

CONTRIBUIÇÃO DA TERAPIA COGNITIVO COMPORTAMENTAL PARA O TRATAMENTO DE JOGOS DE AZAR ONLINE

CONTRIBUTION OF COGNITIVE BEHAVIORAL THERAPY TO THE TREATMENT OF ONLINE GAMBLING

CONTRIBUCIÓN DE LA TERAPIA COGNITIVO-CONDUCTUAL AL TRATAMIENTO DEL JUEGO EN LÍNEA

Beatriz Ferreira de Melo¹
Amanda da Silva Pinheiro Vieira²
Silvia Helena Modenesi Pucci³
Paula Oliveira Silva⁴

RESUMO: O avanço da revolução digital e a crescente popularidade dos jogos de azar online têm gerado uma preocupação significativa de saúde pública, com impactos observados globalmente. Paralelamente, o Transtorno do Jogo (TJ) foi reconhecido como uma condição psiquiátrica caracterizada por um padrão comportamental persistente de busca por ganhos financeiros que pode levar a perdas substanciais. **Objetivo:** Investigar como a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) pode corroborar para o tratamento de indivíduos que apresentam TJ relacionados a jogos de azar online. **Metodologia:** Este estudo foi conduzido como uma revisão integrativa da literatura, abrangendo artigos publicados a partir de 2020 nas bases de dados SciELO, PubMed, PsycINFO e Lilacs. **Resultados:** Foram identificados 15 artigos que demonstraram a contribuição da TCC para o Tratamento para Transtorno do Jogo (TJ) por jogos de azar online. A análise desses estudos revelou que a TCC se destaca como uma das abordagens terapêuticas mais promissoras, evidenciando sua capacidade de reduzir a gravidade dos sintomas e a frequência do comportamento de jogar. **Conclusão:** Os achados reforçam a importância da TCC como uma intervenção eficaz no tratamento do TJ associado aos jogos de azar online. Este estudo salienta a relevância de abordagens terapêuticas baseadas em evidências para mitigar os impactos negativos dessa condição em um ambiente digital em constante expansão, contribuindo para a melhoria da saúde mental dos indivíduos afetados.

1089

Palavras-chave: Transtorno de Adição à Internet. Jogo de Azar. Terapia Cognitivo-Comportamental.

¹Graduanda em Psicologia pela Universidade Santo Amaro (UNISA).

²Graduanda em Psicologia pela Universidade Santo Amaro (UNISA).

³Doutora em Psicologia da Saúde pela Universidade do Minho, UMINHO - Portugal (com revalidação pela Universidade de Campinas / UNICAMP, setor Medicina - Brasil). Mestre pelo Programa de Pós-Graduação em Psiquiatria e Psicologia Médica - UNIFESP. Especialista em Psico-Oncologia pelo Hospital do Câncer/ SP, Especialista em Dependência Química (Universidade Federal de São Paulo/UNIFESP) e, Especialista em Promoção e Prevenção à Saúde em Álcool, Tabaco e Outras Drogas (UNIFESP). Supervisora e Docente de Psicologia na Universidade Santo Amaro / UNISA - Supervisora e Docente Convidada do Curso de Pós-Graduação em Terapia Cognitiva Comportamental com Ênfase na Saúde e na Saúde Mental - Faculdade de Ciências Médicas Santa Casa de São Paulo. Revisora de artigos Nacionais e Internacionais.

⁴Mestre em Ciências da Saúde pela FCMSC-SP (2016), formação em terapia com enfoque na sexualidade pelo INPASEX e em Terapia do Esquema pela Wainer (2018). Instrutora de Mindfulness pelo IPQ-HCFMUSP em 2020. Psicóloga clínica (UNISA - 2004) com 21 anos de experiência em atendimento com a Terapia cognitivo-comportamental, atuando principalmente em saúde mental, sexualidade, adolescência e adultos. Docente de Psicologia na Universidade Santo Amaro / UNISA, em diversas disciplinas e Membro do Núcleo Docente Estruturante (NDE). Docente Convidada do Curso de Pós-Graduação em Terapia Cognitiva Comportamental com Ênfase na Saúde e na Saúde Mental - Faculdade de Ciências Médicas Santa Casa de São Paulo.

ABSTRACT: The advancement of the digital revolution and the growing popularity of online gambling have generated significant public health concerns, with impacts observed globally. At the same time, Gambling Disorder (JD) has been recognized as a psychiatric condition characterized by a persistent behavioral pattern of seeking financial gains that can lead to substantial losses. **Aim:** To investigate how Cognitive Behavioral Therapy (CBT) can support the treatment of individuals with JD related to online gambling. **Methodology:** This study was conducted as an integrative literature review, covering articles published since 2020 in the SciELO, PubMed, PsycINFO and Lilacs databases. **Results:** Fifteen articles were identified that demonstrated the contribution off CBT to Treatment for Gambling Disorder (JD) due to online gambling. The analysis of these studies revealed that Cognitive Behavioral Therapy stands out as one of the most promising therapeutic approaches, demonstrating its ability to reduce the severity of symptoms and the frequency of gambling behavior. **Conclusion:** The findings reinforce the importance of CBT as an effective intervention in the treatment of JD associated with online gambling. This study highlights the relevance of evidence-based therapeutic approaches to mitigate the negative impacts of this condition in an ever-expanding digital environment, contributing to improving the mental health of affected individuals.

Keywords: Internet Addiction Disorder. Gambling. Cognitive Behavioral Therapy.

RESUMEN: El avance de la revolución digital y la creciente popularidad de los juegos de azar en línea han generado importantes preocupaciones de salud pública, con impactos observados a nivel mundial. Al mismo tiempo, el trastorno del juego (JD) ha sido reconocido como una condición psiquiátrica caracterizada por un patrón de comportamiento persistente de búsqueda de ganancias financieras que puede conducir a pérdidas sustanciales. **Objetivo:** investigar cómo la terapia cognitivo-conductual (TCC) puede apoyar el tratamiento de personas con JD relacionado con el juego en línea. **Metodología:** Este estudio se realizó como una revisión integradora de la literatura, abarcando artículos publicados desde 2020 en las bases de datos SciELO, PubMed, PsycINFO y Lilacs. **Resultados:** Se identificaron quince artículos que demostraron la contribución de la TCC al Tratamiento para el Trastorno del Juego (JD) por juego en línea. El análisis de estos estudios reveló que la Terapia Cognitivo Conductual (TCC) destaca como uno de los enfoques terapéuticos más prometedores, demostrando su capacidad para reducir la gravedad de los síntomas y la frecuencia de la conducta de juego. **Conclusión:** Los hallazgos refuerzan la importancia de la TCC como una intervención efectiva en el tratamiento del JD asociado al juego en línea. Este estudio destaca la relevancia de los enfoques terapéuticos basados en evidencia para mitigar los impactos negativos de esta condición en un entorno digital en constante expansión, contribuyendo a mejorar la salud mental de las personas afectadas.

1090

Palavras chave: Trastorno de Adicción a Internet. Juego. Terapia cognitivo-conductual.

INTRODUÇÃO

Para Albarrán et al. (2014), os avanços tecnológicos, característica marcante da revolução digital, têm impulsionado de maneira significativa o desenvolvimento e a disseminação global da indústria de jogos de azar, sendo evidenciado principalmente através da digitalização, ou seja, disponibilidade e praticidade de jogos de azar online imersivos. Além disso, os autores também descrevem que os jogos de azar convencionais e mais antigos, foram substituídos pela nova geração de jogos digitalizados que representam a mesma funcionalidade dos jogos de azar jogados presencialmente, obtendo vantagem devido a disponibilidade e praticidade de jogar quando e onde quiser.

