

# VISÃO

## BURLÃO

A VIDA PORTUGUESA DO "REI DO BITCOIN"

## ANÁLISE

ONDE ANDA A EXTREMA-ESQUERDA EM PORTUGAL

## SAÚDE

COVID-19 VAI MATAR 3 000 PORTUGUESES TODOS OS ANOS

**Destroçado** João viveu mais de 20 anos num círculo vicioso: jogar, perder, endividar-se, jogar... Acabou por ser expulso de casa e por perder a guarda dos filhos

# AGARRADOS AO JOGO

O VÍCIO JÁ DEVASTOU MILHARES DE FAMÍLIAS E A TENDÊNCIA ACENTUOU-SE COM A PANDEMIA: OS PORTUGUESES GASTAM 26 MILHÕES DE EUROS POR DIA A JOGAR. A RASPADINHA CONTINUA A SER A FAVORITA, SEDUZINDO OS MAIS VELHOS E OS MAIS DESFAVORECIDOS, MAS OS CASINOS E AS APOSTAS ONLINE ESTÃO EM FRANCA EXPANSÃO

**+ AS HISTÓRIAS, OS SINTOMAS DA DEPENDÊNCIA, OS TESTES E AS RECOMENDAÇÕES**

# VICIAADOS NO JOGO

Os portugueses gastam 26 milhões de euros por dia a jogar e a tendência acentuou-se com a pandemia. Se a raspadinha continua a ser a mãe de todas as dependências, seduzindo sobretudo os mais velhos e desfavorecidos, os casinos e as apostas desportivas online estão em franca expansão. Bem-vindos ao mundo da ludomania à portuguesa, que já devastou milhares de famílias



## JOÃO, 45 ANOS

### **Um homem que perdeu tudo**

Viveu mais de 20 anos num círculo vicioso: jogar, perder, endividar-se, jogar...

As mentiras e as recaídas custaram-lhe caro. Perdoado inúmeras vezes, acabou por ser expulso de casa e perder a guarda dos dois filhos.

Foi morar para um apartamento degradado que o pai lhe cedeu para não continuar a dormir no carro. Tenta agora recompor a vida.

# 12 passos para não cair em tentação

Várias abordagens terapêuticas afirmam que é possível controlar o jogo, exceto para aqueles que já desenvolveram dependência. Para essas pessoas com predisposição para o jogo, que são uma minoria, é aconselhável a abstinência completa, tal como se processa nas outras dependências. Se é jogador regular ou sente que às vezes abusa, siga estas sugestões:

- 1 Evite locais de jogo se estiver sob stresse, ansiedade ou deprimido**
- 2 Não jogue para fazer dinheiro. O jogo não é um investimento**
- 3 Não jogue para fugir aos seus problemas**
- 4 Evite jogar se o faz por "necessidade" de viver emoções intensas**
- 5 Leve uma quantia de dinheiro pré-determinada (deixe os cartões de crédito em casa, e não no carro...) ou saia quando estiver a ganhar. Se já decidiu que vai jogar, defina previamente a quantia que vai gastar. Se ganhar, abandone imediatamente o local**
- 6 Determine previamente o tempo de permanência no local de jogo e cumpra-o rigorosamente**
- 7 Vá com alguém que não pactue com a compulsão por jogar nem facilite**
- 8 Evite jogar se perdeu na véspera e sente que vai recuperar o prejuízo ou que é uma forma de resolver os seus problemas de uma só vez**
- 9 Evite jogar se sente um forte e súbito impulso para o fazer (vá adiando, fale com alguém, ocupe-se com outros afazeres até lhe passar)**
- 10 Mantenha o jogo nas mesmas proporções das outras atividades lúdicas**
- 11 Aposte apenas aquilo que pode perder**
- 12 Faça pausas e não beba**

João tem 45 anos e passou os últimos 20 a correr atrás do prejuízo. De recaída em recaída, de mentira em mentira, de dívida em dívida. Perdeu quase tudo: a mulher e a guarda dos dois filhos, a sua quota-parte da casa e até o carro em que foi obrigado a dormir, quando se viu na rua, sem um euro no bolso nem lugar para onde ir, no início do ano passado. Nem os pais o aceitaram de volta, após tantas desilusões.

Tudo começou numa ida ao casino, por ocasião do aniversário de um amigo. Tinha 23 anos e tomou-lhe o gosto. Três dias depois, voltou para ganhar o equivalente a oito mil euros. "Foi o pior que me podia ter acontecido", acredita. Fiel às máquinas de póquer do Casino Estoril, passou a ver nelas a solução para todos os males financeiros (e não só) da sua vida.

A sorte de principiante permitiu-lhe pagar o empréstimo do carro. Porque haveria então de trabalhar para o pai, construtor civil, "das oito às cinco, fizesse chuva ou sol", lembra-se de ter pensado, meia dúzia de meses mais tarde. Iludido, até ao casamento, com 27 anos, João entrou numa espiral de "gastar todo o dinheiro" que tinha no jogo. Depois, começou a perder também o que não tinha, contraindo empréstimos para pagar despesas – como o recheio da casa, o carro novo ou as compras do mês – e recorrendo aos cartões de crédito para saciar o vício. Ver os amigos a viajar, e não ter capacidade financeira para o fazer, mexia com ele. "Querida uma vida que não era a minha", penitencia-se.

