

PLANO PARA A IGUALDADE DE GÉNERO (2026–2029)

Instituto de Apoio ao Jogador (IAJ)

Lisboa
2026

1.Introdução	3
2. Objetivos	3
2.1 Objetivo Geral	3
2.2 Objetivos Específicos	3
2.2.1. Reforçar a igualdade na estrutura interna.....	3
2.2.2 Adaptação dos serviços às diferentes realidades de género.....	4
2.2.3 Comunicação Inclusiva.....	4
2.2.4. Monitorização da inclusão nos vários serviços prestados	4
3. Eixos Estratégicos	4
3.1 EIXOS INTERNOS	4
3.2 EIXOS EXTERNOS	5
4. Implementação e Avaliação	9
5. Conclusão	10

Plano para a Igualdade de Género (2026-2029)

1. Introdução

A igualdade de género refere-se à garantia de direitos, liberdades e oportunidades iguais para todas as pessoas, promovendo o seu reconhecimento e participação plena na vida pública e privada. Trata-se de uma questão fundamental de cidadania, direitos humanos em particular em áreas de vulnerabilidade elevada como as dependências.

Os princípios da igualdade e da não discriminação são essenciais para uma sociedade justa e também contribuem para o valor e desempenho das organizações e instituições ligadas tanto à saúde, como mais especificamente à saúde mental, reforçando o crescimento, a eficiência e a sustentabilidade.

Este tema tem ganho cada vez mais importância a nível internacional, com Portugal a acompanhar essa evolução. A igualdade entre homens e mulheres foi reconhecida como um direito fundamental desde 1948, com a Declaração Universal dos Direitos Humanos, sendo posteriormente reforçada por vários instrumentos internacionais.

No contexto das adições comportamentais, nomeadamente a perturbação de jogo, perturbação de jogo da Internet, codependência, a adição à pornografia e ao sexo é fundamental integrar a perspetiva de género, considerando as diferentes experiências, padrões de comportamento e barreiras no acesso ao apoio.

A promoção da igualdade de género tem sido uma preocupação para o Instituto de Apoio ao Jogador (IAJ), desde 2014, ano que foi inaugurado. Este compromisso reflete-se nos esforços da instituição para garantir um equilíbrio de género, tanto ao nível institucional, como na intervenção junto de quem procura ajuda, bem como ao nível da comunidade geral e científica.

O presente Plano para Igualdade de Género (PIGE) define os objetivos e eixos de intervenção do IAJ para alcançar o respetivo objetivo, a três anos, nas várias áreas de atuação, que incluem a intervenção psicoeducativa e clínica, tratamento, formação técnica, investigação e linhas telefónicas de apoio.

2. Objetivos

2.1 Objetivo Geral

Promover a igualdade de género em todas as áreas de intervenção do IAJ, garantindo igualdade de oportunidades, tratamento justo e respostas inclusivas e adequadas às necessidades de todas as pessoas apoiadas.

2.2 Objetivos Específicos

2.2.1. Reforçar a igualdade na estrutura interna

Garantir práticas de gestão da equipa justas e inclusivas, promovendo equilíbrio de género, igualdade de oportunidades e um ambiente de trabalho seguro e não discriminatório.

2.2.2 Adaptação dos serviços às diferentes realidades de género

Garantir que os serviços de apoio são prestados de forma inclusiva, equitativa e sensível ao género, assegurando um atendimento livre de estereótipos e adaptado às diferentes necessidades, experiências e vulnerabilidades de homens e mulheres. Este objetivo implica reconhecer padrões diferenciados de comportamento de jogo, bem como desenvolver respostas adequadas que considerem fatores como o estigma acrescido e as barreiras específicas no acesso ao apoio, nomeadamente o estigma, as condições socioeconómicas, a maternidade, discriminação profissional e social, entre outros.

2.2.3 Comunicação Inclusiva

Assegurar que todas as comunicações institucionais promovem a igualdade de género, utilizando linguagem inclusiva e evitando estereótipos.

2.2.4. Monitorização da inclusão nos vários serviços prestados

Implementar mecanismos de recolha e análise de dados que permitam avaliar o impacto das medidas adotadas e garantir a melhoria contínua das práticas, nas variáveis referidas anteriormente.

3. Eixos Estratégicos

3.1 EIXOS INTERNOS

Referem-se a todas as ações, políticas e práticas dentro da instituição, que inclui o atendimento clínico, supervisão e capacitação da equipa, gestão e cultura organizacional.