Allami et al. (2021) destacou a questão de saúde pública relacionada ao consumo excessivo dos jogos de azar, onde trata-se de uma preocupação crescente, afetando uma parcela significativa da população adulta em diversas partes do mundo. Neste sentido, os autores também relatam vulnerabilidades psicológicas, como ansiedade, depressão e impulsividade, combinadas com características demográficas, como por exemplo, ser do sexo masculino - em específico homens jovens -, com alta resposta aos estímulos e mecanismos de retenção relacionados aos jogos de azar. Além do mais, o estudo dos autores verificou como características identificadas na população estudada: serem solteiros, com ensino médio incompleto e ter baixa renda. Em relação a fatores psicossociais, foi identificado neste estudo, na maioria dos indivíduos, elevados sintomas de pensamento suicida, angústia ou transtornos mentais. Para concluir, os autores identificaram como fatores de risco importantes o acesso facilitado aos jogos através de celulares e acesso à internet (Allami et al., 2021).

A Comissão de Saúde Pública da The Lancet conduziu uma revisão sistemática e meta-análise sobre a prevalência global da participação em jogos de azar, destacando que 46,2% dos adultos e 17,9% dos adolescentes relataram envolvimento em atividades de jogos de azar no ano de 2023 (Wardle et al., 2024). Wardle, et al., (2024) estimam que 10,3% dos adolescentes tenham jogado online, apesar do consenso global de que o jogo comercial para esta faixa etária deve ser proibido. Além disso, aproximadamente 5,5% das mulheres e 11,9% dos homens já experimentaram algum tipo de jogo de risco. Por fim, os autores também estimam que o transtorno do jogo pode afetar 15,8% dos adultos e 26,4% dos adolescentes que jogam através de cassinos online, além das apostas esportivas, onde cerca de 8,9% dos adultos e 16,3% dos adolescentes que fazem apostas esportivas podem ser afetados pelo transtorno do jogo.

1091

Existe um investimento em termos de movimentação nas redes sociais para a divulgação dos jogos de azar, onde é perceptível o trabalho de marketing digital, facilitando o acesso aos jogos através de redes sociais e oferecendo recompensas como bônus, incentivos financeiros ou apostas grátis a serem utilizadas no jogo (Wardle et al., 2024). No Brasil, diversos formatos de jogos de apostas online estão em alta, sendo os mais populares o "Fortune Tiger", frequentemente chamado de "Jogo do Tigrinho" e suas variações, como o "Aviator", conhecido como jogo do "Aviãozinho" ou "Foguetinho" (Mendieta e Queiroz, 2024).

O transtorno do jogo (TJ) é uma condição de saúde mental com elementos que caracterizam um padrão comportamental persistente, no qual o indivíduo busca ganhos financeiros crescentes, muitas vezes, arriscando valores substanciais, que pode levar a perdas

significativas e prejuízos na vida financeira e social (DSM 5-TR, 2023). A partir do Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM), o transtorno do jogo foi oficialmente reconhecido como uma condição psiquiátrica, fazendo parte da classificação “Transtornos Não Relacionados a Substância” (DSM 5-TR, 2023). De acordo com o DSM 5-TR, o ato de jogar envolve apostas feitas por indivíduos trocando algo de valor, na expectativa de obter um ganho ainda maior, e embora essa prática seja comum em várias culturas e, para a maioria das pessoas, não represente um problema, alguns indivíduos desenvolvem um envolvimento excessivo prejudicial. O Manual ainda destaca como critérios diagnósticos a presença de 4 (quatro) ou mais dos seguintes sintomas em um período de 12 meses: Necessidade de apostar quantias de dinheiro afim de atingir a excitação desejada; Inquietude ou irritabilidade quando tenta reduzir ou interromper o hábito de jogar; Preocupação frequente com o jogo; Frequentemente joga quando se sente angustiado; Após perder dinheiro no jogo, frequentemente volta outro dia para ficar quite; Mente para esconder a extensão de seu envolvimento com o jogo; Prejudicou ou perdeu um relacionamento significativo, o emprego ou uma oportunidade educacional ou profissional em razão do jogo; O comportamento de jogo não é mais bem explicado por um episódio maníaco (DSM 5-TR, 2023).

Em casos de prejuízos com impactos negativos significativos, e/ ou transtorno identificado, são preconizados recursos terapêuticos que auxiliem no tratamento do Transtorno do Jogo (TJ), onde podem envolver abordagens terapêuticas, como intervenções psicoterapêuticas e farmacológicas, cada uma com níveis variados de evidência e eficácia. Segundo Dowling et al. (2018), em relação as intervenções farmacológicas, foi realizado um estudo onde aponta-se que antagonistas opioides e antipsicóticos podem contribuir para a redução da gravidade dos sintomas do transtorno do jogo. Os autores afirmam ainda que, no entanto, a qualidade das evidências disponíveis é limitada, e os resultados ainda não permitem conclusões definitivas sobre a eficácia do tratamento estudado a longo prazo. Dentre os tratamentos psicoterapêuticos estudados, foi destacada a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), como uma das mais estudadas e recomendadas para o tratamento do transtorno do jogo, sendo evidenciado o estudo feito por Cowlishaw et al., (2012), onde ensaios clínicos randomizados indicaram que a TCC pode reduzir significativamente a gravidade dos sintomas e a frequência do comportamento de jogo, especialmente em avaliações realizadas de 0 a 3 meses após a conclusão do tratamento. Os autores ainda indicaram que além da TCC, outras

abordagens terapêuticas vêm sendo investigadas, como a Entrevista Motivacional, as Terapias Integrativas e Modelos Baseados no Programa de 12 passos.

Em relação a psicoterapia, a Terapia Cognitivo Comportamental preconiza a identificação de componentes específicos que podem ser eficazes no tratamento do Transtorno do Jogo, proporcionando a adoção de novas estratégias de enfrentamento e definição de limites para o tempo e quantidade de dinheiro apostado (Cowlishaw et al., 2012). Segundo Beck (2022), a TCC preconiza que os pensamentos, emoções e comportamentos estão interligados, e quando há distorções cognitivas, elas podem levar a emoções e comportamentos disfuncionais, onde o foco da TCC está na identificação e reestruturação dessas cognições disfuncionais, buscando promover mudanças emocionais e comportamentais mais adaptativas.

Diante dos dados descritos acima, o objetivo desta pesquisa é investigar como a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) pode corroborar para o tratamento de indivíduos que apresentam Transtorno do Jogo (TJ) relacionados a jogos de azar online, em um contexto marcado pelo crescimento exponencial do acesso às plataformas onde são disponibilizados os jogos de aposta.

MÉTODO

1093

Este trabalho caracteriza-se como uma revisão integrativa da literatura. Segundo Souza et. al. (2010), trata-se de um método que permite reunir e sintetizar resultados de pesquisas sobre um tema específico de maneira sistemática e criteriosa. Além disto, os autores descrevem um método de pesquisa que possibilita a síntese e análise crítica de estudos experimentais e não experimentais, permitindo uma abordagem abrangente e aprofundada sobre um determinado tema. Por fim, os autores descrevem que este tipo de pesquisa viabiliza a integração de diferentes perspectivas teóricas e empíricas, favorecendo uma compreensão mais ampla de fenômenos complexos.

