

PARE DE APOSTAR
.COM.BR



APLICOU, PAROU

INSTANTÂNEO

ÍNDICE

DO AUTOR	001
CASSINOS	004
MOTIVACIONAL	008
CASSINOS BRASILEIROS	009
MOTIVACIONAL	027
CASSINOS ONLINE	029
MOTIVACIONAL	037
LUDOPATIA	039
MOTIVACIONAL	048
SEROTONINA	049
DOPAMINA	054
MOTIVACIONAL	068
JOGO DE AZAR	070
MOTIVACIONAL	079
EPIDEMIA NO BRASIL	081
MOTIVACIONAL	088
JOGO DO TIGRINHO	090
MOTIVACIONAL	096
INFLUENCIADORES	097
MOTIVACIONAL	101
CONCLUSÃO	103
O QUE EU FIZ	107
UMA DICA VALIOSA	116
PALAVRA FINAL	120

O maior azar de um viciado em jogos é ganhar de vez em quando.

Orlando Nussi

Publicado no livro Frases, dicas e histórias maravilhosas 16, de Orlando Nussi.

PARE DE



APOSTAR

DO AUTOR

Eu tenho 40 anos, sou pai de um casal e, infelizmente, já passei por um divórcio, durante muito tempo estive completamente perdido, era como se eu estivesse no fundo do poço, cavando ainda mais fundo, sem esperança alguma, o vício em cassino online me consumia, cada vez que meu dinheiro caía na conta, eu o jogava imediatamente no cassino online sem pensar nas conseqüências e em poucos minutos, eu perdia tudo. *(Frustrante)*

Eu passei por momentos de desespero tão profundos que cheguei a pensar em tirar a minha própria vida, acreditando que essa seria a única saída para acabar com o sofrimento.

Eu não via mais sentido em nada, perdendo todo o meu dinheiro, passei momentos de não ter nada pra comer, conheci literalmente a fome e a depressão por causa de cassino online, vivi em solidão, sem coragem de compartilhar com ninguém o que estava passando, eu estava completamente sem esperança. **Mas lembre-se: a dor pode ser um ponto de virada. Nunca é tarde para recomeçar.**

PARE DE



APOSTAR

DO AUTOR

Foi nesse momento que eu pedi a *Deus* uma solução, uma forma de sair daquele ciclo destrutivo.

Eu já não sabia mais o que fazer, mas sabia que precisava de uma resposta, precisava fazer alguma coisa, eu pedi forças a *Deus* para mudar, porque no fundo, eu queria acreditar que ainda havia uma chance. **E acredite: você também tem essa chance. O simples fato de estar buscando uma mudança já é um passo importante.** (Só mantenha o foco até o final, não seja ansioso, não desista e leia todo esse PFD até o final, e eu garanto que você também vai se libertar)

Então, algo aconteceu.

Não foi uma solução mágica, muito menos um milagre, mas uma ideia surgiu, *Deus* abriu um caminho, eu não criei um produto ou uma fórmula milagrosa.

Em uma busca incessante pela libertação do vício em cassino online, comecei a dar os primeiros passos para mudar minha mentalidade e meus hábitos; **eu decidi não deixar que o passado definisse meu futuro**, cada dia era um desafio, mas eu sabia que, se não tomasse uma atitude, tudo estaria perdido.

PARE DE



APOSTAR

DO AUTOR

Eu comecei a fazer pequenas mudanças, a dar mais atenção ao que realmente importava, e pouco a pouco as coisas começaram a melhorar, mesmo que na "marra", não foi rápido mudar de mentalidade, mas o "mecanismo" que eu usei teve o seu efeito instantâneo, não foi fácil, mas o processo de transformação começou. **E lembre-se: você tem o poder de mudar a sua vida, um passo de cada vez.**

Hoje, olhando para trás, vejo o quanto essa experiência me transformou. Eu não sou mais a mesma pessoa, aqueles momentos de dor e depressão foi a chave para minha mudança.

Você também pode ser a pessoa que escolhe mudar.

Não importa o quão difícil tenha sido o seu passado, o importante é o que você faz a partir de agora.