Em 2014, tentou parar, ao autoexcluir-se do casino. Pouco depois, porém, entusiasmou-se com as apostas desportivas online, e daí à perdição do póquer na internet foi um clique. Pior: trabalhava agora ao computador, como informático. Pior ainda: em vez de um limite de €5 por

aposta, como nas máquinas, a parada no casino virtual subia para os €50 de cada vez. "Foi quando descambou completamente", lamenta João. A "vida dupla de total manipulação", como lhe chama, e que incluiu forjar o registo de dívidas do Banco de Portugal e emails dos bancos supostamente a confirmarem o cancelamento dos cartões de crédito, estava por um fio em finais de 2019.

Depois de ter sido descoberto (e perdoado) repetidas vezes, sempre com dívidas superiores a dez mil euros (algumas saldadas com a ajuda dos pais), sendo a maior de 40 mil (paga com uma hipoteca da casa), a relação com a sua companheira desde os 18 anos não aguentou uma jogada "completamente descontrolada". Em dois dias, João diz ter "estoirado" 12,5 mil euros do plafond do cartão de crédito que ela tinha acabado de pagar, com o dinheiro recebido de entrada da venda da casa. Nesse momento, já era a mulher a tratar das contas do casal, a casa já estava só em nome dela e a venda serviria para abater uma dívida de jogo de 25 mil euros e pagar o terreno e a nova casa construída pelo pai dele.

A rutura, em janeiro de 2020, deixou João sem teto "durante quatro ou cinco dias", até o pai permitir que ficasse num apartamento que iria remodelar para fazer negócio. Mas como viver com um salário de mil euros tendo de pagar 600 ao banco (por conta da dívida) e mais 400 de pensão de alimentos? "Voltar a jogar" foi outra vez a resposta. Vendeu o carro, faliu pagamentos e já tinha procurado ajuda médica quando decidiu internar-se numa clínica de recuperação, fez agora um ano.

"Aceitei a doença que tenho e conto a minha história para que outras pessoas percebam que o jogo não leva a lado nenhum. O jogo está sempre na minha cabeça, mas se passar a olhá-lo como uma solução e não um problema sei que não vai correr bem", sustenta.

## 18 MIL EUROS POR MINUTO

Os portugueses gastam cada vez mais no jogo a dinheiro, e a tendência acentuou-se com a pandemia. Se, por um lado, a Santa Casa da Misericórdia de Lisboa (SCML) perdeu 591 milhões de euros no volume de vendas dos seus jogos sociais em 2020 (por causa do fecho dos pontos de venda durante os confinamentos), com as maiores quebras a atingirem o Euromilhões,

# Os jogos mais populares lá do quiosque

Mais de metade dos lucros da Santa Casa vem da raspadinha (52%). Com muitos pontos de venda fechados em 2020, as vendas dos jogos renderam menos €591 milhões do que no ano anterior

## PERFIL DO JOGADOR DA RASPADINHA



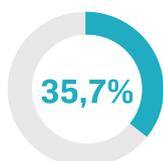
São mulheres



deslocam-se ao local de venda



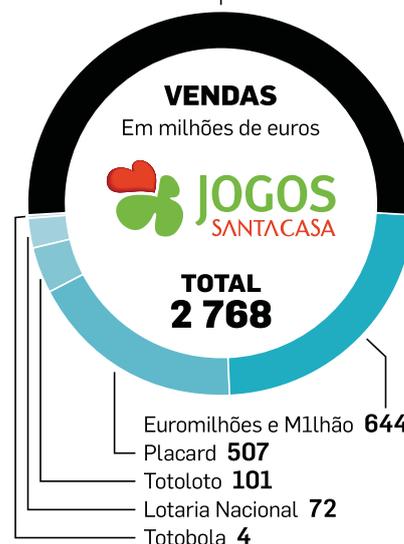
Pertencem à classe social E (baixa)



Têm mais de 55 anos



Raspadinha **1 440**



## MOTIVOS PARA JOGAR NA RASPADINHA

57%

Ganhar um prémio

34,2%

Fácil de jogar

25,4%

É divertido

20,5%

Quando tem trocos

19,7%

Hábito



**€2,56**  
Valor médio por registo de aposta



**€1,7 mil milhões**  
de prémios atribuídos

**1,4 mil milhões**  
Número de apostas registado em 2020

**79%**  
dos portugueses com 18 ou mais anos apostam nos Jogos Santa Casa

**60**  
pessoas ganharam mais de 1 milhão de euros

**523**  
pessoas pediram para ser excluídas do portal Jogos Santa Casa

**59**  
pessoas pediram para ser excluídas do Placard

FONTE Relatório e Contas 2020 Jogos Santa Casa e Estudo Tracking de Marcas/Produtos JSC 2019

INFOGRAFIA AR, MT/VSÃO

**EM CASA ROUBOU TODO O OURO, UM QUADRO QUE O PINTOR MANUEL CARGALEIRO TINHA OFERECIDO AO BISAVÔ, RELÓGIOS DO PAI, MIL EUROS À IRMÃ MAIS NOVA...**

o Placard e a raspadinha, por outro, as receitas brutas do jogo online legal aumentaram 2 240,8 milhões de euros em relação a 2019. Significa isto que, em média, cada residente em Portugal investiu mais 159 euros, de um ano para o outro. Visto por outra perspetiva, e tendo em conta que, no total, foram despendidos 8 460 milhões de euros, os portugueses apostaram cerca de 18 mil euros por minuto em 2020.

