

LUDOMANIA: ESTRATÉGIAS DE TRATAMENTO E INTERVENÇÕES TERAPÊUTICAS

Paloma Rodrigues da Silva¹. Bruna Aparecida Borges Dutra² . Adriana Madeira Alvares da Silva ². Lair Bittencourt Carvalho Neto¹. Lucas Henrique Gonzaga de Oliveira¹.

¹Centro universitário São Camilo- ES, Rua João Batista, 17, Grauna - 29154-564 - Cariacica - ES Brasil, paloma.rsilva@educador.edu.es.gov.br

²Universidade Federal do Espírito Santo/Centro de Ciências da Saúde, Av. Mal. Campos, 1468, Bonfim-- 29047-105 - Vitória-ES, Brasil, lucas_ifes@hotmail.com

Resumo

A ludomania, configura-se como uma condição psiquiátrica complexa que envolve fatores cognitivos, emocionais e neurobiológicos. Este artigo tem como objetivo revisar criticamente as principais estratégias terapêuticas empregadas no seu tratamento, com foco em intervenções psicoterapêuticas, digitais e farmacológicas. Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, contemplando publicações entre 2013 e 2025. Os resultados apontam a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) como intervenção mais consolidada, embora limitada ao curto prazo, enquanto a Terapia de Exposição Comportamental, a Entrevista Motivacional e as terapias de terceira onda (ACT e mindfulness) se mostram promissoras no fortalecimento do autocontrole e na prevenção de recaídas. Intervenções digitais ampliam o acesso e reduzem barreiras de estigma, ao passo que a farmacoterapia com antagonistas opioides apresenta resultados moderados, mas carece de estudos robustos. Conclui-se que o manejo da ludomania exige abordagens integradas e adaptativas, bem como pesquisas que explorem a personalização terapêutica e a combinação de estratégias para maior efetividade.

Palavras-chave: Ludomania. Psicoterapia. Intervenção digital. Farmacoterapia. Transtorno do jogo.

Área do Conhecimento:

Introdução

A ludomania, também denominada transtorno do jogo ou jogo patológico, é atualmente reconhecida como uma condição psiquiátrica de grande impacto social e clínico, caracterizada por um desejo compulsivo no hábito de apostar e pela perda persistente do controle sobre este comportamento. Esse transtorno tem sido associado não apenas a prejuízos financeiros, mas também a consequências emocionais, sociais, familiares, ocupacionais e prejuízos cognitivos, revelando-se como um problema de saúde pública em crescimento (Eriksen, 2023; Yau e Potenza, 2015; DSM-V, 2013). Estimativas internacionais apontam que a prevalência do transtorno do jogo tem aumentado nas últimas décadas, impulsionada sobretudo pela expansão dos jogos eletrônicos e das plataformas digitais de apostas, o que amplia o acesso e a vulnerabilidade de diferentes perfis populacionais (Molander et al., 2024).

Do ponto de vista clínico, a ludomania destaca-se pela complexa interação entre fatores cognitivos, socioeconômicos, emocionais e neurobiológicos que sustentam o comportamento aditivo, tornando seu tratamento um desafio para a prática terapêutica contemporânea (Yau e Potenza, 2015). Se, por um lado, intervenções psicoterapêuticas como a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) apresentam resultados consistentes na redução dos sintomas, por outro, observa-se que tais efeitos são frequentemente limitados ao curto prazo, exigindo a busca por alternativas complementares que ampliem a eficácia e a durabilidade das intervenções (Bergeron et al., 2022; Ribeiro; Afonso; Morgado, 2021). Nesse sentido, a diversidade de estratégias disponíveis, que inclui psicoterapias tradicionais, terapias de terceira onda, intervenções digitais e farmacoterapia, refletem tanto o avanço do campo quanto as lacunas ainda existentes na literatura.

A relevância deste estudo reside justamente na necessidade de revisar criticamente as abordagens terapêuticas para a ludomania, discutindo suas potencialidades, limitações e perspectivas futuras. O problema central que orienta esta investigação pode ser sintetizado na seguinte questão: quais estratégias de tratamento apresentam maior evidência de eficácia para o manejo da ludomania, considerando-se a diversidade de perfis clínicos e contextos socioculturais?