Uma história Real!

PARE DE



APOSTAR

CASSINOS

Não precisa ser um grande especialista no mercado de cassinos online para perceber que é impressionante o quanto estas plataformas digitais cresceram em pouco tempo. Nem mesmo os especialistas mais otimistas quanto aos números da indústria de jogos online esperavam tanto crescimento nos últimos cinco anos, já que estas plataformas se tornaram populares até mesmo em meios em que não se falava sobre isso, mas, e você sabe a histórias desses cassinos?

- Bora lá, vamos comerçar literalmente pelo começo.

OS 3 CASSINOS MAIS ANTIGOS DA HISTÓRIA

1- CASSINO DE VENEZA

2- CASSINO WIESBADEN

3- GOLDEN STATE CASINO

CASSINO DE VENEZA



A palavra cassino significa casa de campo em italiano, referindo-se às vilas localizadas no campo onde a classe alta e a nobreza costumavam ser um local de lazer, o primeiro cassino do mundo tem origem na Itália.

O primeiro cassino da história foi o *Ca 'Vendramin Calergi*, construído em 1509 no Grande Canal de Veneza, o cassino foi inicialmente ocupado por famílias nobres, mas em 1638 foi inaugurado como teatro com jogos de tabuleiro e apostas com o nome de *El Ridotto de San Moisés*, o sucesso foi tanto que em 1744 a cidade já tinha 120 cassinos.

Jogadores com bons recursos financeiros apostam em diferentes modalidades de jogo, como caça-níqueis, poker, blackjack ou roleta, muito semelhantes aos jogos atuais.

Uma das histórias mais conhecidas que aconteceram neste cassino, por exemplo, é a morte dentro do casino, do compositor *Richard Wagner*, onde num terrível golpe em 2010, ladrões roubaram milhares de euros.

CASSINO WIESBADEN

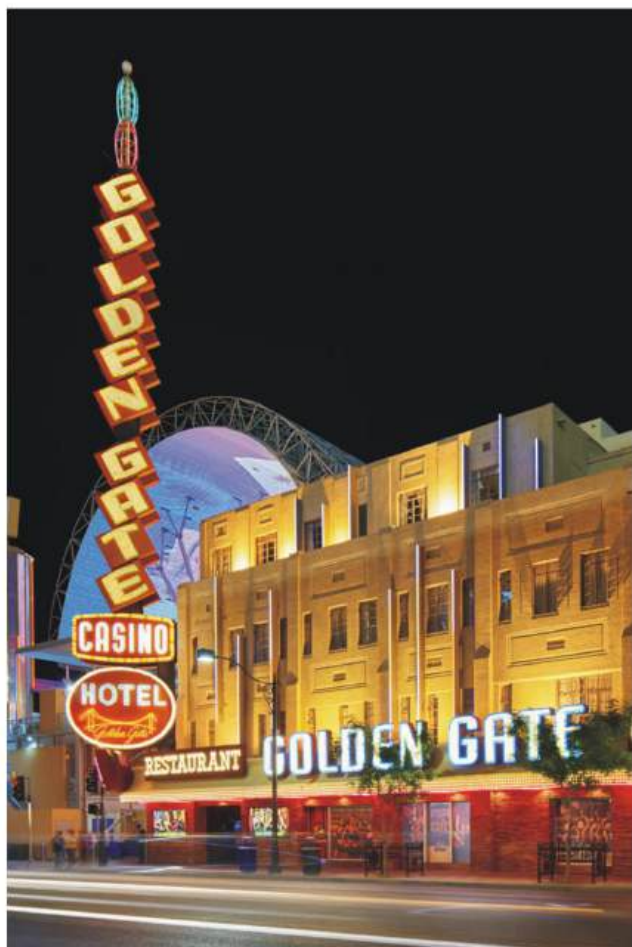


É o segundo cassino mais antigo da história, localizado no sudoeste da Alemanha, na cidade de Wiesbaden, o *Kurhaus Casino Wiesbaden* foi inaugurado em 1810, onde se destaca por sua decoração maravilhosa, elegante e sofisticada.