O foco é garantir que os serviços, os colaboradores e a estrutura do IAJ incorporam a igualdade de género e práticas inclusivas, criando um ambiente seguro e equitativo.

De notar, que a equipa é constituída por 9 colaboradores psicólogos focados no tratamento das dependências comportamentais, mas tendo responsabilidades e tarefas diferenciadas conhecidas e partilhadas por todos e todas. Somos 5 colaboradores do género masculino e 4 do género feminino com número de horas e vencimentos por mês equiparados.

Eixo 1 – Supervisão interna e capacitação de profissionais

Objetivo	Medida	Responsável	Indicador
Capacitar e orientar profissionais da saúde para respostas inclusivas à perturbação de jogo (jogo patológico)	Realizar formação em igualdade de género	Tânia Ruivo	% de colaboradores/as formados
	Monitorizar carga formativa	Tânia Ruivo	Nº de horas de formação por colaborador/a
	Avaliar integração prática da formação	Pedro Hubert	% de profissionais que aplicam abordagem sensível ao género
	Avaliar impacto da formação	Pedro Hubert	Grau de satisfação pós-formação

Eixo 2 – Atendimento clínico inclusivo

Objetivo	Medida	Responsável	Indicador
Capacitar e orientar profissionais da saúde para respostas inclusivas ao jogo patológico.	Monitorizar acesso aos serviços por género	Pedro Hubert	% de utilizadores/as por género
	Avaliar tempos de resposta	Tânia Ruivo	Tempo médio de acesso por género
	Acompanhar continuidade	Tânia Ruivo	Taxa de continuidade (homens vs mulheres)
	Monitorizar acesso aos serviços por género	Pedro Hubert	Taxa de abandono por género

Eixo 3 – Gestão e cultura organizacional

Objetivo	Medida	Responsável	Indicador
Promover um ambiente de trabalho inclusivo, seguro e equitativo	Monitorizar composição da equipa	Pedro Hubert	% de representação por género
	Avaliar cargos de decisão	Pedro Hubert	% de representação em cargos de decisão
	Igualdade salarial, para o mesmo cargo e função	Pedro Hubert	Nº de medidas implementadas

3.2 EIXOS EXTERNOS

Referem-se a todas as ações e intervenções para além da instituição, direcionadas a jogadores/as, famílias, comunidade, parceiros e redes externas. Incluem: as linhas de ajuda, investigação, formação da comunidade, comunicação/divulgação, prevenção (jogo responsável) parcerias assim como na intervenção e tratamento clínico.

O foco é promover a igualdade de género, a inclusão e o acesso equitativo aos serviços e informações, garantindo que os grupos atendidos são tratados de forma justa e adaptada às suas necessidades e variáveis específicas.

Eixo 4 – Atendimento telefónico e linhas de ajuda inclusivas

Objetivo	Medida	Responsável	Indicador
Assegurar que as várias linhas de ajuda que o IAJ dispõe são atendidas de forma inclusiva e adaptada às necessidades específicas de cada género.	Treinar operadores/as para comunicação empática e inclusiva.	Sarha Menezes	Horas médias de formação por operador/a
	Guiões sensíveis ao género, considerando estigma e vulnerabilidade diferenciada (idade, status socioeconómico etc.	Sarha Menezes	% de guiões revisados com perspetiva de género e vulnerabilidade
	Monitorizar dados de contacto e feedback por género.	Pedro Hubert	% de contactos registados com identificação de género Satisfação média por género

Eixo 5 – Investigação com perspetiva de género

Objetivo	Medida	Responsável	Indicador
Integrar a perspetiva de género na investigação sobre jogo abusivo e problemático (Autoexclusão, acesso a tratamento, drop out, capacidade financeira, etc.)	Incluir variáveis de género na recolha e análise de dados	Tânia Ruivo	% estudos com género
	Desenvolver estudos sobre padrões diferenciados de comportamento e impacto social	Tânia Ruivo	% estudos inclusivos
	Aplicar os resultados	Pedro Hubert	Recomendações implementadas
	Divulgar resultados com recomendações adaptadas com base no género	Pedro Hubert	Publicações/eventos/formações