Dessa forma, o objetivo deste trabalho é revisar as principais estratégias psicoterapêuticas e farmacológicas utilizadas no tratamento da ludomania, destacando seus mecanismos de ação, evidências de efetividade e limitações metodológicas. Além disso, busca-se identificar lacunas na literatura que possam orientar futuras pesquisas e contribuir para a formulação de modelos terapêuticos mais integrados, flexíveis e baseados em evidências.

Metodologia

O presente estudo caracteriza-se como uma revisão de literatura narrativa de caráter crítico, orientada para a análise das principais estratégias de tratamento e intervenções terapêuticas disponíveis para a ludomania. Esse tipo de delineamento permite não apenas sistematizar o conhecimento acumulado sobre o tema, mas também problematizar as evidências, identificando lacunas e propondo perspectivas de investigação futura.

As buscas bibliográficas foram realizadas em bases eletrônicas de acesso aberto e amplamente reconhecidas na área da saúde e ciências humanas: SciELO, PubMed, LILACS, BMC, Frontiers e ResearchGate. Foram também consultados documentos técnicos e relatórios internacionais relevantes, bem como livros de referência que tratam do manejo clínico da ludomania.

Para a definição dos descritores, adotou-se a terminologia indexada nos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e no Medical Subject Headings (MeSH). As combinações de busca utilizadas incluíram: “*ludomania*”, “*gambling disorder*”, “*pathological gambling*”, “*treatment*”, “*therapy*”, “*psychotherapy*”, “*cognitive behavioral therapy*”, “*pharmacological interventions*” e “*digital interventions*”. Os operadores booleanos AND e OR foram empregados para refinar os resultados.

Foram incluídos estudos publicados no período de 2013 a 2025, assegurando a atualização das evidências. Os critérios de inclusão abrangeram artigos originais, revisões sistemáticas, revisões narrativas, ensaios clínicos e estudos observacionais que discutissem abordagens psicoterapêuticas, farmacológicas ou digitais voltadas ao tratamento da ludomania. Após curadoria dos artigos pesquisados, aqueles que não estivessem relacionados ao tema, ou que não tratassem especificamente do tratamento e intervenção terapêutica no título, foram excluídos da análise. A análise dos resumos permitiu uma melhor seleção dos artigos e aqueles que não tratassem exclusivamente do tema, não foram incluídos. Essa categorização possibilitou a construção de uma síntese crítica, permitindo não apenas sistematizar os achados, mas também apontar inconsistências, lacunas e caminhos promissores para a pesquisa futura.

Resultados

Para organizar de forma clara os achados desta revisão, elaborou-se uma síntese dos principais estudos analisados, destacando seus objetivos e resultados. A Tabela 1 apresenta esse panorama, permitindo visualizar comparativamente como diferentes abordagens terapêuticas têm sido investigadas no manejo da ludomania, suas potencialidades e limitações metodológicas.

Tabela 1 - Lista de Artigos incluídos no estudo

Autor/Ano	Objetivos	Principais Resultados
BERGERON et al., 2022	Analisar eficácia da Terapia de Exposição Comportamental em reduzir <i>craving</i> e sintomas do jogo.	Exposição controlada a estímulos promove habituação e restaura autocontrole, mas há heterogeneidade metodológica.
CHAMBERLAIN, 2024	Discutir diferenças entre psicoterapias e farmacoterapia no manejo da ludomania.	Psicoterapias atuam sobre cognições e impulsos, farmacoterapia atua em mecanismos neuroquímicos.

