meta-analysis. *Addiction*, v. 100, n. 10, p. 1412–1422, 2005.

PFUND, Ryan A.; PETER, Samantha C.; RASH, Carla J.; WEINSTOCK, Jeremiah. Cognitive and behavioral therapies for gambling disorder: contemporary advances and future directions. *Current Addiction Reports*, v. 10, n. 4, 2023.

PITZSCHEL, Bianca; REDEL, Rebekka; TAUSCHER, Martin; KOLLER, Gabriele; GOMES DE MATOS, Elena; HOCH, Eva; SCHWARZKOPF, Larissa. Outpatient psychotherapeutic treatment of gambling disorder: lessons learned from Bavaria. *Frontiers in Psychiatry*, v. 17, art. 1760669, 2026. DOI: 10.3389/fpsyt.2026.1760669.

POTENZA, Marc N. The neurobiology of pathological gambling and drug addiction: an overview and new findings. *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences*, v. 363, n. 1507, p. 3181–3189, 2008.

PROCHASKA, James O.; DICLEMENTE, Carlo C.; NORCROSS, John C. In search of how people change: applications to addictive behaviors. *American Psychologist*, v. 47, n. 9, p. 1102–1114, 1992.

SHARMA, Rishi; WEINSTEIN, Aviv. Gambling disorder comorbidity: a narrative review. *Dialogues Clin Neurosci.* v.27, n.1, p.:1-18, 2025. DOI: 10.1080/19585969.2025.2484288.

SOUZA, Cristiane Cauduro de et al. Jogo patológico e motivação para mudança de comportamento. *Psicologia Clínica*, Rio de Janeiro, v. 21, n. 2, p. 345–361, 2009.

TAVARES, Hermano. O modelo ACEDA: uma abordagem transdiagnóstica para o manejo clínico da impulsividade. São Paulo: Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo, 2024.

THURM, Alexander; SATEL, Joshua; MONTAG, Christian; GRIFFITHS, Mark D.; PONTES, Halley M. The relationship between gambling disorder, stressful life events, gambling-related cognitive distortions, difficulty in emotion regulation, and self-control.

Journal of Gambling Studies, v. 39, n. 1, p. 87–101, 2023. DOI: 10.1007/s10899-022-10151-5.

WEINSTOCK, Jeremiah et al. Ludomania: avaliação transcultural do jogo de azar e seu tratamento. Revista Brasileira de Psiquiatria, São Paulo, v. 30, supl. 1, p. S3–S10, 2008.

XU, Tiange; GRUBBS, Joshua B.; KRAUS, Shane W. A longitudinal investigation of sports betting legalization's influence on problem gambling. Addictive Behaviors, v. 170, 108448, 2025. DOI: 10.1016/j.addbeh.2025.108448.