É um dos cassinos mais bem preservados, com uma fachada maravilhosa de colunas e torneiras corinthianas, conta ainda com restaurante, sala de concertos, teatro e um luxuoso spa.

Este cassino é um dos casinos mais importantes da Alemanha devido ao volume de jogadores que recebe todos os anos, à dimensão das suas instalações, tornando-se assim numa das salas de jogo mais influentes da Europa.

GOLDEN GATE CASINO



Sempre que falamos em cassinos, vem à mente Las Vegas, seus hotéis luxuosos e seus bulevares de luzes, este cassino foi o primeiro construído nesta cidade no estado de Nevada.

John F. Miller foi um dos pioneiros na realização do potencial de Las Vegas em 1905 foi lá que decidiu comprar um terreno onde posteriormente construiu o *Hotel Nevada*, as instalações também albergam um cassino com blackjack e roleta, abrindo

as portas a muitos dos cassinos desta cidade para se instalar na famosa cidade.

Este cassino, o *Golden Gate*, é famoso porque popularizou o mítico cocktail de camarão, que é preparado num copo de cristal com Tabasco, molho Worcester e um toque de limão.

Com propostas variadas para que os seus visitantes se possam divertir num ambiente agradável e requintado.

PARE DE



APOSTAR

MOTIVACIONAL

* A Força Está Dentro de Você

Você já percebeu como o vício pode consumir, como ele te faz sentir que não há mais saída? Já se sentiu como se estivesse preso em um ciclo sem fim, onde a esperança vai desaparecendo a cada perda, a cada jogada? Eu entendo você, porque já passei por isso.

Mas a boa notícia é que você não precisa ficar preso a esse ciclo. acredite, dentro de você existe uma força incrível esperando para ser despertada.

O primeiro passo é reconhecer que você tem o poder de mudar a sua história. O vício pode parecer grande e incontrolável, *mas é menor do que a sua capacidade de transformação.*

A cada dia que passa, você tem a chance de dar um passo para frente. Pode ser um passo pequeno, mas é um passo na direção certa. acredite em sua força interior, porque o melhor ainda está por vir. *Não importa quantas vezes você caiu, o importante é quantas vezes você está disposto a se levantar.* Você tem o poder de reescrever o seu futuro.

PARE DE



APOSTAR

CASSINOS DO BRASIL

Fontes: www.historiadomundo.com.br
www12.senado.leg.br

O jogo tem uma história rica e complexa no Brasil, com um legado que abrange atividades legais, ilegais e semi-legais, o termo "jogos de apostas" é usado para se referir a várias formas de jogo, incluindo jogos de cassino, apostas esportivas e loterias, neste artigo vamos nos aprofundar um pouco na história do cassino no Brasil.



Jogadores apostam num cassino do Rio: os jogos de azar tiveram vida curta no Brasil, permitidos entre 1920 e 1946

PARE DE



APOSTAR

CASSINOS DO BRASIL

Fontes: www.historiadamundo.com.br
www12.senado.leg.br

Por 'moral e bons costumes', há 70 anos Dutra decretava fim dos cassinos no Brasil

Nas décadas de 1930 e 1940, o Brasil viveu a era de ouro dos cassinos, no auge, funcionavam mais de 70 casas de apostas no país — do Rio, capital da República, à minúscula São Lourenço, no sul de Minas.

Nos salões, homens de terno e mulheres de longo apostavam dinheiro nas roletas e nas cartas de baralho o fervilhante negócio dos cassinos ruiu repentinamente em 30 de abril de 1946, três meses depois de assumir a Presidência da República, o general *Eurico Gaspar Dutra* pegou o país de surpresa e, com um decreto-lei, ordenou o fim dos jogos de azar às vésperas de completar 70 anos, a proibição teve a sua tentativa de ser derrubada diante das contas públicas no vermelho, na época do governo Dilma Rousseff houve um grande empenho para reabrir os cassinos e contar com os impostos incidentes sobre os jogos.

