Quem se torna viciado?
Fato: Problemas com jogos de azar podem afetar qualquer pessoa, independentemente de idade, sexo ou rendimentos.

Pergunta: Qual é o grupo que apresenta maior risco de desenvolver problemas com jogos de azar?

A. Somente homens jovens
B. Somente pessoas que jogam com frequência
C. Pessoas com alta impulsividade e sofrimento emocional.

Sinais de adição
Facto: O jogador problemático frequentemente faz tentativas frustradas de reduzir ou parar o consumo.

Pergunta: Qual das seguintes opções é um sinal comum de vício em jogos de azar?

A. Ganhar com frequência
B. Planejar uma pausa nos jogos de azar
C. Mentir sobre quanto se aposta

Fato: O transtorno do jogo é classificado como uma adição comportamental.

Pergunta: Como é que o transtorno do jogo é oficialmente reconhecido?

A. Um problema moral
B. Uma falha de personalidade
C. Um transtorno mental

Se continuar a apostar 100€ num único número na roleta europeia (pagamento de 35 para 1) por tempo suficiente,, eventualmente vencerá o casino e terá lucro

A. Verdadeiro
B. Falso

Ao longo do tempo, se investir 100€ em uma máquina caça-níqueis com uma taxa de retorno ao jogador (RTP) de 92%, poderá esperar receber cerca de 92€ — uma perda média de aproximadamente €8.

A. Verdadeiro
B. Falso

FACTO: Abordagens familiares baseadas em evidências têm demonstrado consistentemente melhores resultados em comparação com tratamentos focados exclusivamente no indivíduo.

Pergunta: É verdade que as abordagens familiares baseadas em evidências têm demonstrado consistentemente melhores resultados em comparação com tratamentos focados exclusivamente no indivíduo?

A. Verdadeiro
B. Falso

FACTO: A adição de uma pessoa geralmente afeta de 5 a 10 outras pessoas, incluindo familiares, amigos, colegas de trabalho e outras pessoas em seu círculo social.
Isso demonstra como o vício não é apenas uma questão pessoal, mas também relacional e social.

PERGUNTA: Quantas pessoas são normalmente afetadas pelo vício de um único indivíduo?

A) 1–2 pessoas
B) 3–5 pessoas
C) 5-10 pessoas

FACTO: Os grupos de terapia tendem a desenvolver as suas próprias normas e rituais ao longo do tempo, tanto por parte dos facilitadores quanto dos membros.

Todas as regras do grupo são impostas pelo terapeuta e nunca partem do próprio grupo.

A. Verdadeiro
B. Falso

FACTO: Uma consequência comum vivenciada por cônjuges de jogadores problemáticos é o aumento de problemas de saúde física, como insónia, dores de cabeça, ataques de pânico e exaustão. Esses problemas de saúde frequentemente surgem devido aos altos níveis de stress e sofrimento emocional causados pelo comportamento de jogo, o que pode impactar significativamente o bem-estar geral e a qualidade de vida do cônjuge.

Pergunta: Qual das seguintes opções é uma consequência comum vivenciada pelos cônjuges de jogadores problemáticos?

A) Aumento de problemas de saúde física, como insónia e ataques de pânico
B) Melhora na vida social
C) Estabilidade financeira

FACTO: O apoio familiar durante o tratamento pode aumentar significativamente as chances de recuperação de um jogador problemático, fornecendo assistência emocional, financeira e prática, além de ajudar a criar um ambiente mais favorável para uma mudança duradoura.

Pergunta: O apoio familiar pode ajudar a aumentar as chances de recuperação de um jogador problemático durante o tratamento?

A. Verdadeiro
B. Falso

FACTO: A terapia em grupo é uma forma altamente eficaz de psicoterapia e é, no mínimo, tão eficaz quanto a psicoterapia individual na sua capacidade de proporcionar benefícios significativos.