Este ano, tudo se conjuga para os números serem ainda mais altos. No segundo trimestre de 2021, 653 mil jogadores fizeram pelo menos uma aposta online, mais 50% do que no período homólogo de 2020. Desde o início da pandemia, as 26 plataformas licenciadas em Portugal para exploração das apostas e do jogo on-

line somaram mais de um milhão de novas inscrições. Ao mesmo tempo, aumenta a quantidade de jogadores autoexcluídos, agora acima dos 93 mil, que recorrem a esta medida preventiva apesar de poderem revogá-la a qualquer momento.

Desde que o novo coronavírus entrou nas nossas vidas, em março de 2020, o psicólogo Pedro Hubert regista uma procura “duas ou três vezes superior” no Instituto de Apoio ao Jogador, que coordena. Segundo a sua estimativa, entre 80% e 90% dos pacientes chegam por problemas relacionados com o jogo online, a maioria jovens adultos com formação superior e vários com sinais de ansiedade e/ou depressão, “o que antes não se via com tanta frequência”. O médico salienta,

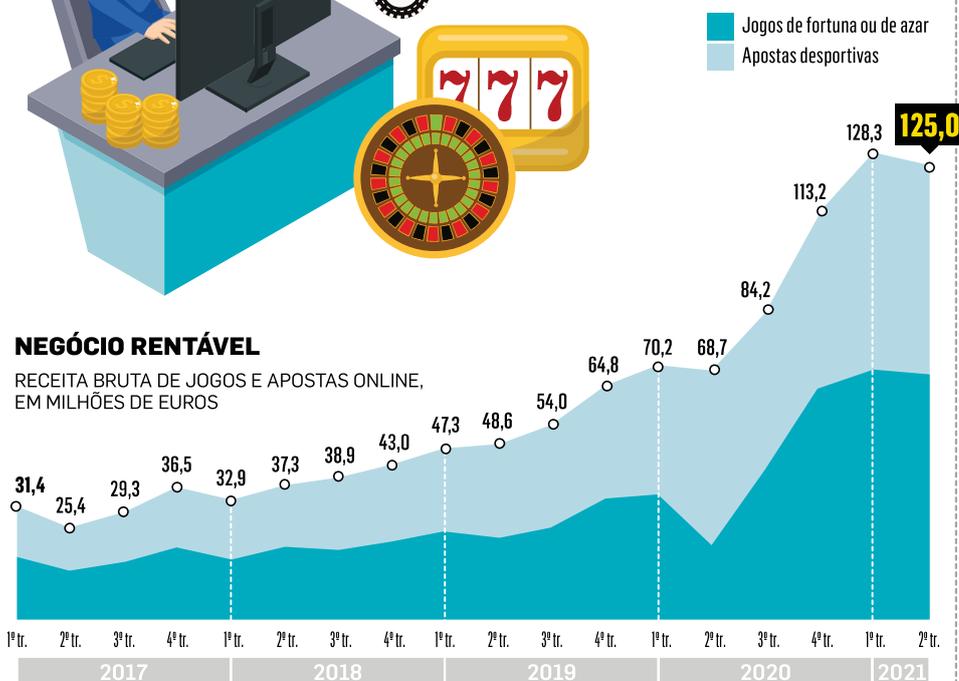
# O mundo do jogo online

Entre apostas desportivas e casinos na internet, os portugueses agarraram-se ao jogo durante a pandemia. O futebol e as máquinas dominam as preferências



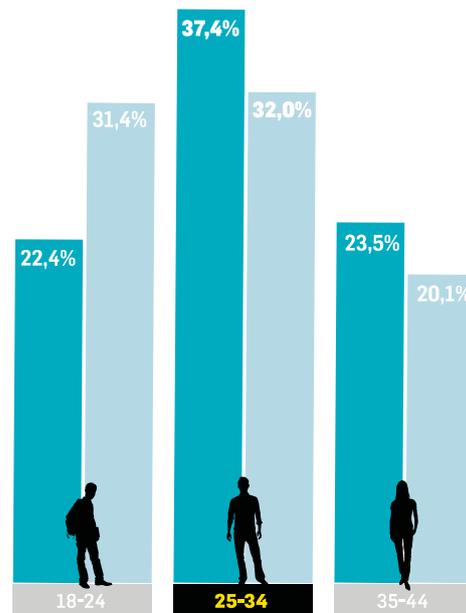
## NEGÓCIO RENTÁVEL

RECEITA BRUTA DE JOGOS E APOSTAS ONLINE, EM MILHÕES DE EUROS



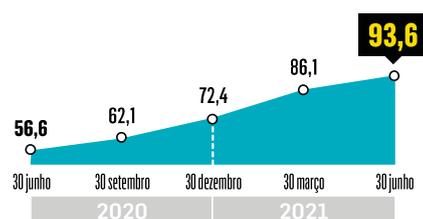
## DISTRIBUIÇÃO DOS JOGADORES POR GRUPO ETÁRIO

2021 (2º trimestre)