PARE DE



APOSTAR

CASSINOS DO BRASIL

Fontes: www.historiadamundo.com.br
www12.senado.leg.br

Em outubro, o ministro do Turismo, *Henrique Eduardo Alves*, defendeu a ideia, em dezembro, a Comissão Especial do Desenvolvimento Nacional do Senado aprovou um projeto de lei que cria regras para a exploração dos jogos. O PLS 186/2014, do senador *Ciro Nogueira* (PP-PI), será analisado agora pelo Plenário e, se aprovado, vai à Câmara.

Dutra argumentou que a “tradição moral, jurídica e religiosa” do brasileiro é incompatível com os jogos, que eles são “nocivos à moral e aos bons costumes”, que os “povos cultos” não os toleram e que reprimi-los é um “imperativo da consciência universal”.

A imprensa reagiu como se ele tivesse salvado a pátria; “não regatearemos ao general *Dutra* os nossos aplausos pelo corajoso, forte e benemérito decreto extinguindo a lepra do jogo”, festejou o Correio da Manhã.

O Jornal do Brasil escreveu que os cassinos “fazem acreditar que os problemas da vida se resolvem não pelo trabalho e pela poupança, mas por meio da sorte e do acaso, ao capricho da roleta”.

PARE DE



APOSTAR

CASSINOS DO BRASIL

Fontes: www.historiadomundo.com.br
www12.senado.leg.br

Documentos sob a guarda do Arquivo do Senado, em Brasília, mostram que a maioria dos senadores e deputados também ficou do lado do presidente, eles estavam na Assembleia Nacional Constituinte, incumbidos de redigir a Constituição de 1946.— Poderá se alegar que, com o fechamento do jogo nos cassinos e nos hotéis de luxo, o turismo desaparecerá — disse o deputado Antero Leivas (PSD-RS). — Respondo que, se o Brasil depende da proliferação do jogo e do vício para ser conhecido e visitado, prefiro que sejamos eternamente desconhecidos.



Dona Santinha, mulher de Dutra, teria feito a cabeça do marido contra a jogatina

CPDOC/FGV

PARE DE



APOSTAR

CASSINOS DO BRASIL

Fontes: www.historiadomundo.com.br
www12.senado.leg.br

Estâncias turísticas Inclusive parlamentares da UDN, maior partido oposicionista, subiram à tribuna para elogiar a medida de *Dutra*, do PSD.— Do jogo surge o desapego aos hábitos de trabalho continuado, único criador do progresso das sociedades — afirmou o deputado Soares Filho (UDN-RJ).

A Constituinte aprovou uma moção de “vivo aplauso ao Poder Executivo”. *Dutra* agradeceu com um telegrama, remetido ao senador *Melo Viana* (PSD-MG), que presidia a Constituinte.

O Brasil vinha da ditadura do Estado Novo (1937-1945), período em que o presidente *Getúlio Vargas* proibiu o Senado e a Câmara de funcionar e, com poderes absolutos, governou por meio de decretos-leis, por alguns meses — até setembro de 1946, quando a Constituição ficou pronta —, *Dutra* manteve do Estado Novo o poder de legislar, para que os parlamentares se dedicassem aos trabalhos constituintes, foi por isso que o golpe contra o jogo não passou pelo Legislativo, as “casas de *tavolagem*” eram proibidas desde o Império, em 1920, o presidente *Epitácio Pessoa* decidiu liberar os cassinos, mas só nas estâncias balneárias, climáticas e de águas.

PARE DE



APOSTAR

CASSINOS DO BRASIL

Fontes: www.historiadomundo.com.br
www12.senado.leg.br

O imposto do jogo custearia o saneamento básico no interior do Brasil.

No início do século 20, o único tipo de turismo que existia no país era o de saúde, famílias passavam temporadas em localidades como Campos do Jordão (SP) e Petrópolis (RJ), em busca dos poderes curativos do clima da serra, ou Poços de Caldas (MG) e Águas de São Pedro (SP), atrás de banhos em águas terapêuticas.