Para identificar os artigos de resultados na literatura, foi conduzida uma busca nas seguintes bases de dados: SciELO, (Scientific Electronic Library Online) que apresenta artigos científicos publicados principalmente na América Latina e Caribe, englobando uma diversidade de áreas do conhecimento, incluindo principalmente saúde e ciências sociais aplicadas, PubMed constituída por artigos da área biomédica e ciências da saúde, indexados na base MEDLINE e em outros repositórios da National Library of Medicine (NLM) (Lu, 2011), Psycinfo que trata acerca de literatura científica em psicologia e áreas correlatas, incluindo

artigos revisados por pares, capítulos de livros e dissertações indexadas pela American Psychological Association e Lilacs, compondo publicações científicas da área da saúde produzidas na América Latina, com enfoque na disseminação dos estudos regionais diferentes. Para a seleção das bases de dados mencionadas, foi considerada a abrangência, confiabilidade científica e relevância.

Para a realização da busca dos artigos de resultado, inicialmente foram definidos os descritores através do DeCS/MeSH — um sistema padronizado de indexação que unifica termos científicos para facilitar a recuperação de artigos relevantes. Os descritores localizados em português/inglês foram: “Transtorno de Adição à Internet”, “Jogo de Azar”, “Terapia Cognitivo-Comportamental”. Respectivamente, os termos informados pela plataforma em inglês foram: “Internet Addiction Disorder”, “Gambling”, “Cognitive Behavioral Therapy”. Com a utilização dos operadores booleanos: “Transtorno de Adição à Internet” OR “Jogo de Azar” AND “Terapia Cognitivo-Comportamental”. “Internet Addiction Disorder” OR “Gambling” AND “Cognitive Behavioral Therapy”.

Para compor a seleção do conteúdo pesquisado e selecionado, foram utilizados critérios de inclusão e exclusão. Como inclusão, foram utilizados somente artigos publicados a partir de 2020, priorizando especificamente o conteúdo produzido no idioma português (Brasil) e inglês, e artigos que estivessem disponibilizados integralmente e gratuitamente na base. Como critérios de exclusão, não corresponder as exigências dos critérios de inclusão e artigos repetidos.

1094

Procedimento

O processo de seleção dos artigos foi dividido em três fases. A primeira consistiu na realização de buscas nas bases de dados mencionadas anteriormente, utilizando os descritores combinados com os operadores booleanos. Na segunda fase, aplicaram-se os critérios de inclusão e exclusão previamente definidos, juntamente com a leitura dos títulos dos artigos encontrados. Por fim, na terceira fase, procedeu-se à leitura dos resumos para identificar os estudos que estavam alinhados aos objetivos desta pesquisa.

Na primeira etapa, foram realizadas buscas nas bases de dados LILACS, SciELO, PubMed, PsycINFO e MEDLINE, com base nos descritores padronizados (DeCS/MeSH), combinados com operadores booleanos. Essa etapa resultou em um total de 597 artigos,

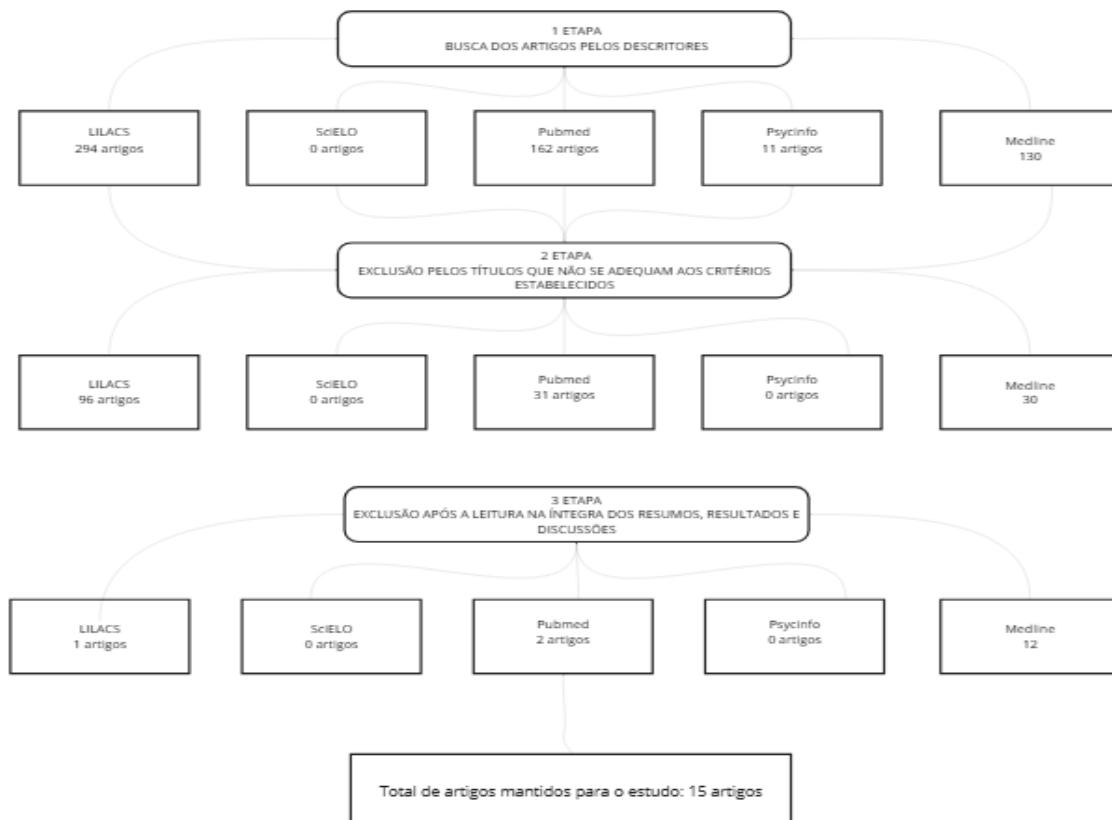
distribuídos da seguinte forma: 294 da LILACS, 162 da PubMed, 11 da PsycINFO, 130 da MEDLINE e nenhum artigo na SciELO.

Em seguida, na segunda etapa, procedeu-se à leitura dos títulos dos artigos obtidos, com o objetivo de eliminar aqueles que não se adequavam aos critérios de inclusão. Após essa triagem, foram mantidos 157 artigos: 96 da LILACS, 31 da PubMed, 7 da PsycINFO e 30 da MEDLINE. A base SciELO permaneceu sem artigos selecionados.

Na terceira etapa, foi realizada leitura integral dos artigos restantes e selecionados os que trouxessem dados acerca do objetivo do trabalho que foi verificar acerca da contribuição da TCC para o tratamento do TJ. Nessa fase, foram excluídos os estudos que não apresentavam dados diretamente relacionados ao objetivo da pesquisa. Ao final, restaram 15 artigos que atenderam plenamente aos critérios estabelecidos: 1 da LILACS, 2 da PubMed, 12 da MEDLINE e nenhum das demais bases (PsycINFO e SciELO).

Segue abaixo, o fluxograma resumindo as etapas metodológicas realizadas para seleção dos artigos identificados como resultado da presente pesquisa.

Figura 1 – Fluxograma do procedimento:



Fonte: Elaborado pelas autoras (2025).

RESULTADOS

Quadros de resultados dos 15 artigos científicos selecionados como resultados da presente pesquisa, seguindo as etapas pré-estabelecidas de procedimento supracitadas (Quadro 1 e Quadro 2).