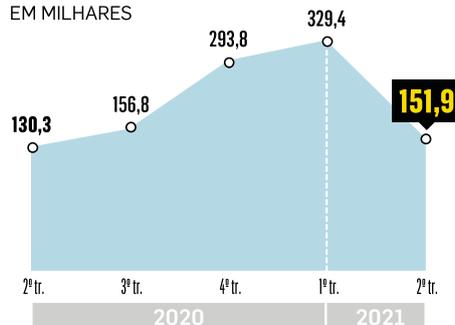
## JOGADORES AUTOEXCLUÍDOS

EM MILHARES

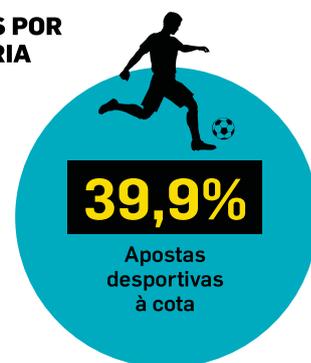


## EVOLUÇÃO DOS NOVOS REGISTOS

EM MILHARES



## APOSTAS POR CATEGORIA



ainda assim, que os jogadores com adição ao jogo continuam a constituir uma pequena parte de um universo cada vez mais vasto.

Porque é que há pessoas que têm mais propensão para o jogo do que outras? “É a pergunta do milhão de dólares”, responde a psiquiatra Ana Matos Pires. Assim como há quem “desencadeie depressões” e outros que passam por “coisas incríveis na vida” não.

Sabe-se hoje que adições como o tabaco e o álcool ou doenças como a ansiedade e a depressão potenciam

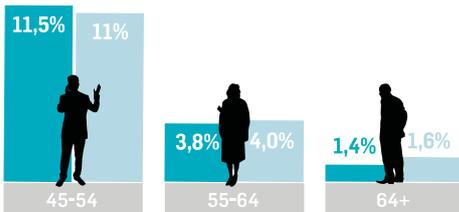
a perturbação do jogo, “referenciada como área de perigo no âmbito da saúde mental”. Um dos focos da ação clínica do psiquiatra João Reis é precisamente acompanhar estes casos complexos, “por vezes, verdadeiras emergências que culminam em suicídio”, alerta o responsável pela consulta de dependências comportamentais do Centro Hospitalar Psiquiátrico de Lisboa.

Pedro (nome fictício), 24 anos, haveria de ser diagnosticado com “depressão crónica”, mas antes, a partir dos 18, deixou-se consumir

pela tentação do jogo. Em vez de ir para a universidade, passava os dias no casino, a jogar blackjack ou roleta, de preferência em mais do que uma mesa em simultâneo, para elevar a adrenalina.

O ouro lá de casa bancava-lhe os momentos de alheamento de que tanto precisava. “Queria ganhar dinheiro pela emoção, que funcionava como uma espécie de fármaco para o sofrimento”, justifica. Fora daquele mundo, imperavam “sentimentos de inutilidade”, de alguém que não gostava de si próprio nem da vida à sua

Jogadores registados  
Novos registos



**33,9%**  
Jogam em ambos os universos

**26,2%**  
Jogos de fortuna ou de azar

### BASQUETEBOL

Outras (basquetebol)

NBA  
**8,74%**

### TÉNIS

Outras (ténis)  
Wimbledon Open  
Open de Roma  
Open de Madrid  
Roland Garros Open

**9,63%**

Outras  
**1,6%**

### FUTEBOL

**77,48%**

UEFA Euro 2020

Primeira Liga

Premier League

La Liga

Serie A (Itália)

UEFA Champions League

Ligue 1

Outras (futebol)

## APOSTAS DESPORTIVAS



**4,76%**

Banca francesa

Blackjack/21  
**5,35%**



Roleta-francesa

**10,14%**



Póquer não bancado

**2,59%**



Póquer em modo torneio

**1,16%**



Máquinas de jogo

**75,99%**

## JOGOS DE FORTUNA OU DE AZAR

FONTE SRIJ - Relatório da atividade do jogo online em Portugal no 2º trimestre de 2021

INFOGRAFIA MT/VSÃO

**NUMA NOITE GASTOU O DINHEIRO QUE LEVOU, LEVANTOU TODA A REFORMA E AINDA ESGOTOU O PLAFOND DO CARTÃO DE CRÉDITO, NO VALOR DE MIL EUROS**

volta. “No jogo, és um lobo solitário, começas a isolar-te e ficas sozinho.”