Com a liberação do jogo, passaram a ser buscadas também por seus hotéis cassinos, a idéia do governo era que, restritos a estâncias turísticas e ligados a hotéis, os cassinos fossem frequentados pelos turistas, e não pela população local, no início, porém, o jogo viveu na corda bamba, ao longo dos anos 1920, os fechamentos foram tão frequentes quanto as inaugurações.

O negócio foi tolhido por decisões de juízes e leis de governadores e prefeitos contrários aos jogos de azar, o próprio governo federal chegou a fechar cassinos, já que eram uma concessão que podia ser cassada a qualquer momento.

PARE DE



APOSTAR

CASSINOS DO BRASIL

Fontes: www.historiadamundo.com.br
www12.senado.leg.br

Foi apenas com a chegada de *Vargas* ao poder, em 1930, que os cassinos prosperaram.

O presidente baixou decretos estimulando a construção desses estabelecimentos, os interventores que *Vargas* colocou no lugar dos governadores seguiram o mesmo caminho.

O imposto do jogo deixou de ir para o governo federal e passou a ser recolhido pelos municípios, o que motivou os prefeitos a também querer os cassinos, a capital logo teria três grandes centros de diversão.



O cassino do *Copacabana Palace*, que fora obrigado a fechar as portas anos antes, reabriu em 1932, o Cassino da *Urca* foi inaugurado em 1933 no Cassino *Atlântico*, a Roleta começou a girar em 1935.

— *Vargas* fez um jogo duplo — diz o professor de Turismo *Dario Paixão*, da Universidade Federal do Paraná (UFPR) e da Universidade Positivo.

PARE DE



APOSTAR

CASSINOS DO BRASIL

Fontes: www.historiadomundo.com.br
www12.senado.leg.br

— Por um lado, ele aprovou as leis trabalhistas, para afagar a população mais pobre, que se mudava do campo para a cidade.

Por outro lado, incentivou os cassinos, para ganhar também o apoio da elite, os cassinos não se resumiam à jogatina, eram grandes complexos de entretenimento.

Os apostadores podiam jantar no restaurante, tomar drinques no piano-bar, dançar ao som da orquestra no salão de baile e assistir a musicais no teatro.

Segundo a revista *O Cruzeiro*, o restaurante do hotel cassino *Quitandinha*, em Petrópolis, era comandado “pelo maior cozinheiro do mundo moderno, vindo do Savoy [hotel de Londres]”, e servia “120 qualidades de frios, peixes de todas as partes do mundo, aves raras e saborosas, vinhos velhos e quase extintos”.

O governo não permitia a propaganda dos jogos, o que as casas anunciavam no jornal e no rádio eram os espetáculos que brilharam nos palcos dos cassinos desde o

PARE DE



APOSTAR

CASSINOS DO BRASIL

Fontes: www.historiadamundo.com.br
www12.senado.leg.br

ator *Grande Otelo* e o pianista *Dick Farney* até o cantor e ator americano *Bing Crosby* e a ousada dançarina francesa *Josephine Baker*.

No fim dos anos 1930, *Carmen Miranda* era a artista mais disputada pelos cassinos do Rio, suas luminosas apresentações na noite carioca lhe abririam caminho para o estrelato nos EUA, havia outras estratégias para atrair jogadores, o Cassino da *Urca* tinha um acordo com os taxistas do Rio, sempre que um táxi desembarcava um apostador, era o cassino que pagava a corrida, e o apostador ainda ganhava uma ficha para jogar — conta o jornalista *João Perdigão*, co-autor de *O Rei da Roleta* (editora Casa da Palavra), biografia do mega empresário do jogo *Joaquim Rolla*.

Punhalada

Um número restrito de modalidades era permitido, entre as quais a roleta, o campista, o bacará e o écarté, os menores de 21 anos não podiam entrar, em 1933, a entrada num cassino do Rio custava 10 mil réis, a título de comparação, um jornal valia 300 réis.

PARE DE



APOSTAR

CASSINOS DO BRASIL

Fontes: www.historiadamundo.com.br
www12.senado.leg.br

Vargas foi derrubado em outubro de 1945, a eleição presidencial, marcada para dezembro, ficou polarizada entre o general *Eurico Gaspar Dutra* e o brigadeiro *Eduardo Gomes*.

