

Quando tudo está em jogo

Tudo começa com a ida a um casino. Joga-se por divertimento e por prazer, mas esse pode ser o primeiro passo de um caminho longo e doloroso. João percorreu esse caminho até ao desespero. Aos 33 anos recupera de anos de vício e mentiras. Mentia a ele próprio e a todos os que da sua vida faziam parte. O jogo patológico é um problema difícil de assumir, mas possível de travar.

PATRÍCIA ADEGAS

Começou a jogar de vez em quando com amigos porque era divertido. Ganhava sempre qualquer coisa e isso fez com que continuasse a ir ao casino. Com o passar do tempo, fez-se acompanhar com outras pessoas, até chegar a cumprir o ritual sozinho. Um dia, a sorte deu-lhe um sinal para parar, ganhou 15 mil euros. Mas o prêmio só fez com que aumentasse nele a vontade de jogar. E continuou, certo de que bastava querer para deixar o vício. Mas nessa altura, o jogo já só lhe servia para escapar à dor.

O vício, à semelhança da virtude, é um hábito. Só que, ao contrário da virtude, caracteriza uma disposição estável, para a prática de algo errado.

Em Portugal são poucos os estudos sobre a incidência e caracterização do jogo patológico. É precisamente esse trabalho que Paula Brito, finalista do curso de Psicologia Criminal e Comportamentos Desviantes na Universidade Lusófona está a fazer. "O objectivo é estudar os factores do jogo patológico no nosso país, tentar identificar padrões de jogo específicos, nos jogos a dinheiro, chamados jogos de azar. Por outro lado, identificar as características que levam a uma maior predisposição para o vício do jogo, por exemplo determinados traços de personalidade como a impulsividade, características do envolvimento do pensamento, já que a pessoa joga a pensar que consegue controlar o jogo".

João pensava ter esse controlo. Ca-



sou e teve filhos, a família não desconfiava de nada. No trabalho, a flexibilidade de horários serviu para alimentar o vício com visitas, cada vez mais frequentes, às slot machines do casino. "Até então, apesar de perder

muito dinheiro, arranjava sempre desculpas, até porque quando ganhava também trazia para casa. Quando estes viciados no jogo conseguimos arranjar sempre boas desculpas e mentimos muito bem", revela João.

"Mas fiz algumas aldrabices com pessoas muito próximas, mexi em dinheiros de contas para pagar a casa, em certificados de aforro. A minha mulher ficou a saber quando viu um extracto dos movimentos da conta, com

quantias inexplicáveis a sair e a entrar".

TUDO COMEÇA ASSIM... O prazer que o João sentia transformou-se numa necessidade. Paula Brito explica que "o vício no jogo começa quando já não se joga por prazer, mas para conseguir não ter desprazer. Há uma necessidade de recuperar o que se perdeu e um envolvimento cada vez maior, pois quanto mais se joga e se perde, mais se quer jogar para reaver tudo o que se perdeu". O vício do jogo pode assim ser comparável a uma dependência química. "É como no caso de um toxicodependente, quando está dependente já não consome para se sentir bem, mas sim para não ficar mal e não sentir os efeitos da falta do consumo", diz.

Ainda é cedo para dizer que João se livrou do vício. Paula Brito diz que é muito difícil falar de um tempo de cura. "Podemos apontar para períodos de seis a 12 meses, mas são pessoas dependentes para toda a vida". Mas é possível controlar a dependência. O terapeuta Pedro Hubert acrescenta que "o problema das adições sem substância é que têm uma forte componente do pensamento. As pessoas podem estar muito tempo sem jogar e recomeçar em grande força, a probabilidade de voltarem ao jogo é bastante elevada. Por isso, é importante não quebrar a abstinência". Curiosamente, as recaídas são piores quando o jogador ainda não chegou à fase do desespero, "porque ainda não tinha aprendido a lição".

A partir de então entra-se num ciclo. "Queremos ir ao casino para recuperar o dinheiro perdido, estava desesperado e só queria chegar a casa e ter alguma coisa para mostrar, para me justificar. Apesar do choque, a minha mulher decidiu ajudar-me, procurámos um psiquiatra e tentei parar. Durante um tempo consegui, mas as soluções que encontrámos não foram as melhores e o casamento foi-se desgastando. Seis meses depois voltei a jogar e a minha mulher decidiu que já não dava para aguentar", confessa João.