Descoberto a primeira vez quando a mãe deu pela falta de um pendente – e de caminho apercebeu-se de que também tinham desaparecido “brincos, anéis e colares” –, Pedro autoexcluiu-se de todos os casinos e consultou um médico. Dois meses depois, julgando-se recuperado, deixou o especialista e não tardou a aventurar-se nas apostas desportivas online. Acabaria por roubar o resto do ouro, um quadro que o pintor Manuel Cargaleiro tinha oferecido ao

bisavô, relógios do pai e mil euros à irmã, quatro anos mais nova. “Sabia que era errado, mas era mais forte do que eu”, admite, ao fim de dois anos e meio sem apostar, e já mais seguro de si. “Se jogar, vou voltar a ser aquela pessoa que fui e não quero isso.”

### RASPAR PARA GASTAR

Se o jogo online, entre apostas desportivas e casinos, atrai os mais jovens, ir ao quiosque ou a outros pontos de venda comprar uma raspadinha ou apostar no Euromilhões tornou-se um hábito para os portugueses acima

dos 55 anos, uma grande fatia deles das classes mais desfavorecidas.

Em 2020, e mesmo com uma queda de 16% devido aos confinamentos impostos pela pandemia que levaram ao encerramento temporário de muitos cafés e quiosques, a raspadinha gerou receitas de 1,4 mil milhões de euros, quase o triplo do Euromilhões (€567 milhões). São €3,8 milhões de euros por dia.

O que faz deste jogo, antes conhecido como Lotaria Instantânea, que quase esteve para ser cancelado no fim dos anos 1990, mas que em 2010 teve um reposicionamento no mercado, o mais popular? São vários os fatores do seu sucesso, aponta Pedro Morgado, psiquiatra no Hospital de Braga. “É um jogo fácil de compreender, implica pouco investimento inicial, tem muitos postos de venda disponíveis e um estigma positivo.”

A questão tem sido posta à volta do perfil do jogador. Um estudo interno da SCML, feito em 2019, mostra que quase 80% das pessoas que jogam na raspadinha são de classe média baixa e baixa, sendo que quem mais joga são as mulheres (58,2 por cento).

A SCML, através do gabinete de imprensa, refere que o “sucesso deste jogo explica-se, essencialmente, pelo aumento da base de jogadores e não tanto pelo aumento do gasto *per capita*” e que, apesar da “tendência de aumento da população jogadora de raspadinha em escalões sociais mais baixos”, esse será o reflexo do “peso que essas classes têm na população em geral”.

O psiquiatra Pedro Morgado defende que “deve existir informação mais clara acerca das diferentes modalidades de jogo, uma maior literacia sobre os riscos associados”. Por outro lado, a Santa Casa defende-se. “Preocupamo-nos com o desenvolvimento de uma política de Jogo Responsável, reconhecendo a importância de sensibilizar a população para a necessidade de adoção de hábitos de jogo moderados, adequados à disponibilidade financeira e de tempo de cada apostador.”

Apesar de, recentemente, não ter sido feita publicidade à raspadinha, o mesmo não se pode dizer do Euromilhões. E o nome do principal torneio de futebol nacional é Liga Portugal Bwin (a Bwin, antes chamada Betandwin, é uma empresa de apostas online).

FERNANDO FARINHA DA AGENCIA NFACTOS



## LUÍS SILVA, 28 ANOS

### Preso à adrenalina

Soube que era viciado quando, aos 20 anos, deitado na cama, com a namorada ao lado a dormir, apostou todo o ordenado num jogo de basquetebol que estava a dar na televisão. Há dois anos que não joga. Reatou relações com a família.

Para Carlos Coelho, especialista em construção e gestão de marcas, “será sensato começar a pensar em regular a publicidade”. Se o jogo hoje é mais sofisticado, com o advento do online e a muita variedade de apostas, “não há nada de diferente entre a criptomoeda e a raspadinha”, ressalva. Em termos publicitários, e como a probabilidade de ganhar é muito baixa, o que “interessa a quem explora os jogos é a repetição do ato, jogar várias vezes” para ir ao encontro do ideal de prosperidade instantânea. Para tal, através da publicidade, “vendem de forma agressiva” essa esperança.

### O APELO DO DINHEIRO

Foram três anos de vício. Compulsividade. Mentiras à família. Todo o dinheiro amealhado perdido, mais o que pediu emprestado e o que desviou da conta de um familiar. Alice (nome fictício), pouco mais de 60 anos, gastou 50 mil euros em raspadinhas em três anos. “Eu não era assim, transformei-me.”

Antes de jogar a primeira vez uma raspadinha, só esporadicamente gastava dinheiro em jogo, “no Euromilhões, de vez em quando”. Foi quando começou a trabalhar, há menos de dez anos, num sítio onde as vendia

que tudo se alterou. Se, no primeiro ano, raspava de quando em vez, depois, quando um dia lhe saíram 100 euros de prémio, houve “um bichinho que despontou”. A juntar a “alguns problemas pessoais” que sucediam, refugiou-se no jogo. “Sentia-me bem, enquanto raspasse não pensava em mais nada.”