Quadro 1 – Estudos que abordam especificamente o transtorno do jogo online

Ano	Autores	Metodologia	Contribuição da TCC	País
2022	Molander, O. et. al	Estudo qualitativo com entrevistas semiestruturadas realizadas com 15 terapeutas com ampla experiência clínica no tratamento do transtorno do jogo.	A análise destacou quatro categorias prioritárias na TCC: 1) controle dos comportamentos de jogo, 2) desenvolvimento de estratégias alternativas, 3) reestruturação do estilo de vida com atividades funcionais, e 4) reorganização financeira. Essas áreas visam reduzir impulsos e promover mudanças sustentáveis para prevenção de recaídas.	Suécia.
2022	MESTRE-BACH, et al.	Estudo quantitativo que investigou diferenças clínicas e de resposta terapêutica entre 1.248 pacientes, onde foram classificados em dois grupos: pacientes com TJ cuja atividade primária de jogo era aposta esportivas, e pacientes com TJ com outras atividades primárias de jogo.	A TCC contribuiu para o tratamento de pacientes com transtorno do jogo (TJ) ao promover reestruturação cognitiva e controle de estímulos, favorecendo a adesão mesmo em casos graves. Técnicas específicas estimularam a responsabilidade e o comprometimento com tarefas entre sessões, potencializando a motivação dos pacientes.	Espanha.
2022	Lopez-Gonzalez, H.L et al.	Estudo qualitativo realizado com 28 profissionais de saúde mental (psicólogos clínicos, assistentes sociais e um médico), com experiência no tratamento de jogadores online.	A TCC colaborou ao identificar e modificar pensamentos distorcidos relacionados ao jogo, utilizando técnicas como reestruturação cognitiva e monitoramento do comportamento. Além disso, aplicou reforços positivos para incentivar mudanças sustentáveis no hábito de jogar.	Espanha.
2023	Marina Higuera-Ahijado	Revisão sistemática com síntese narrativa de ensaios clínicos. Foram incluídos 9 artigos na revisão.	A revisão apontou que a TCC melhora a qualidade de vida de pessoas com transtorno do jogo, principalmente quando combinada com <i>Mindfulness</i> ou autoajuda. Também reduz sintomas como depressão, ansiedade e impulsividade. Há controvérsias sobre a duração dos efeitos e a eficácia relativa entre formatos individuais e em grupo.	Espanha

Fonte: Elaborado pelas autoras (2025).

Quadro 2 – Estudos que tratam do transtorno do jogo de maneira generalizada

A n o	Autore s	Metodologia	Contribuição da TCC	País
2 0 21	Eliana O Ribeir o, et. al.	Busca Sistemática em bases de dados por ensaios clínicos randomizados. Foram avaliados 22 estudos de 320 registros identificados.	A TCC reduziu significativamente a gravidade e o comportamento de jogo, desejo, crenças disfuncionais, depressão e ansiedade, com efeitos mantidos em acompanhamentos. Técnicas aplicadas incluíram reestruturação cognitiva, exposição, psicoeducação e auto monitoramento.	Portugal.
2 0 21	Baño, M., et al.	Estudo quantitativo com 214 mulheres diagnosticadas com Transtorno do Jogo, submetidas a um programa padronizado de Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) em grupo.	A TCC colaborou com o tratamento ao ajudar as mulheres a identificar e modificar pensamentos distorcidos sobre o jogo, desenvolvendo estratégias de enfrentamento e prevenção de recaídas. Técnicas como psicoeducação, reestruturação cognitiva e ativação comportamental foram utilizadas. O formato em grupo ofereceu apoio social e reforço positivo, favorecendo a adesão ao tratamento.	Espanha.

2022	Frida André, et. al.	137 Crianças e Adolescentes pacientes de um serviço de psiquiatria infantil. Aqueles com idade entre 12 e 17 anos e sintomas pronunciados foram convidados a participar de um programa de TCC de 7 semanas chamado Prevenção de Recaídas.	A TCC, no estudo piloto, mostrou-se viável e aceitável para tratar dependência de jogos em adolescentes, com técnicas de prevenção de recaída e regulação do comportamento. O tratamento focou em identificar comportamentos problemáticos, separando o jogo patológico do recreativo, e usou reestruturação cognitiva para melhorar o controle.	Suécia
2023	Lucas I, et al.	Estudo observacional retrospectivo com 1.699 pacientes diagnosticados com transtorno do jogo, todos submetidos à Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) em grupo.	A Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) foi essencial no tratamento de pacientes com Transtorno do Jogo, ajudando a reduzir recaídas e abandono.	Espanha.
2023	Mide, M. et al.	Ensaio clínico randomizado com delineamento cego simples, envolvendo 71 participantes diagnosticados com transtorno do jogo. Os participantes foram alocados para 8 semanas de TCC <i>online</i> com suporte telefônico ou para 8 semanas de intervenção motivacional via internet com entrevista telefônica.	A Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) contribuiu para o tratamento ao ajudar na identificação e reestruturação de pensamentos disfuncionais, promovendo maior controle emocional. Técnicas como reestruturação cognitiva e registros de pensamento foram aplicadas. Reforços positivos fortaleceram comportamentos adaptativos.	Suécia.
2023	Eriksen, W. J., et. al.	O estudo realizou uma revisão sistemática e meta-análise de ensaios clínicos randomizados (ECRs) sobre intervenções psicológicas para transtorno do jogo (TG). Foram	A TCC demonstrou eficácia significativa na redução da gravidade dos sintomas do transtorno do jogo. A TCC contribuiu para melhorias clínicas importantes, especialmente no período pós-tratamento. O estudo destaca a necessidade de mais pesquisas sobre a manutenção dos efeitos a longo prazo.	Dinamarca.

		selecionados 30 artigos para estudo.		
2023	Pfund, R. A., et. Al	Foi realizado 29 estudos na revisão sistemática com meta-análise, representando 3.991 participantes no total. O estudo também foi pré-registrado no International Prospective Register of Systematic Reviews (CRD42022288058)	A Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) demonstrou reduzir significativamente a gravidade do transtorno do jogo, a frequência e a intensidade do comportamento de jogo logo após o tratamento.	USA.
2023	Pfund, R. A., et. al.	Foi realizada uma revisão sistemática com meta-análise e 9 ensaios clínicos randomizados (ECRs)	A Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) mostrou reduzir significativamente sintomas de ansiedade e depressão, além de melhorar a qualidade de vida em pessoas com danos causados pelo jogo, logo após o tratamento.	USA.
2023	Valenciano-Mendonza et. al	Foi realizado um estudo observacional com intervenção no Hospital Universitário de Bellvitge em Barcelona, na Espanha e teve início no ano de 2005 até 2019. Os 1.112 pacientes que foram avaliados e que atendiam os critérios diagnósticos do DSM-V-Tr dentro do transtorno do jogo, participaram de 16 sessões semanais com duração de 90 minutos cada.	Os resultados mostraram que, apesar do histórico de comportamento suicida, esse fator não prejudicou a resposta ao tratamento com TCC. As maiorias das avaliações concluíram com um quadro de melhora nos sintomas. No entanto, mulheres e pacientes sem apoio familiar apresentaram piores desfechos, como maiores taxas de recaída e abandono, indicando que, embora a TCC seja eficaz, esses subgrupos podem exigir atenção clínica especial.	Espanha
2022	Frida André, et. al.	137 Crianças e Adolescentes pacientes de um serviço de psiquiatria infantil. Aqueles com idade entre 12 e 17 anos e sintomas pronunciados foram convidados a participar de um programa de TCC de 7 semanas chamado	A TCC, no estudo piloto, mostrou-se viável e aceitável para tratar dependência de jogos em adolescentes, com técnicas de prevenção de recaída e regulação do comportamento. O tratamento focou em identificar comportamentos problemáticos, separando o jogo patológico do recreativo, e usou reestruturação cognitiva para melhorar o controle.	Suécia