DOWLING et al., 2022	Revisar evidências sobre antagonistas opioides no tratamento da ludomania.	Antagonistas opioides como naltrexona reduzem <i>craving</i> , mas evidências ainda são de força moderada.
ERIKSEN, 2023	Avaliar eficácia da TCC na redução da frequência e gravidade dos sintomas do jogo.	TCC reduz frequência do jogo no curto prazo; eficácia a longo prazo ainda carece de confirmação.
DSM- V 3, 2013	Apresentar a 5ª edição do manual diagnóstico de transtornos mentais, revisando e atualizando critérios de classificação das condições psiquiátricas com base em evidências científicas recentes.	O DSM-5 incluiu o transtorno do jogo na categoria dos transtornos relacionados a substâncias e vícios, reconhecendo-o oficialmente como uma adição comportamental.
MILLER; ROLLNICK, 2013	Apresentar a Entrevista Motivacional como estratégia breve para mobilizar motivação.	A EM aumenta adesão inicial e reduz ambivalência, sendo útil em estágios de preparação.
MOLANDER et al., 2024	Investigar eficácia da TCC online em populações com difícil acesso a serviços presenciais.	Programas de TCC online mostram eficácia semelhante à presencial e aumentam acessibilidade.
PEART et al., 2024	Examinar o papel de comunidades digitais e fóruns online como apoio mútuo.	Fóruns digitais reduzem estigma e oferecem suporte emocional e prático.
RIBEIRO; AFONSO; MORGADO, 2021	Revisar intervenções não farmacológicas e integração com farmacoterapia.	Combinar farmacoterapia com psicoterapia melhora adesão ao tratamento.
SANCHO et al., 2021	Investigar programas de <i>mindfulness</i> (MBRP) na prevenção de recaídas em ludomania.	<i>Mindfulness</i> auxilia no controle da impulsividade e na prevenção de recaídas.
STEWART; MARTÍNEZ, 2021	Explorar a ACT como forma de promover flexibilidade psicológica e reduzir <i>craving</i> .	A ACT favorece aceitação de emoções negativas e engajamento em valores pessoais.
YAU; POTENZA, 2015	Revisar os avanços no entendimento do transtorno do jogo e de outras adições comportamentais.	O transtorno do jogo compartilha características neurobiológicas com dependências químicas, como disfunções nos sistemas dopaminérgico e serotoninérgico. Destacaram a Terapia Cognitivo-Comportamental como intervenção de maior evidência clínica e sugeriram o potencial de medicamentos, como antagonistas opioides (naltrexona), no manejo dos sintomas.

Fonte: elaborado pelo próprio autor.

Discussão

A ludomania, também conhecida como transtorno do jogo ou jogo patológico, constitui uma condição psiquiátrica marcada pela perda de controle sobre o comportamento de apostar, envolvendo a intersecção de fatores cognitivos, emocionais e neurobiológicos. Tal complexidade impõe a necessidade de estratégias terapêuticas diversificadas e fundamentadas em evidências (Eriksen, 2023). Nesse contexto, compreender as modalidades de tratamento requer não apenas a descrição de suas técnicas, mas também uma reflexão crítica acerca de seus alcances e limites.

As psicoterapias ocupam posição central nesse cenário, uma vez que atuam diretamente sobre distorções cognitivas, impulsos e dificuldades emocionais que sustentam o comportamento aditivo. Diferem das intervenções puramente farmacológicas porque, ao reestruturarem a forma como o

indivíduo interpreta suas experiências, oferecem meios de enfrentamento para situações de risco e pressões sociais (Ribeiro; Afonso; Morgado, 2021; Chamberlain, 2024). Todavia, se por um lado apresentam adaptabilidade a diferentes perfis clínicos, por outro, ainda enfrentam questionamentos quanto à profundidade de seus efeitos. Em muitos casos, as intervenções apresentam resultados expressivos no curto prazo, porém carecem de evidências consistentes que assegurem sua manutenção a longo prazo, sendo frequente a ocorrência de recaídas após o término do acompanhamento terapêutico. Somam-se a isso limitações metodológicas observadas nos estudos, como a heterogeneidade dos protocolos adotados, a variabilidade das amostras e a ausência de padronização nos critérios diagnósticos, fatores que dificultam tanto a comparação entre pesquisas quanto a generalização dos achados. Outro aspecto relevante refere-se ao desafio de engajamento e adesão de determinados perfis de pacientes, especialmente daqueles que apresentam comorbidades psiquiátricas ou maior resistência à mudança, o que levanta questionamentos sobre a efetividade real das psicoterapias quando aplicadas em contextos clínicos mais complexos.

A Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) representa o eixo mais consolidado no manejo da ludomania, sendo eficaz na identificação e correção de pensamentos distorcidos, como a ilusão de controle sobre o acaso ou a expectativa de recuperar perdas. Meta-análises recentes confirmam sua efetividade na redução da frequência do jogo e na atenuação dos sintomas, sobretudo em intervenções presenciais (Eriksen, 2023). Entretanto, a limitação temporal dos resultados levanta uma questão relevante: até que ponto a TCC atinge os mecanismos nucleares da adição ou apenas promove alívio sintomático transitório? A emergência de modalidades digitais de TCC, ainda que promissoras, carece de ensaios longitudinais que garantam sua replicabilidade e sustentação a longo prazo.