Vendia aos clientes e, atrás do balcão, fazia o mesmo. “Foi uma adição completa. Gastei tudo o que tinha e não tinha. Pedia emprestado a familiares, comecei a mentir, a manipular. Não sabemos como temos tanta imaginação para continuar a jogar.” Até que, “quando já não tinha nada”, contou a um dos filhos por email. Não tinha coragem de o enfrentar cara a cara. O marido e a outra filha também ficaram a saber. “Sempre fui ponderada, poupada e, de repente, tinha sido eu a descambar.”

Todos a ajudaram. Fez terapia e juntou-se às reuniões dos Jogadores Anónimos. Passados três meses, “achava que já estava bem”, voltou ao trabalho. Algumas semanas depois não resistiu. Raspou. “Para azar meu, ganhei 500 euros.” Gastou-os logo e “mais dinheiro que não tinha”. A recaída foi “ainda mais dolorosa, tinha de me aceitar como sou”. A família, zangada, ajudou-a. “Ou deixava de jogar ou não tinha o apoio deles.”

Alice julgava que ia superar o vício, mas sabe que “isto é mesmo uma doença para a vida. As pessoas não compreendem, pensam que é falta de vontade”. Agora, está “limpa”, faz terapia e está a pagar as dívidas que acumulou.

**ALICE, POUCO MAIS DE 60 ANOS, GASTOU 50 MIL EUROS EM RASPADINHAS. “GASTEI TUDO O QUE TINHA E NÃO TINHA. PEDIA EMPRESTADO A FAMILIARES, COMECEI A MENTIR, A MANIPULAR”**

## Questionário de autoavaliação

- 1 Joga para se alhear dos problemas do dia a dia?**
- 2 Joga como se fosse um investimento?**
- 3 Joga para resolver os seus problemas financeiros?**
- 4 Pede dinheiro emprestado para ir jogar ou pagar dívidas de jogo?**
- 5 Já vendeu algo seu para cobrir dívidas relacionadas com o jogo?**
- 6 Torna-se incapaz de parar de jogar estando a perder ou a ganhar?**
- 7 Joga até ficar sem dinheiro, perdendo a noção do tempo?**
- 8 Tem problemas de pontualidade, assiduidade ou produtividade no trabalho?**
- 9 Tem sentido stresse, enxaquecas, ansiedade, depressão, insónias ou hipertensão?**
- 10 Tem trocado as prioridades em relação a si e à sua família?**
- 11 Já pensou em “acabar com tudo”?**
- 12 Joga mais tempo do que o previsto e o montante das suas apostas tem aumentado?**
- 13 Pensa e programa constantemente o “jogar”, sentindo remorsos após fazê-lo?**
- 14 Sempre que perde, tem uma irresistível necessidade de recuperar o dinheiro perdido e sente/acredita que vai conseguir fazê-lo?**
- 15 Tem mentido e omitido factos que provocariam entraves a continuar a jogar?**
- 16 Já teve atividades ilícitas para poder continuar a jogar?**
- 17 Sente-se desiludido, triste, distante, desesperado, só e com baixa autoestima?**
- 18 Já sentiu a sua reputação ameaçada ou fez grandes esforços para a manter intacta?**
- 19 Já pôs em risco relações conjugais, familiares ou sociais devido ao jogo?**
- 20 Já ponderou seriamente deixar de jogar e fazer algo nesse sentido?**

Se tiver mais de cinco respostas positivas, é provável que tenha um problema na sua forma de apostar. Quanto mais respostas positivas tiver, maior a severidade do seu problema.

toriamente mau. Uma ida ao casino com um grupo de amigos não tem nada de mais. “Quando associado ao lado social, o jogo até pode ser positivo”, atesta Joana Alexandre, doutorada em Psicologia Social e investigadora do ISCTE – Instituto Universitário de Lisboa. O mesmo acontece quando se faz “uma vaquinha” entre amigos para apostar no Euromilhões.

Para muitos, jogar não tem apenas como objetivo ganhar dinheiro, “há pessoas com muito dinheiro” que o fazem. “Às vezes, é a procura da adrenalina do momento, da sensação.” Há diversos “perfis”, continua a psicóloga, e diferentes motivações. Há quem veja no jogo uma maneira de “melhorar as condições de vida”, outros de “resolver” problemas ou, no caso dos mais novos, procuram-se “resultados mais imediatos” que levem a “emoções”, o “estimular-se”.

O jogo também tem uma aura romantizada, um certo glamour atribuído aos jogadores. Durante muito tempo foram emitidos na televisão portuguesa campeonatos de póquer, por exemplo.

### CONTROLADA PELO JOGO

Não aconteceu nem uma nem duas vezes estar já preparada para ir dormir, olhar para o relógio a bater as 11 da noite e voltar a vestir-se para ir até ao casino. Não tinha medo de conduzir de noite nem de andar sozinha pela rua às quatro da manhã, no regresso a casa.