Pergunta: É verdade que a terapia em grupo é uma forma altamente eficaz de psicoterapia e que é pelo menos tão eficaz quanto a psicoterapia individual na sua capacidade de proporcionar benefícios significativos?

A. Verdadeiro
B. Falso

FACTO: Os jogos de azar são projetados com uma vantagem intrínseca para o operador. Com o tempo, isso garante o lucro da casa, mesmo que alguns jogadores ganhem temporariamente.

Pergunta: O que significa "margem da casa"?

A) O imposto cobrado pelas operadoras de jogos de azar
B) As probabilidades de um jogador ganhar
C) A vantagem intrínseca da operadora de jogos de azar ao longo do tempo
D) O número de jogadores que perdem diariamente

FACTO: Pessoas que jogam frequentemente desenvolvem formas distorcidas de pensamento que as mantêm a jogar. Acreditar que uma vitória é "devida" após muitas derrotas, ou que podem controlar resultados aleatórios.

Pergunta: Qual das seguintes opções representa uma distorção cognitiva fundamental no jogo?

A) Memória seletiva
B) Falácia do apostador
C) Viés de otimismo
D) Inversão de responsabilidade

FACTO: De acordo com o DSM-5 (Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais), o transtorno do jogo inclui sintomas comportamentais como preocupação excessiva, tolerância e incapacidade de parar.

Pergunta: Qual das seguintes opções é um sintoma do Transtorno do Jogo segundo o DSM-5?

A) Preocupação com jogos de azar
B) Obsessão em recuperar as perdas
C) Medo de falar em público
D) Ansiedade apenas quando se perde

Pergunta: O transtorno do jogo não é definido pela quantidade de dinheiro perdida. O transtorno do jogo torna-se diagnosticável quando:

A) A pessoa perde mais de € 10.000.
B) O comportamento causa sofrimento ou prejuízo significativo.
C) A pessoa joga online todos os dias.
D) A pessoa admite que tem um problema.

FACTO: O circuito de recompensa do cérebro é inundado por um mensageiro químico sempre que antecipamos ou recebemos uma recompensa. Em pessoas que jogam, esse aumento é tão forte quanto o de muitas substancias aditivas, reforçando o desejo de continuar a jogar

Pergunta: Qual neurotransmissor é o principal responsável pelo aumento da sensação de recompensa no vício em jogos de azar?

A) Serotonina
B) Dopamina
C) Ocitocina
D) Cortisol

Pergunta: Qual tipo de jogo de azar apresenta maior risco de dependência devido à rapidez e à frequência das recompensas?

A) Lotaria
B) Slots/jogos eletrónicos
C) Apostas desportivas
D) Torneios de póquer

FACTO: As slots são programadas para apresentar muitos resultados de «quase acerto» por exemplo, dois símbolos do jackpot alinham-se e o terceiro pára a apenas uma posição de distância. Estudos de imagiologia cerebral mostram que os «quase acertos» ativam o mesmo circuito de recompensa (pico de dopamina) que uma vitória real, levando-nos a sentir que «estávamos tão perto» e incentivando-nos a continuar a girar.

Pergunta: Que efeito produzem principalmente os resultados de «quase acertos» nas máquinas de jogo?

A) Aumentam a vontade do jogador de continuar a jogar.
B) Reduzem a excitação emocional e acalmam o jogador.
C) Aumentam a probabilidade estatística de uma vitória na próxima rodada.

Pergunta: O que é um fator de proteção contra os danos causados pelo jogo?

A) O acesso a várias aplicações de jogo
B) Sólidos conhecimentos financeiros e capacidade de regulação emocional
C) Rotinas diárias de apostas
D) Medo de ficar de fora (FOMO)

Pergunta: É mais provável que um jogador problemático tenha um dos pais que já tenha sofrido de jogo problemático.