		Prevenção de Recaiadas:		
2024	Molander O., et. al.	O local do estudo foi a Stockholm Addiction eClinic, que oferece intervenções digitais para transtornos de dependência em atendimento de rotina. O programa TCC foi introduzido nacionalmente para 218 pacientes em busca de tratamento por meio da plataforma sueca de e-Saúde.	A TCC colaborou para o tratamento da dependência de jogos de azar ao incentivar os pacientes a confrontarem e modificarem comportamentos problemáticos por meio de exercícios comportamentais focados em controle de impulsos e enfrentamento de situações gatilho. Técnicas como reforço positivo e monitoramento de pensamentos foram usadas para aumentar o autocontrole.	Suécia.
2024	National Institute for Health and Care Excellence (NICE).	Esta revisão utilizou meta-análise em rede (NMA) para sintetizar evidências de 48 estudos, principalmente ensaios controlados randomizados, avaliando intervenções psicológicas para o transtorno do jogo.	A (TCC), especialmente em grupo, demonstrou ser a intervenção mais custo-efetiva, superando inclusive a ausência de tratamento em quase todos os cenários testados. A TCC contribuiu significativamente para a redução dos sintomas de jogo, frequência de apostas e sofrimento psicológico, por meio de estratégias estruturadas que incentivaram os pacientes a reconhecerem e modificar padrões disfuncionais.	Inglaterra.

1100

Fonte: Elaborado pelas autoras (2025).

DISCUSSÃO

A presente revisão integrativa identificou 15 artigos que descreveram a contribuição da Terapia Cognitivo Comportamental (TCC) para o tratamento de indivíduos que apresentam TJ, especialmente no contexto digital dos jogos de azar online. Essa eficácia é evidenciada tanto em ensaios clínicos randomizados, quanto em estudos qualitativos e observacionais, cobrindo populações de diferentes faixas etárias, contextos culturais e perfis clínicos. Os resultados foram organizados em duas tabelas distintas, uma vez que nem todos os estudos se referiam especificamente ao jogo online, permitindo uma apresentação mais precisa das evidências encontradas em cada contexto.

No contexto online, o estudo qualitativo de Molander et al. (2022), incluído nesta revisão, evidenciou múltiplos fatores clínicos e comportamentais relevantes para a compreensão do TJ. A amostra analisada, embora pequena, contou majoritariamente com homens jovens (idade média de 34 anos), cuja modalidade de jogo predominante foi o cassino online. Segundo os autores, os participantes relataram início dos comportamentos problemáticos em média há 6 anos e 7 meses, preenchendo cerca de sete critérios diagnósticos indicados no DSM-5-TR para TJ, além de apresentar comorbidades psiquiátricas, com destaque para os transtornos de ansiedade. O jogo online, acessível a qualquer hora e lugar, foi descrito como facilitador do comportamento compulsivo, sendo a exaustão dos recursos financeiros o principal fator de interrupção (Molander et al. 2022). Um dos participantes relatou, por exemplo, gastar todo o salário assim que o valor era depositado, permanecendo então algumas semanas sem jogar, até o novo pagamento e assim, reiniciar o ciclo. Esse dado reforça levantamentos nacionais recentes divulgados pelo Banco Central do Brasil (2024), que traçam o perfil dos apostadores em plataformas online indicando predominância de indivíduos entre 20 e 30 anos, embora haja participação de outras faixas etárias. Um dado particularmente importante também apontado no levantamento refere-se ao contingente de beneficiários do Programa de Bolsa Família (PBF), onde aproximadamente 5 milhões de pessoas pertencentes a esse grupo realizaram envios que totalizaram R\$ 3 bilhões para empresas de apostas, o que reforça que a atividade de apostas online afeta de forma desproporcional indivíduos em situação de vulnerabilidade econômica (Banco Central do Brasil, 2024).

1101

O artigo de resultado de Ribeiro et al. (2021), que se trata de uma revisão sistemática de 22 ensaios clínicos randomizados com participantes diagnosticados com TJ identificou que a TCC foi a abordagem mais amplamente empregada e consistentemente eficaz entre as intervenções não farmacológicas estudadas, sendo evidenciada sua eficácia nos estudos avaliados dentro da revisão sistemática. A TCC foi aplicada em diferentes formatos: grupo, individual, online e com apoio de realidade virtual. No geral, os formatos individuais de TCC apresentaram melhores resultados com reduções no desejo de jogar (Ribeiro et al., 2021). Esses achados foram reforçados por outras evidências estudadas que foram incluídas nesta revisão, como as diretrizes da NICE (2025), que também reforçam a efetividade da TCC em diferentes formatos, com impactos positivos sobre frequência e gasto com jogos, além da redução de sintomas como ansiedade, depressão e sofrimento psicológico. Estes resultados corroboram com as contribuições descritas na literatura por Beck e Liese (2024), que há décadas vêm

desenvolvendo intervenções em grupo para o tratamento de dependências. Para os autores, os grupos terapêuticos formais são capazes de oferecer uma gama variada de benefícios, funcionando como espaços de apoio, estabilização emocional e reforço positivo entre as pessoas. Quando conduzidos por facilitadores experientes, esses grupos favorecem o fortalecimento de vínculos saudáveis, promovem a autoexpressão e o aprendizado de novas habilidades sociais, aspectos que, segundo os autores, tornam a terapia de grupo tão eficaz quanto a individual (Beck; Liese, 2024). Ao encontro disso, algumas práticas complementares como a inscrição aberta e o retorno flexível de participantes após recaídas, ampliam o acesso e contribuem para a continuidade do tratamento, uma vez que, segundo os autores, os membros atuais dos grupos acolhem os membros que anteriormente haviam desistido ou novos membros, fortalecendo o vínculo entre eles e proporcionando um ambiente agradável para a promoção do tratamento.

O estudo realizado por Mestre-Bach et al. (2022), investigou a resposta à TCC em pacientes com TJ focados em apostas esportivas, inicialmente hipotetizando maiores taxas de abandono para esse grupo. No entanto, os resultados revelaram que desfechos terapêuticos são significativamente influenciados por variáveis como traços de personalidade, sintomas psicopatológicos e gravidade do transtorno, especialmente em relação ao risco de recaída e abandono. De modo complementar, Baño et al. (2021), também identificado nesta revisão, examinaram a eficácia da TCC em um grupo com 214 mulheres e identificaram que fatores como sofrimento psicológico, nível de escolaridade, estado civil e uso de substâncias impactam diretamente na adesão ao tratamento e nas taxas de recaída. Lucas et al. (2023), também incluído nesta revisão, reafirmaram esses achados, ressaltando que mulheres apresentam maior vulnerabilidade ao abandono precoce da terapia e, que desfechos desfavoráveis estão associados a quadros psicopatológicos mais graves. Já a revisão sistemática conduzida por Pfund et al. (2024) analisou intervenções baseadas na TCC que incorporaram estratégias como identificação de situações de risco, reestruturação cognitiva, enfrentamento, prevenção de recaídas e estabelecimento de limites quanto ao tempo e ao dinheiro investido. Os autores evidenciaram a eficácia da TCC na redução da gravidade, frequência e intensidade dos episódios de jogo, especialmente no período pós-tratamento. Complementando esses dados, o estudo piloto de Frida (2022), evidenciado como resultado na presente pesquisa, avaliou uma intervenção breve baseada na TCC combinada ao modelo de prevenção de recaídas, originalmente voltado ao tratamento de dependência química, mas adaptado para adolescentes com distúrbio relacionado jogos digitais, uma categoria que pode abranger jogos de azar online. Os participantes