Desde que ficou viúva, já depois dos 60 anos, Madalena (nome fictício) transformou o que era um “momento lúdico” com o marido, repetido de tempos a tempos, num hábito pernicioso, que a fazia sentir-se mal com ela própria. Mas, em mais de 15 anos a penhorar ouro e a gastar boa parte da reforma nas slot machines do Casino Estoril, “anestesiada com os bonecos e as combinações” que giravam à sua frente, o sentimento de culpa nunca tinha desencadeado pensamentos suicidas como numa certa noite do verão de 2020.

“Não era eu. Vim desalmadamente no carro até casa, tanto que demorei 15 minutos em vez dos normais 25, todo o caminho a chorar compulsivamente, a dizer as piores coisas de mim, que não valia nada e que não valia a pena estar cá, que os meus filhos não mereciam”, descreve, sobre a noite em que não só gastou o dinheiro que

levou como levantou toda a reforma e ainda esgotou o plafond do cartão de crédito, que nunca tinha usado. Por sorte, parava nos mil euros, mas ela não sabia. “Ia continuar a gastar quando o senhor do balcão me disse que já não dava para mais”, recorda, pesarosa.

Na manhã seguinte, Madalena chamou uma neta a sua casa e contou-lhe tudo, incapaz de enfrentar os filhos cara a cara para lhes dar mais um desgosto. Apesar de ela ter tentado a todo o custo esconder-lhes as incursões ao casino, eles estranharam certos movimentos bancários e o local dos levantamentos, tendo-a confrontado algumas vezes ao longo dos anos. Madalena garantia que não voltaria a jogar, recebendo o “benefício da dúvida”. “A cabeça do jogador compulsivo é inteligente e o ego fica muito inchado”, sublinha, a propósito de ter demorado tantos anos, até ao “desnorte” daquela noite, a admitir que precisava de ajuda. “Pensamos que controlamos o jogo, mas o jogo é que nos controla.”

Com o apoio da família, a septuagenária autoexcluiu-se do casino e aceitou ser consultada por um psicólogo especialista, que a segue desde então, além de ter aderido às reuniões dos Jogadores Anónimos. Passados 14 meses, garante que nunca mais voltou a jogar, mas não se sente curada. “Nunca vou estar, porque esta doença é crónica. Tento é pô-la numa caixinha, bem fechada à chave”, ilustra.

### **“VIVIA NO MEIO DO LIXO”**

Para Luís Silva, tudo começou com um videojogo. Na altura, com 15 anos, arranjou maneira de trocar a moeda interna de um jogo – pontos ganhos nos níveis que dão para “comprar” armas ou proteções – por dinheiro real. “Era apenas para ganhar algum dinheiro, não era com o intuito de apostar”, recorda, agora, aos 28 anos. A dada altura, começou “a fazer apostas online em futebol, ténis e basquetebol, uns €2 ou €3, e aquilo foi dando prazer, adrenalina”.

Certo dia, num jogo entre Portugal e o Chipre, mesmo no final, quando a nossa seleção ganhava por 4-3, Pedro fez a aposta que lhe mudou o rumo. “A uns 15 minutos do fim, apostei 50 euros em como o Chipre empatava.” E empatou. “Subiu-me tudo à cabeça. Fui para a varanda gritar ‘golo do Chipre!’ Marcou-me aquele sentimen-

## Sinais que servem de alerta

### **FINANCEIROS**

Há levantamentos e gastos não justificados

Alguns objetos de casa desaparecem

Surgem vários pedidos de empréstimo

Falta dinheiro sistematicamente para despesas correntes

Omite e esconde movimentos e saldos bancários

### **COMPORTEAMENTOS, PENSAMENTOS E SENTIMENTOS**

Preocupação forte com o jogo (como, quando, com que dinheiro, etc.)

Ausências prolongadas não justificadas ou com desculpas

Longos períodos no computador ou no telemóvel

Assiduidade e pontualidade afetadas em todas as áreas (profissional, familiar, etc.)

Mudanças ao nível do humor/personalidade (insónias, comer demais ou de menos, agressividade, impaciência...)

Pensamentos de fuga e/ou suicídio

Alterações nos padrões de relacionamento (sexuais, lazer, profissionais, etc.)

Alterações no relacionamento conjugal (desinteresse, agressividade, evitamento) e no modelo parental (filhos entregues as si mesmos durante o jogo)

**FONTE:** INSTITUTO DE APOIO AO JOGADOR

to de emoção. Para um miúdo de 16 anos, ganhar 900 euros era muito.” A partir daí, o vício das apostas online instalou-se e passou a ser a “solução para tudo”.

Tirou dinheiro ao pai, à mãe e à avó. “Na minha cabeça aquilo não era roubar. Ia só fazer uma apostazita e devolvia.” Deixou muitas rendas de casa por pagar, faltar a luz e a água. O ordenado, de vendedor comercial, durava até dia 3 ou 4 do mês. Tudo era gasto no jogo. Inventava mil e um truques para conseguir ter dinheiro para estourar nas apostas. Muitas vezes ganhava, mas “perdia sempre”. Os prémios, alguns numa casa de jogo clandestino, eram aplicados logo, mais e mais. “A partir do momento em que faço a primeira aposta, não consigo parar.” Passou dias sem comer, em “decadência” completa, já nem limpava a casa, “vivia no meio do lixo”.