Uma das mais enfáticas promessas eleitorais do brigadeiro foi fechar os cassinos, ele pertencia à UDN, partido de ideais conservadores.

Dutra preferiu silenciar sobre a questão, assim, os donos dos cassinos entraram de cabeça na campanha do general, que venceu e em 31 de janeiro tomou posse, com a derrota do brigadeiro, eles respiraram aliviados.

O presidente, porém, os apunhalou pelas costas com o decreto de 30 de abril, na tribuna da Constituinte, o deputado *Barreto Pinto* (PTB-DF) contou que, quando surgiram os boatos sobre o decreto-lei, os empresários do jogo imediatamente se mobilizaram.

— Um deles poderei citar: o proprietário do *Copacabana Palace*, senhor Octávio Guinle, a quem

PARE DE



APOSTAR

CASSINOS DO BRASIL

Fontes: www.historiadomundo.com.br
www12.senado.leg.br

encontrei no Palácio do Catete e outro não podia ser o motivo de sua presença ali se não o de tentar evitar o fechamento.

— Afirmou o deputado, que poucos anos depois seria cassado por posar para O Cruzeiro trajando apenas fraque e cueca samba-canção, não se sabe precisamente por que *Dutra* decidiu parar o negócio dos cassinos.

Telegrama:

“Exmo. Sr. Dr. Fernando Melo Viana D. D. Presidente da Assembléa Constituinte. — Acusando o recebimento de seu telegrama de 4 do corrente, agradeço a V. Ex.^ª a comunicação de haver a Colenda Assembléa Nacional Constituinte votado unânimeamente a moção, dêle constante de congratulações com o Governo pela extinção do jôgo no país. Essa nobre atitude, além, de prestigiar a ação governamental na salvaguarda dos mais altos interesses da nacionalidade, é o testemunho vivo, que folgo em salientar, do sentimento patriótico que anima os egrégios representantes do povo brasileiro no desempenho do honroso mandato dêle recebido. — *Eurico G. Dutra.*”

Telegrama de 1946 em que o presidente Dutra agradece o apoio da Constituinte

PARE DE



APOSTAR

CASSINOS DO BRASIL

Fontes: www.historiadamundo.com.br
www12.senado.leg.br

Há várias hipóteses, segundo uma delas, a intenção era apagar os vestígios da era *Vargas*, o deputado *Euclides Figueiredo* (UDN-DF), pai do presidente *João Figueiredo*, descreveu os cassinos como “templos de culto do ditador”.

O Diário Carioca noticiou que “as tavolagens chegaram a ser um patrimônio de toda a família *Vargas*”, dando a entender que só podiam funcionar porque pagavam propina ao presidente, outra versão é que *Dutra* foi persuadido por seu ministro da Justiça, Carlos Luz, que, nascido e criado no interior de Minas, tinha ojeriza aos jogos de azar.

Dona Santinha

Na véspera da proibição, O Globo publicou uma explosiva reportagem com fotos inéditas de montanhas de dinheiro sobre uma mesa do *Cassino Atlântico* ao fim de uma noite de apostas, essas imagens, de acordo com outra hipótese, tiraram o Presidente do sério.

A versão mais prosaica, porém, é que os cassinos foram fechados a pedido da primeira-dama, *Carmela Dutra*

PARE DE



APOSTAR

CASSINOS DO BRASIL

Fontes: www.historiadamundo.com.br
www12.senado.leg.br

Chamada pelos íntimos de *Dona Santinha*, Carola, ela teria aderido à cruzada da Igreja Católica contra o ambiente viciado e libidinoso dos cassinos e pressionado o marido.

A polícia fez batidas em todo o país para garantir o cumprimento da lei, foi uma verdadeira caça às bruxas, as autoridades chegaram a criar caso com o show radiofônico *Cassino da Chacrinha*, apresentado por *Abelardo Barbosa*, só por causa do nome do programa, o decreto-lei repercutiu por várias semanas na Constituinte, empolgado, o deputado *Barreto Pinto*, o mesmo que seria cassado por posar de fraque e cueca, propôs aos parlamentares que transformassem a proibição dos jogos numa cláusula da Constituição que estava em gestação:

Não houve tempo para despedidas...