Eixo 6 – Formação e capacitação da comunidade

Objetivo	Medida	Responsável	Indicador
Garantir que técnicos, familiares e outros interessados recebem formação inclusiva, sensível às necessidades de género.	Conteúdos de formação adaptados a diferentes géneros (papéis, funções, padrões...)	Tânia Ruivo	Nº de formações com esse tipo de conteúdo adaptado
	Workshops e sessões de sensibilização sobre estereótipos e barreiras (ONGs, associações ligadas a estas áreas, universidades, empresas, etc.)	Tânia Ruivo	Nº de workshops desenvolvidos de sensibilização
	Avaliação do impacto da formação na qualidade da intervenção	Pedro Hubert	Grau de satisfação e feedback

Eixo 7 – Divulgação e comunicação inclusiva

Objetivo	Medida	Responsável	Indicador
Promover campanhas e ações de divulgação que representem todos os géneros de forma equitativa e sem estereótipos.	Linguagem inclusiva e representatividade de género em materiais e campanhas tanto internamente como externamente na prossecução das diferentes formas de tratamento e intervenção.	Tânia Ruivo	Nº de formações com esse tipo de conteúdo adaptado
	Informação adaptada a públicos específicos (escolas, universidades, empresas, comunidade)	Sarha Menezes	Nº de workshops desenvolvidos de sensibilização
	Sensibilização da comunidade para igualdade de género no contexto do jogo patológico	Pedro Hubert	Nº de materiais de comunicação (folhetos, campanhas digitais) com linguagem de género inclusiva e não estereotipada distribuídos

Eixo 8 – Parcerias e cooperação externa

Objetivo	Medida	Responsável	Indicador
Integrar a igualdade de género nas parcerias com instituições públicas ou privadas.	Protocolos conjuntos com parceiros que considerem a inclusão e sensibilidade ao género.	Pedro Hubert	Nº de contactos estabelecidos para esse efeito
	Participação em projetos e redes de cooperação que promovam igualdade.	Sarha Menezes	Nº de projetos de cooperação promovidos
	Partilha de boas práticas com parceiros como ICAD, SCM, SAS, APAJO, FPF, COI, etc.	Pedro Hubert	Nº de documentos, relatórios ou artigos partilhados por equipa ou departamento.

Nota sobre as siglas da tabela respetiva ao eixo 8:

ICAD: Instituto para os Comportamentos Aditivos e as Dependências

SCM: Santa Casa da Misericórdia

SAS: Apostas Sociais, Jogos e Apostas Online, S.A

APAJO: Associação Portuguesa de Apostas e Jogos Online

FPF: Federação Portuguesa de Futebol

COI: Comité Olímpico Internacional

4. Implementação e Avaliação

A implementação do PIGE do IAJ será alvo de um processo sistemático de acompanhamento, com o objetivo de monitorizar a eficácia das ações e o cumprimento dos objetivos estabelecidos em cada eixo de intervenção. Este acompanhamento permitirá identificar melhorias, corrigir desvios e implementar novas medidas, sempre com base em evidências e nas necessidades de quem nos procura e da equipa.

É importante salientar que o IAJ, como instituição de referência no apoio a jogadores/as com perturbação de jogo, perturbação de videojogos, adição ao sexo/pornografia e codependência, assume um papel ativo de intervenção na sociedade. A ambição expressa neste plano pretende ir além das fronteiras internas da instituição, procurando influenciar positivamente os parceiros, famílias, técnicos e comunidade, contribuindo para uma mudança sustentada no paradigma de prevenção, apoio e inclusão no contexto do jogo e das adições.

Este plano reflete, assim, o compromisso do IAJ com a igualdade de género, a inclusão e a promoção de boas práticas, garantindo que todos/as os/as beneficiários/as tenham

acesso a serviços justos, sensíveis às suas necessidades e adaptados às diferenças individuais.

Ao longo do tempo, o IAJ também pretende diversificar as medidas aplicadas, bem como os indicadores de avaliação do seu impacto.

5. Conclusão

O IAJ, na sua missão de apoiar jogadores/as com perturbação de jogo e videojogos, e com base nos seus valores de inclusão, responsabilidade e excelência, implementa este PIGE para assegurar que todos/as os/as envolvidos/as recebem um atendimento justo e sensível ao género.

Os eixos internos garantem que a equipa e os serviços internos operam de forma inclusiva e equitativa, enquanto os eixos externos permitem que a intervenção do IAJ se estenda à comunidade, famílias, parceiros e redes externas, promovendo sensibilização, formação e boas práticas.

Este plano será monitorizado de forma contínua, permitindo ajustar ações e melhorar resultados, reforçando o compromisso do IAJ com igualdade, inclusão e impacto positivo na sociedade.