A namorada levou-o ao psicólogo. Esteve cinco meses sem apostar. Recaiu. Gastou os cinco mil euros que tinha poupado durante a abstinência. Foi trabalhar para uma fábrica de congelados na Holanda e continuou. A diferença “é que ali me pagavam à semana, quando acabava o dinheiro sabia que teria mais na semana seguinte”.

O socorro veio da mãe. Mostrou-lhe, no telemóvel, o nome de uma clínica. “Foi um alívio, eu queria parar de jogar.” Reatou relações com os familiares – estava há seis anos sem falar com o pai – e vive um dia de cada vez. Continua a ver jogos de futebol, mas de ténis não. “Não consigo.” Faz terapia e frequenta as reuniões dos Jogadores Anónimos.

### **QUANDO A FAMÍLIA DESESPERA**

Metade das chamadas para a linha do Instituto de Apoio ao Jogador são feitas por familiares de jogadores. O coordenador Pedro Hubert destaca a importância das pessoas mais próximas nesse primeiro passo e também no acompanhamento posterior, por exemplo, no controlo das despesas, uma das medidas essenciais dos planos de recuperação. Apesar de não ter cura, “é um problema de saúde mental que pode ser tratado”, enfatiza o psicólogo, numa mensagem de esperança.

As campanhas da família soaram quando Rui (nome fictício) pediu um empréstimo de 20 mil euros. “Era muito dinheiro e ele não disse para o

que era, só que precisava”, conta Ângela (nome fictício), 49 anos, familiar próxima. “Pressionei-o e ele disse que se tinha envolvido no jogo.”

Esse “envolvimento” já ia numa segunda hipoteca da casa, cartões de crédito estourados, dívidas a várias entidades financeiras que emprestam dinheiro de forma fácil, o quotidiano feito com “descobertos autorizados” e contas a zero. “Foi um choque muito grande, muito difícil e muito duro. Parece que a casa nos cai em cima. Tínhamos o maior orgulho nele”, desabafa Ângela.

Rui, militar de carreira, tinha começado a jogar online, “talvez póquer”, a família não tem a certeza, quando as noites no quartel se tornavam solitárias. A mulher estava noutra ponta do País e nunca soube nem desconfiou de nada.

Ângela pediu imediatamente apoio para reestruturar as dívidas de Rui e juntou-se às Famílias Anónimas. “Precisava de saber como lidar com a situação. Gostava que mais pessoas fossem a estas reuniões, mas há quem queira ter resultados imediatos e não é assim que funciona.”

## QUANDO FOI À CONTA DO FILHO, ACABOU-SE O CASAMENTO. EM CASA DE FAMILIARES, DOIS ROUBOS LEVARAM A UM AVISO FINAL: “OU TE TRATAS OU NÃO PODES FICAR AQUI!”

Esta associação, que existe em Portugal há cerca de 30 anos, tem grupos de ajuda espalhados pelo País, onde vão, principalmente, pais cujos filhos têm problemas de álcool ou droga. “Sentem-se logo culpados, acham que falharam na educação”, explica João B., presidente das Famílias Anónimas.

Já Rui não parecia querer mudar. “Andou a tentar resolver as coisas à maneira dele.” Continuou a jogar. Pedia dinheiro à família, mas o “não”

era a resposta. Quando foi à conta do filho, acabou-se o casamento. Voltou para a casa da família, mas dois roubos de cartões multibanco levaram a um aviso final: “Ou te tratas ou não podes ficar aqui!”

Durante seis meses fez tratamento para o vício do jogo. “Hoje está bem, amanhã não sabemos. Pode haver recaída”, diz Ângela. Rui ganhou sociabilidade e, por não haver reuniões de Jogadores Anónimos no local onde vive, vai às dos Alcoólicos Anónimos e dos Narcóticos Anónimos. Nada de extraordinário. Afinal, é de dependências que falamos, por muito que a do jogo (como a do álcool, aliás) seja socialmente mais aceitável. As famílias, essas, ficam igualmente desfeitas. **IV**

visao@visao.pt

### LINHAS DE APOIO

Jogadores Anónimos  
**91 944 99 17**

[jogadores.anonimos.portugal@gmail.com](mailto:jogadores.anonimos.portugal@gmail.com)

Associação Portuguesa de Famílias Anónimas  
**962 688 811**



O **DIÁRIO DE NOTÍCIAS** VOLTA A SER ELEITO MARCA SUPERBRANDS. PROVA DE QUE COM 156 ANOS, CONTINUA A SER UMA MARCA DE INFORMAÇÃO DE REFERÊNCIA PARA OS SEUS LEITORES.

**OBRIGADA PELA SUA PREFERÊNCIA!**

**Diário de Notícias**

O ESSENCIAL DA INFORMAÇÃO, TODOS OS DIAS EM BANCA