No mesmo eixo das terapias comportamentais, a Terapia de Exposição Comportamental tem sido investigada pela sua capacidade de reduzir o desejo intenso (*craving*) por meio da exposição controlada a estímulos relacionados ao jogo. Evidências sugerem que a repetição dessa exposição, sem a consequente ação de jogar, promove habituação e fortalece o autocontrole (Bergeron et al., 2022). Contudo, a heterogeneidade metodológica e a ausência de protocolos padronizados limitam a comparação entre estudos e fragilizam a generalização dos resultados. Tal lacuna evidencia a necessidade de maior rigor metodológico e padronização de práticas clínicas que permitam transcender a dimensão experimental.

Apesar de sua relevância, tanto a TCC quanto a Exposição Comportamental encontram limites frente à resistência inicial de muitos pacientes, frequentemente marcada por ambivalência em relação à mudança. Nesse sentido, a Entrevista Motivacional (EM), criada por Miller e desenvolvida com Rollnick (2013), surge como estratégia psicoterapêutica breve capaz de mobilizar a motivação intrínseca. Ainda que não possua a complexidade teórica de uma psicoterapia tradicional, sua força reside em reduzir o abandono precoce e engajar o paciente no processo terapêutico. Ao deslocar o foco do controle direto do comportamento para o fortalecimento da disposição interna, a EM responde a uma lacuna frequentemente negligenciada nas abordagens clássicas: o problema da adesão.

As chamadas terapias de terceira onda, como a Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT) e as intervenções baseadas em *mindfulness* (atenção plena), expandem ainda mais o repertório clínico. A ACT busca promover flexibilidade psicológica ao ensinar o paciente a conviver com pensamentos e emoções negativas sem se deixar dominar por eles, redirecionando sua conduta para valores e metas pessoais (Stewart; Martínez, 2021). O *mindfulness*, por sua vez, estimula a atenção plena ao momento presente, auxiliando no manejo da impulsividade e na prevenção de recaídas, como demonstram os programas de *Mindfulness-Based Relapse Prevention* (Sancho et al., 2021). Ambas as abordagens sinalizam um deslocamento paradigmático: mais do que reduzir sintomas, visam capacitar o indivíduo a desenvolver novos modos de se relacionar com suas próprias experiências internas.

A integração de tecnologias digitais amplia esse horizonte ao oferecer suporte em comunidades virtuais, fóruns e programas estruturados de TCC *online*. Essas plataformas reduzem barreiras como o estigma e a dificuldade de acesso a serviços especializados, permitindo trocas anônimas de experiências e oferecendo alternativas escaláveis de intervenção. Estudos recentes indicam que tais recursos favorecem a adesão e diminuem as taxas de abandono (Peart et al., 2024; Molander et al., 2024). No entanto, a maioria das pesquisas concentra-se em efeitos de curto prazo, sem esclarecer de forma robusta seu impacto a longo prazo sobre processos cognitivos e emocionais, o que aponta para a necessidade de modelos teóricos mais consistentes.

No campo farmacológico, antagonistas opioides como a naltrexona e a nalmefena destacam-se entre as opções mais investigadas. Estudos demonstram sua capacidade de reduzir sintomas e *craving*, mas a base de evidências permanece frágil, limitada por amostras reduzidas, critérios diagnósticos

heterogêneos e ausência de protocolos uniformes (Dowling *et al.*, 2022). Assim, a farmacoterapia apresenta-se como campo promissor, mas ainda incipiente, cujo avanço dependerá da integração com achados da neurociência e da adoção de estudos multicêntricos sólidos. Uma perspectiva futura reside no desenvolvimento de protocolos de medicina personalizada, em que fatores genéticos e neurobiológicos orientem a escolha terapêutica.

A síntese desses achados evidencia uma lacuna mais ampla: a ausência de um modelo integrativo capaz de articular dimensões cognitivas, afetivas, sociais e neurobiológicas da ludomania. Superar esse desafio implica transcender a lógica fragmentada das intervenções isoladas e avançar na construção de ecossistemas terapêuticos adaptativos, nos quais psicoterapia, farmacologia e tecnologia digital sejam mobilizadas de forma sinérgica e contextualizada. Além disso, variáveis como suporte familiar, perfil socioeconômico e tipo de jogo preferido devem ser incorporadas em futuros ensaios clínicos, uma vez que influenciam de maneira decisiva a adesão e o prognóstico (Chamberlain *et al.*, 2024).