FASES DO JOGO PATOLÓGICO. Hoje, enfrenta um processo de divórcio e está longe dos filhos. Foi preciso chegar ao fundo, à designada fase do desespero, para se dar conta que tinha realmente um problema. Há um mês que está a fazer terapia individual e de grupo, acompanhado por Pedro Hubert, terapeuta em questões de adicção ao jogo. "O mais difícil é o jogador aceitar que tem um problema, porque eles têm muitas crenças que não conseguem perder. Grande parte deles pedem ajuda na fase de desespero, quando já estão endividados, têm pensamentos suicidas, ponderam até mudar de país. Há outros casos em que, por pressão das famílias, procuram ajuda mais cedo, na fase de resgate, sendo que nesses casos é mais fácil tratar o doente", afirma o terapeuta.

No jogo patológico atravessam-se diferentes fases, a ganhadora, a de resgate e a de desespero. Apesar de ser muito importante o apoio da família e dos amigos na recuperação, muitas vezes os jogadores patológicos são abandonados por todos. João diz que a terapia de grupo "é uma excelente forma de pessoas com o mesmo problema se juntarem e partilharem experiências. Todos estão à vontade para desabafar, deitar cá para fora os sentimentos e aliviar o peso. Este mês já serviu para eu me voltar a conhecer e mudar a minha maneira de ser e de estar", desabafa.

O tratamento de um jogador patológico passa sempre por grupos de auto-ajuda e pela terapia individual ou de grupo, terapias cognitivo-comportamentais. "Nas terapias, há sempre a presença de um médico, os grupos de auto-ajuda não têm um carácter terapêutico, mas são valiosos na recuperação. Depois de fazerem terapia, os doentes devem continuar ligados a estes grupos", afirma Pedro Hubert.

PADRÕES DE INCIDÊNCIA. Ainda que não seja possível falar no perfil de um jogador patológico, o problema afecta mais homens do que mulheres e são também os homens quem mais procuram ajuda. "Em cinco anos de actividade dedicados à terapia deste problema, já passaram por mim desde médicos, empresários, trabalhadores de dependência bancária a empreiteiros", diz Pedro Hubert. Também será difícil esclarecer a classe social em que estas pessoas se enquadram. "Apesar de terem mais ou menos posses, a relação que estas pessoas têm com o dinheiro é muito estranha", acrescenta o terapeuta. Ou o hipervalorizam ou o desprezam por completo". Isto acontece porque os jogadores patológicos não são viciados no dinheiro, mas no jogo. "O que eles procuram é a adrenalina, a euforia, o alheamento que aquela actividade lhes permite".

O estudo de Paula Brito não vai abordar as questões biológicas da adicção, mas sim questões como "o meio onde de onde provêm os doentes, a educação que tiveram, a classe média de cada um". Contudo, "algumas análises a nível internacional avançam com factores biológicos, por exemplo, ter mais ou menos predisposição para o jogo na família, a constituição física, a adrenalina, os factores neuroquímicos", afirma.

E apesar de ainda não estar comprovado, Pedro Hubert diz que a hereditariedade pode ser um desses factores que propiciam o envolvimento do indivíduo no jogo. "Em certas famílias existe o culto do jogo, nesse meio que incentiva o jogo, e no qual o poder e o dinheiro são muito valorizados, é provável que se gerem personalidades aditivas". Um exemplo desta situação poderá ser Las Vegas (Estado do Nevada) em que as pessoas são estimuladas, sob todas as formas, para o jogo. "E o que se conclui é que a taxa de prevalência da patologia do jogo vai até aos oito por cento na população em geral, enquanto que em outros estados, onde não há esse incentivo social, a percentagem não passa dos dois por cento", revela o terapeuta.

João diz que "a melhor forma de evitar a adicção é não frequentar casinos. Tenho a certeza que basta ir uma vez para que se entre num ciclo vicioso". Quando isso acontece "é preciso perceber quando se passam os limites do aceitável e reconhecer que estamos errados, temos um problema e precisamos de ajuda", conclui. E esse é meio passo para vencer a dependência.