apresentaram melhorias expressivas no controle dos impulsos e deixaram de atender aos critérios diagnósticos do DSM-5-TR após sete sessões focadas na identificação de gatilhos, reestruturação de crenças disfuncionais e manejo de impulsos. Portanto os estudos achados da presente pesquisa estão de acordo com a literatura de Beck e Liese (2024), onde os autores falam sobre a Redução de Danos e Prevenção de Recaídas sob a perspectiva da TCC, indicando a importância desse processo ser acompanhado pelo terapeuta, especialmente porque indivíduos com dependências comportamentais frequentemente tentam, por conta própria, estabelecer metas para controlar seus comportamentos. No entanto, à medida que percebem a diminuição das vantagens e o aumento das consequências negativas associadas ao comportamento disfuncional, tornam-se mais conscientes do ciclo de recaída, pela experiência vivida. Muitos dos indivíduos tentam mudar sozinhos, mas diante da experiência das recaídas, acabam buscando apoio profissional, geralmente em um estado de ambivalência, reconhecendo a necessidade de mudança mesmo sem desejar totalmente abandonar o comportamento (Beck; Liese, 2024). A prevenção de recaídas, nesse contexto indicada pelos autores, envolve o desenvolvimento de habilidades para lidar com gatilhos emocionais e situacionais, aprendendo a identificar pensamentos automáticos, sentimentos e consequências associadas ao comportamento disfuncional. Já a redução de danos, busca promover avanços graduais, respeitando o tempo e prontidão do paciente para a mudança, o que inclui reconhecer pequenos progressos e ajustar expectativas terapêuticas sem recorrer à crítica ou imposição (BECK; LIESE, 2024). Por fim, os autores apontam que é comum muitos pacientes expressarem não querer abandonar completamente o comportamento disfuncional, mas que reconhecem que chegaram a um ponto em que precisam tomar alguma medida a respeito da situação, o que evidencia a necessidade de priorizar a escuta acolhedora, estratégias realistas e planos individualizados às metas e à motivação do próprio paciente (BECK; LIESE, 2024).

Os resultados da presente pesquisa evidenciaram a existência de barreiras significativas à adesão terapêutica, sobretudo, entre pacientes mais jovens e adaptados à tecnologia. Um dos principais pontos observados foi a resistência em seguir orientações básicas de tratamento, como a exclusão de aplicativos de jogos e o bloqueio de sites de apostas, o que compromete a eficácia dos protocolos de prevenção de recaídas. Esse achado é resultado do estudo de Lopez-Gonzalez et al. (2021), que apontam juntamente a baixa adesão de jovens às intervenções terapêuticas como um dos principais desafios no TJ. Segundo os autores, tais resistências estão frequentemente associadas à dificuldade de negociar limites e adaptar estratégias ao contexto

digital contemporâneo, o que reforça a necessidade de revisões nos modelos tradicionais de intervenção. Ainda com base nos dados coletados nesta pesquisa, foi possível identificar que intervenções mais estruturadas e tecnológicas podem contribuir positivamente para a evolução do quadro clínico. Estes dados foram estudados e apresentados pelo estudo de Mide et Al. (2023), incluído também no quadro de resultados dessa revisão, no qual participantes submetidos à TCC via internet apresentaram melhorias significativamente maiores em sintomas de TJ, depressão e qualidade de vida. A proposta incluía módulos com psicoeducação, estratégias motivacionais, reestruturação de crenças disfuncionais e planejamento para situações de risco, além do suporte telefônico para supervisão das tarefas terapêuticas. Adicionalmente, os dados analisados também indicaram como resultado o estudo de Molander et. al (2024), que verificou acerca do uso de plataformas digitais, indicando que pode ser uma alternativa viável para ampliar o acesso ao tratamento. O estudo de Molander et. al (2024), realizado na Suécia, avaliou a eficácia de um programa nacional de TCC baseada na internet (iCBT), aplicado no contexto do atendimento público de rotina. A intervenção focou em quatro processos psicológicos centrais: acesso ao dinheiro, expectativa de recompensa, comportamentos de perseguição e imersão na “zona de jogo”, foi conduzida em nove módulos com acompanhamento clínico assíncrono por meio de uma plataforma digital segura. Os achados no estudo sueco indicam reduções significativas nos sintomas de TJ e altos índices de satisfação entre os pacientes que completaram o tratamento. Além disso, o estudo revelou que o iCBT pode ser uma alternativa eficaz, especialmente para pacientes com barreiras de acesso ao tratamento presencial, ampliando as possibilidades terapêuticas em saúde mental. A implementação da plataforma integrada ao sistema nacional de saúde sueco também indica caminhos promissores para a inclusão tecnológica no cuidado clínico (Molander et al, 2024). Essa organização entre módulos, demonstra os cinco componentes centrais da TCC para dependências apontados por Beck e Liese (2024): estrutura, colaboração, conceitualização de caso, psicoeducação e técnicas padronizadas. Para estes autores, a psicoeducação é essencial para ajudar o paciente a identificar e substituir padrões cognitivos e comportamentais que mantêm a dependência. Neste sentido, o processo deve ser conduzido de forma colaborativa, respeitando o ritmo e as dúvidas do paciente, com escuta ativa e acolhimento das demandas trazidas. A estrutura clara da intervenção contribui para a adesão, enquanto a compreensão detalhada do caso orienta a escolha das técnicas mais adequadas (Beck; Liese, 2024). Dessa forma, a estrutura utilizada nos estudos de Mide et al. (2023) e Molander et al. (2024) confirmam a contribuição e

eficácia da TCC no TJ, mostrando a importância de combinar psicoeducação, reestruturação cognitiva e suporte motivacional, especialmente adaptado em contexto digitais.

A revisão sistemática de Higueruela-Ahijado et al. (2023), que analisou nove ensaios clínicos para o tratamento do TJ, indicou que a TCC pode promover melhorias na qualidade de vida dos indivíduos afetados, com intervenções combinadas, especialmente com práticas de *mindfulness*, apresentando resultados ainda mais satisfatórios. Beck (2022) introduz a *mindfulness* na TCC como uma prática de foco consciente no presente, com aceitação e sem julgamento, especialmente útil em casos de ruminação, autocrítica e evitação emocional. A autora complementa que a técnica ajuda os pacientes a desenvolverem uma nova relação com seus pensamentos e que, integrada ao modelo cognitivo, a *mindfulness* fortalece a regulação emocional e aumenta o controle sobre padrões mentais disfuncionais. Além disso, o estudo de Molander et al. (2022) destaca que emoções negativas como ansiedade, tédio e tristeza frequentemente antecedem episódios de jogo, sendo acompanhadas por pensamentos ruminativos sobre arrependimentos ou insatisfações pessoais. Isso pode ser um indicativo da relevância de estratégias que incluem a integração de *mindfulness* à TCC.