A) Sim, isso acontece sempre
B) Os fatores familiares desempenham um papel no jogo problemático e essa suscetibilidade pode ser transmitida geneticamente ou através da dinâmica familiar.
C) Sim, o jogo é exclusivamente uma perturbação genética.
D) O jogo patológico pode ser tratado sem envolver a família

Pergunta: Qual dos seguintes fatores contribui mais para o aumento do risco de problemas de jogo associados ao jogo na Internet, em comparação com o jogo em estabelecimentos físicos?

A) Maiores hipóteses de ganhar online
B) Ausência de restrições legais ao jogo na Internet
C) Disponibilidade constante disponibilidade de o ambiente online
D) Maior interação social nos jogos de azar online

Pergunta: Por que razão a publicidade aos jogos de azar relacionados com o desporto é altamente perigosa?

A) É menos eficaz do que outros tipos de publicidade ao jogo
B) Dirige-se principalmente a populações adultas mais velhas
C) Tem o potencial de normalizar o jogo e funcionar como uma porta de entrada para danos
D) É mais fácil de regulamentar do que a publicidade a casinos online

Pergunta: Qual das seguintes opções é considerada um fator de risco para o desenvolvimento ou a manutenção de um transtorno de jogo?

A) Ser mais velho e ter segurança financeira
B) Viver com uma família numerosa
C) Ser um homem jovem solteiro com dificuldades financeiras
D) Ter um elevado nível de escolaridade e um emprego estável

Pergunta: Que tipo de estratégias de coping estão mais associadas a uma maior gravidade do jogo?

A) Estratégias orientadas para tarefas
B) Procura de apoio social
C) Estratégias baseadas na fuga
D) Estratégias de resolução de problemas

Pergunta: Qual ação é considerada um comportamento facilitador?

A) Incentivar o jogador compulsivo a procurar terapia.
B) Encobrir as dívidas do jogador para evitar consequências.
C) Participar de grupos de apoio para famílias afetadas.

Pergunta: Que papel podem as famílias desempenhar na recuperação do vício em jogos de azar?

A) Não têm influência significativa na recuperação do indivíduo.
B) Devem evitar o envolvimento para reduzir o stress.
C) Podem motivar o indivíduo, garantir a responsabilização e promover um ambiente familiar saudável

Pergunta: De acordo com estudos, qual é a percentagem de pessoas com problemas de jogo que se mantêm abstinentes após 1 ano?

A) 25%
B) 8%
C) 50%

Pergunta: Que problema sistémico mantém frequentemente os problemas de jogo presentes nas famílias?

A) Negação — minimizar ou ignorar a gravidade da dependência
B) Facilitação — proteger o jogador de enfrentar as consequências
C) Codependência — envolver-se excessivamente na vida do jogador, sentindo-se culpado por não satisfazer todas as suas necessidades
D) Negligência em relação a outros membros da família, especialmente as crianças
E) Transmissão intergeracional, transmitindo traumas não resolvidos e padrões de dependência de geração em geração
F) Todas as opções acima

Pergunta: Tentar recuperar as perdas aumenta o risco: quanto mais se tenta recuperar as perdas apostando mais, maior é a probabilidade de perder ainda mais.

A) Verdadeiro
B) Falso

Pergunta: O valor esperado (EV) no jogo é normalmente negativo, o que significa que, em média, os jogadores perdem dinheiro ao longo do tempo.

A) Verdadeiro
B) Falso

Pergunta: Os resultados dos jogos de azar são eventos independentes: os resultados anteriores não afetam as rodadas ou mãos futuras (por exemplo, as rodadas da roleta são independentes).

A) Verdadeiro
B) Falso

Pergunta: O que é a “ilusão de controlo” no jogo?

A) A falsa crença de que as ações pessoais influenciam os resultados aleatórios
B) Confiança no planeamento financeiro
C) A estratégia de parar de jogar após uma vitória
D) Quando o casino manipula o jogo

Pergunta: A probabilidade de acertar um número específico na roleta europeia é de 1 em 37 (cerca de 2,7%).

A) Verdadeiro

B) Falso