Assim, a discussão contemporânea sobre a ludomania não pode limitar-se à replicação de protocolos existentes. É necessário pensar criticamente em modelos inovadores, que unam rigor metodológico, personalização clínica e integração multidimensional. O futuro da área dependerá da capacidade de articular ciência, prática e tecnologia em uma visão interdisciplinar, capaz de oferecer respostas mais eficazes, duradouras e humanizadas para o tratamento do transtorno do jogo.

Conclusão

O presente estudo permitiu evidenciar que a ludomania exige intervenções diversificadas e integradas, uma vez que se trata de um transtorno de natureza multifatorial. As psicoterapias, em especial a Terapia Cognitivo-Comportamental, seguem como referência, ainda que limitadas em efeitos de longo prazo. Abordagens como a Terapia de Exposição Comportamental, a Entrevista Motivacional e as terapias de terceira onda ampliam o leque de possibilidades clínicas, sobretudo quando associadas a recursos digitais que favorecem o acesso e a adesão. A farmacoterapia, embora promissora, carece de estudos mais consistentes para consolidar seu papel. Conclui-se, assim, que o manejo do transtorno do jogo deve apoiar-se em modelos flexíveis, adaptáveis às necessidades individuais, e que investigações futuras são essenciais para fortalecer evidências e orientar práticas terapêuticas mais eficazes.

Referências

BERGERON, P. Y.; GIROUX, I.; CHRÉTIEN, M.; BOUCHARD, S. **Exposure therapy for gambling disorder: systematic review and meta-analysis.** *Current Addiction Reports*, v. 9, p. 179–194, 2022. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.1007/s40429-022-00428-5>. Acesso em: 6 set. 2025.

CHAMBERLAIN, S. R. Treatment discontinuation in pharmacological clinical trials for gambling disorder. *Frontiers in Psychiatry*, v. 15, 2024. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7615818>. Acesso em: 5 set. 2025.

DOWLING, N. et al. **Pharmacological interventions for the treatment of gambling disorder: systematic review and meta-analysis.** *npj Mental Health Research*, v. 2, p. 1–12, 2022. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9492444/>. Acesso em: 6 set. 2025.

ERIKSEN, J. W. Psychological intervention for gambling disorder: a systematic review and meta-analysis. *Journal of Behavioral Addictions*, v. 12, n. 3, p. 533-548, 2023. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC10562823>. Acesso em: 5 set. 2025.

MILLER, W. R.; ROLLNICK, S. **Motivational Interviewing: Helping People Change.** 3. ed. New York: Guilford Press, 2013. Disponível em: <https://www.guilford.com/books/Motivational-Interviewing/William-R-Miller/9781609182274>. Acesso em: 6 set. 2025.

MOLANDER, O. et al. Introducing and evaluating the effectiveness of online-delivered cognitive behavioral therapy for gambling disorder. **Journal of Medical Internet Research**, 2024. Disponível em: <https://www.jmir.org/2024/1/e54754/>. Acesso em: 6 set. 2025.

PEART, A. et al. Web-based forums for people experiencing substance use or gambling disorders: Scoping review. **JMIR Mental Health**, v. 11, e49010, 2024. Disponível em: <https://mental.jmir.org/2024/1/e49010/>. Acesso em: 6 set. 2025.

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, Art. 105, fev. 2021. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10562823/>. Acesso em: 6 set. 2025.

SANCHO, M. et al. Mindfulness-based interventions for the treatment of gambling disorder: a systematic review. **Mindfulness**, v. 12, p. 2573–2585, 2021. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.1007/s12671-021-01675-5>. Acesso em: 6 set. 2025.

STEWART, S. H.; MARTÍNEZ, C. Acceptance and Commitment Therapy for Behavioral Addictions: Evidence from Gambling Disorder. **Journal of Contextual Behavioral Science**, v. 20, p. 84–92, 2021. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2212144721000313>. Acesso em: 6 set. 2025.

YAU, Y. H. C.; POTENZA, M. N. **Gambling disorder and other behavioral addictions: recognition and treatment**. **Harvard Review of Psychiatry**, v. 23, n. 2, p. 134–146, 2015. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4458066>. Acesso em: 7 set. 2025.