Além dos achados recorrentes nos estudos analisados, destaca-se a contribuição singular do estudo conduzido por Valenciano-Mendoza et al. (2023), único dentre os selecionados a investigar especificamente a influência do histórico de ideação ou tentativa de suicídio na resposta à TCC em pacientes com TJ. Trata-se de uma pesquisa observacional prospectiva com delineamento experimental, realizada com 1.112 pacientes diagnosticados conforme os critérios do DSM-5-TR e submetidos a um protocolo padronizado de TCC em grupo, composto por 16 sessões semanais. Os resultados indicaram que a presença de histórico suicida não se associou a maiores taxas de abandono ou recaída, contrariando pressupostos prévios sobre a possível vulnerabilidade desse subgrupo. Observou-se, ainda, que pacientes do sexo feminino com baixo nível de apoio familiar apresentaram os piores desfechos terapêuticos, o que reforça a relevância do suporte social como variável moderadora da eficácia da intervenção. O artigo está em consonância com a literatura, que destaca a importância do terapeuta, na abordagem da TCC, realizar uma avaliação cuidadosa do nível de risco do paciente, especialmente em casos que envolvem ideação suicida, sentimentos de desesperança ou impulsos agressivos (Beck, 2022). Escores elevados nesses domínios, frequentemente identificados por meio de checklists de sintomas, ou por meio de verificação de humor durante as sessões, como indicado pela autora, servem como alerta para que esses temas sejam abordados prioritariamente na sessão. Nessas

situações, a autora recomenda realizar uma avaliação de risco estruturada a fim de verificar a necessidade de utilizar parte significativa da sessão, ou até mesmo a sessão inteira, para desenvolver um plano que mantenha o paciente em segurança. (Beck, 2022). Além disso, Beck (2022) ressalta que é indicado investigar outros aspectos que podem estar associados ao agravamento do quadro clínico, como dificuldades de sono, sintomas de ansiedade e comportamentos impulsivos, que também podem compor a pauta terapêutica. Essa condução terapêutica permite identificar rapidamente os focos de atenção e intervir de forma direcionada e eficaz, promovendo a segurança do paciente enquanto se constrói gradualmente a estabilidade emocional e cognitiva.

A revisão sistemática de Eriksen et al. (2023) também corrobora a eficácia e contribuição da TCC no tratamento do TJ, ressaltando a intervenção presencial como a qual produz um volume maior de feitos positivos. Entretanto, o estudo não detalha as intervenções específicas empregadas nos protocolos de TCC, o que limita a compreensão dos mecanismos terapêuticos responsáveis pelos resultados observados. Essa questão ressalta a importância de futuras pesquisas que investiguem e descrevam com maior rigor os componentes da TCC, a fim de identificar quais estratégias terapêuticas contribuem de maneira mais significativa para a melhora clínica dos pacientes com transtorno do jogo.

1106

LIMITAÇÕES DE ESTUDO

A seleção dos artigos foi restrita a publicações dos últimos cinco anos, o que pode ter excluído estudos clássicos ou anteriores ao recorte temporal adotado, possivelmente relevantes para a compreensão histórica e evolutiva das intervenções em TCC voltadas ao transtorno.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente pesquisa teve como objetivo investigar como a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) pode corroborar para o tratamento de indivíduos que apresentam Transtorno do Jogo (TJ) relacionados a jogos de azar *online*. Mas é importante ressaltar-se alguns pontos referente a este trabalho e seu desenvolvimento.

Foi observada uma importante escassez de publicações focadas especificamente no tratamento do Transtorno de Jogos de azar na modalidade online, sendo este um fenômeno crescente conforme indicado pela Comissão de Saúde Pública da The Lancet (2024), onde destaca o crescimento exponencial da indústria global de jogos de azar e danos associados,

incluindo prejuízos financeiros e danos à saúde mental. A Comissão recomenda uma abordagem de saúde pública para mitigar esses danos, o que reforça a importância também de tratamentos baseados em evidências, como a TCC.

Adicionalmente, foi constatada uma falta de detalhamento nos protocolos terapêuticos utilizados nos estudos analisados. Em muitos casos, os artigos mencionam a aplicação da TCC de forma genérica, sem especificar quais técnicas ou componentes foram empregados (como a reestruturação cognitiva, técnicas de exposição, prevenção de recaída, entre outros). Essa ausência de especificidade dificulta a identificação das estratégias mais eficazes e compromete a replicabilidade dos resultados em contextos clínicos diversos.

Por fim, poucos estudos incluíram acompanhamento de longo prazo, o que limita as inferências sobre a manutenção dos ganhos terapêuticos após o encerramento das intervenções.

É importante ressaltar que essas observações consideradas não invalidam os achados sobre a eficácia do tratamento da TCC para TJ, mas indicam a necessidade de que pesquisas futuras se aprofundem na especificação dos protocolos utilizados, contemplem amostras mais amplas com mais diversificações, focando particularmente nas demandas clínicas e tecnológicas associadas à modalidade online do transtorno, que ainda carece de investigações mais robustas e atualizadas.

1107

A presente revisão integrativa permitiu observar que a Terapia Cognitivo Comportamental (TCC) tem se mostrado uma abordagem eficaz no tratamento do Transtorno do Jogo (TJ), a partir de evidências empíricas e teóricas extraídas de artigos nacionais e internacionais. Buscou-se compreender os principais componentes terapêuticos envolvidos, os resultados clínicos obtidos, bem como identificar estratégias complementares que possam potencializar seus efeitos.

Os estudos analisados indicam que a TCC é uma abordagem psicoterapêutica eficaz na redução da frequência, intensidade e gravidade do TJ, além de contribuir para a melhora da qualidade de vida e do bem-estar emocional dos indivíduos afetados.

Outro aspecto relevante mencionado trata a respeito da modalidade de aplicação da TCC. Embora o atendimento presencial ainda demonstre maior impacto clínico, conforme demonstrado por revisões recentes, o formato online aparece como uma alternativa viável. Como sugestões para pesquisas futuras, seguir pelo caminho de aplicações da TCC no contexto online pode ser muito eficiente, especialmente para facilitar barreiras logísticas e geográficas, além de proporcionar maior atingimento para a população mais jovem.

Os estudos analisados evidenciaram que a eficácia da TCC no tratamento do Transtorno do Jogo está fortemente associada à aplicação de técnicas específicas que integram o modelo cognitivo-comportamental. Entre as mais destacadas, estão à reestruturação cognitiva que atua na identificação e modificação de pensamentos distorcidos relacionados ao jogo, como ilusões de controle e expectativas irrealistas de ganho e a prevenção de recaídas, que envolve o reconhecimento de gatilhos emocionais e situacionais, a formulação de planos de ação e o treinamento de habilidades para o enfrentamento de situações de risco. A psicoeducação também se mostrou essencial ao promover o entendimento sobre o funcionamento do transtorno e aumentar o engajamento do paciente no tratamento. Em alguns estudos a integração de práticas de *mindfulness* à TCC também demonstraram benefícios adicionais na regulação emocional e no controle dos impulsos.

Em síntese, a TCC se mostra uma ferramenta sólida e adaptável no manejo clínico do TJ. Ainda que existam lacunas metodológicas a serem superadas, o corpo de evidências disponível reforça seu papel central na promoção de mudanças cognitivas e comportamentais duradouras, sobretudo quando personalizada e integrada a outros recursos terapêuticos.

REFERÊNCIAS

1108

- 1- ALBARRÁN TORRES, C.; GOGGIN, G. Mobile social gambling: poker's next frontier. *Mobile Media & Communication*, v. 2, n. 1, p. 94–109, 2014. Disponível em: <https://doi.org/10.1177/2050157913506423>. Acesso em: 28 maio 2025.
- 2- ALLAMI, Y. et al. A meta-analysis of problem gambling risk factors in the general adult population. *Addiction*, v. 116, n. 11, p. 2968–2977, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1111/add.15449>. Acesso em: 28 maio 2025.
- 3- ANDRADE, A. L. M. et al. The association between gaming disorder and impulsivity: a systematic review. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, v. 41, e220032, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1982-0275202341e220032>. Acesso em: 28 maio 2025.
- 4- BAÑO, M. et al. Women and gambling disorder: assessing dropouts and relapses in cognitive behavioral group therapy. *Addictive Behaviors*, v. 123, e107085, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2021.107085>. Acesso em: 28 maio 2025.
- 5- BECK, J. S. et al. *Terapia cognitivo-comportamental: teoria e prática*. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2022.
- 6- BECK, Aaron T.; LIESE, Bruce S. *Terapia Cognitivo-comportamental para Transtornos por Uso de Substâncias e Dependências Comportamentais*. Porto Alegre: ArtMed, 2024. E-book. p.97. ISBN 9786558821564. Disponível em:

<https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9786558821564/>. Acesso em: 31 mai. 2025.

- 7- BRASIL. Banco Central do Brasil. Análise técnica sobre o mercado de apostas online no Brasil e o perfil dos apostadores. Brasília, DF: Banco Central do Brasil, 2024. Disponível em:
https://www.bcb.gov.br/conteudo/relatorioinflacao/EstudosEspeciais/EE119_Analise_tecnica_sobre_o_mercado_de_apostas_online_no_Brasil_e_o_perfil_dos_apostadores.pdf. Acesso em: 24 maio 2025.
- 8- COWLISHAW, S. et al. Terapias psicológicas para jogo patológico e problemático. 2012. Disponível em: <https://doi.org/10.1002/14651858.CD008937.pub2>. Acesso em: 28 maio 2025.
- 9- DOWLING, N. et al. Intervenções farmacológicas para o tratamento do jogo desordenado e problemático. Cochrane Common Mental Disorders Group, 2018.
- 10- ERIKSEN, J. W. et al. Psychological intervention for gambling disorder: a systematic review and meta-analysis. *Journal of Behavioral Addictions*, v. 12, n. 3, p. 613–630, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1556/2006.2023.00034>. Acesso em: 28 maio 2025.
- 11- FINI, B. C. D. et al. Prevalence of internet gaming disorder and its psychological correlates. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, v. 72, n. 2, p. 111–117, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0047-208500000411>. Acesso em: 28 maio 2025.
- 12- FRIDA, A. et al. Cognitive behavioral treatment for disordered gaming and problem gambling in adolescents: a pilot feasibility study. *Upsala Journal of Medical Sciences*, v. 127, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.48101/ujms.v127.8693>. Acesso em: 29 maio 2025. 1109
- 13- HIGUERUELA-AHIJADO, M. et al. Efficacy of cognitive-behavioral therapy in improving the quality of life of people with compulsive gambling: a systematic review. *Archives of Psychiatric Nursing*, v. 43, p. 127–142, abr. 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2022.12.014>. Acesso em: 28 maio 2025.
- 14- LOPEZ-GONZALEZ, H.; JIMENEZ-MURCIA, S.; RIUS-BUITRAGO, A.; GRIFFITHS, M. D. Do online gambling products require traditional therapy for gambling disorder to change? Evidence from focus group interviews with mental health professionals treating online gamblers. *Journal of Gambling Studies*, [S. l.], v. 38, n. 2, p. 681–697, jun. 2022. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10899-021-10064-9>. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8520338/>. Acesso em: 30 maio 2025.
- 15- LUCAS, I. et al. Gambling disorder duration and cognitive behavioural therapy outcome considering gambling preference and sex. *Journal of Psychiatric Research*, v. 158, p. 341–349, fev. 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2022.12.031>. Acesso em: 28 maio 2025.
- 16- LU, Z. PubMed and beyond: a survey of web tools for searching biomedical literature. *Database: The Journal of Biological Databases and Curation*, 2011. Disponível em: <https://doi.org/10.1093/database/baq036>. Acesso em: 28 maio 2025.

- 17- MENDIETA, F. H. P.; QUEIROZ, A. F. Bets e apostas online: o jogo do Tigrinho e seu efeito tangerina. *Contribuciones a las Ciencias Sociales*, v. 17, n. 10, p. e11358, out. 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.55905/revconv.17n.10-099>. Acesso em: 28 maio 2025.
- 18- MESTRE-BACH, G. et al. Sports-betting-related gambling disorder: clinical features and correlates of cognitive behavioral therapy outcomes. *Addictive Behaviors*, v. 133, e107371, out. 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2022.107371>. Acesso em: 28 maio 2025.
- 19- MIDE, M. et al. Internet-delivered therapist-assisted cognitive behavioral therapy for gambling disorder: a randomized controlled trial. *Frontiers in Psychiatry*, v. 14, 1243826, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1243826>. Acesso em: 28 maio 2025.
- 20- MOLANDER, O. et al. What to target in cognitive behavioral treatment for gambling disorder: a qualitative study of clinically relevant behaviors. *BMC Psychiatry*, v. 22, n. 1, p. 510, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1186/s12888-022-04152-2>. Acesso em: 28 maio 2025.
- 21- MOLANDER, O. et al. Introducing and evaluating the effectiveness of online cognitive behavior therapy for gambling disorder in routine addiction care: comparative cohort study. *Journal of Medical Internet Research*, v. 26, e54754, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.2196/54754>. Acesso em: 28 maio 2025.
- 22- NATIONAL INSTITUTE FOR HEALTH AND CARE EXCELLENCE. Psychological and psychosocial treatment of harmful gambling: gambling-related harms: identification, assessment and management: evidence review F. London: NICE, jan. 2025. PMID: 40127168. 1110
- 23- PFUND, R. A. et al. Effect of cognitive-behavioral techniques for problem gambling and gambling disorder: a systematic review and meta-analysis. *Addiction*, v. 118, n. 9, p. 1661–1674, set. 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1111/add.16221>. Acesso em: 28 maio 2025.
- 24- PFUND, R. A. et al. Effects of cognitive behavioral techniques for gambling on recovery defined by gambling, psychological functioning, and quality of life: a systematic review and meta-analysis. *Psychology of Addictive Behaviors*, v. 37, n. 7, p. 936–945, nov. 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1037/adbooo0910>. Acesso em: 28 maio 2025.
- 25- RIBEIRO, E. O.; AFONSO, N. H.; MORGADO, P. Non-pharmacological treatment of gambling disorder: a systematic review of randomized controlled trials. *BMC Psychiatry*, v. 21, n. 1, e105, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1186/s12888-021-03097-2>. Acesso em: 28 maio 2025.
- 26- SOUZA, M. T.; SILVA, M. D.; CARVALHO, R. Integrative review: what is it? How to do it? *Einstein (São Paulo)*, v. 8, n. 1, p. 102–106, 2010. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1679-45082010RW1134>. Acesso em: 28 maio 2025.
- 27- UNIFESP. Caderno temático – Jogos de aposta na população brasileira – resultados 2023. São Paulo: Universidade Federal de São Paulo, 2025. Disponível em:

<https://lenad.uniad.org.br/cadernos-lenad/Caderno-Jogos-de-Aposta-LENAD-III.pdf>.
Acesso em: 16 maio 2025.

- 28- VALENCIANO-MENDOZA, E. et al. Suicidal behavior in patients with gambling disorder and their response to psychological treatment: the roles of gender and gambling preference. *Journal of Psychiatric Research*, v. 143, p. 317–326, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2021.09.027>. Acesso em: 29 maio 2025.
- 29- VOLBERG, R. A. The prevalence and demographics of pathological gamblers: implications for public health. *American Journal of Public Health*, v. 84, n. 2, p. 237–241, 1994. Disponível em: <https://doi.org/10.2105/ajph.84.2.237>. Acesso em: 29 maio 2025.
- 30- WARDLE, H. et al. The Lancet Public Health Commission on gambling. *The Lancet Public Health*, v. 9, n. 11, p. e950–e994, 2024. Disponível em: [https://doi.org/10.1016/S2468-2667\(24\)00167-1](https://doi.org/10.1016/S2468-2667(24)00167-1). Acesso em: 28 maio 2025.