Ontem mesmo deixou de funcionar a batota — Os cassinos não abriram os salões dos "grills"... — Decepção e satisfação — Opinião de um empregado — Insulto à imprensa — As que não se conformam com a extinção do jogo

PARE DE



APOSTAR

CASSINOS DO BRASIL

Fontes: www.historiadomundo.com.br
www12.senado.leg.br

— A proibição deve ser de natureza constitucional, evitando-se que mais cedo ou mais tarde os cassinos abram as suas portas de novo, o que já se ouve dizer.

Edição de Hoje:
12 PÁGINAS
40 Centavos

Diário Carioca

Quarta-feira
1 DE MAIO DE
1946

ANO XIX RIO DE JANEIRO Diretor: HORACIO DE CARVALHO JUNIOR PRAÇA TIRADENTES N.º 77 N.º 5.475

EXTINTAS TODAS AS MODALIDADES DE JOGOS DE AZAR EM TODO O TERRITORIO NACIONAL

A proibição ganhou manchete garrafais no *Diário Carioca*, enquanto o *Diário de Notícias* noticiou que a lei foi logo obedecida

História do cassino, um breve panorama

A história do cassino no Brasil é tão conturbada quanto interessante, até mesmo nos dias de hoje, diversos grupos levantam questionamentos em torno da prática para impulsionar sua própria agenda política.

No entanto, a realidade atual mostra que as operadoras se organizaram e ajudaram a formar uma base sólida para o mercado, no mesmo sentido, os consumidores se mostram mais preparados para desfrutar dos cassinos online de forma responsável.

PARE DE



APOSTAR

CASSINOS DO BRASIL

Fontes: www.historiadomundo.com.br
www12.senado.leg.br

Veja uma linha do tempo da história do cassino no Brasil:

1920: Presidente *Epitácio Pessoa* libera os cassinos em estâncias balneárias e águas.

1923: É inaugurado o *Copacabana Palace*, hotel de luxo que abrigava o *Cassino Copacabana*.

1930: O *Cassino da Urca* é inaugurado, um dos maiores hotéis e salões de jogos da América Latina, 1930 - 1945: a era de ouro dos cassinos no Brasil, diversos salões de jogos operando em todo território nacional.

1946: Os cassinos são proibidos de operar no país, pois eram considerados “nocivos à moral e bons costumes”.

1946 - 2018: Período de proibição total dos jogos de cassino no Brasil.

2018: Aprovação da Lei 13.756/2018 pelo ex-Presidente *Michel Temer*, libera a operação de cassinos online estrangeiros no país.

2023: Regulamentação das apostas esportivas e cassinos online no Brasil é aprovada pela Câmara dos Deputados.

PARE DE



APOSTAR

CASSINOS DO BRASIL

Fontes: www.historiadomundo.com.br
www12.senado.leg.br

O Rei da Roleta e a Curta História dos Cassinos Brasileiros

Nas décadas de 20, 30 e até 1946 os cassinos atraíam milhares de jogadores brasileiros para jogar nas mesas de roleta e baralho espalhadas pelo Brasil, embora apenas a parcela mais abastada da sociedade pudesse desfrutar, como políticos, empresários e artistas, ainda assim o mercado se desenvolveu por todo o país.

Foi justamente na década de 30 que *Joaquim Rolla*, o famoso “*Rei da Roleta*”, se tornou sócio do *Cassino da Urca* no Rio de Janeiro e se tornou uma das figuras proeminentes do país, além do salão carioca, o *rei da roleta* também possuía cassinos na Pampulha, em Belo Horizonte, em Icaraí, na cidade de Niterói e, seu maior sonho, o cassino da Quitandinha, em Petrópolis.

Os salões do *rei da roleta* foram palco para apresentações de artistas internacionais como *Don e Dolores Graham*, *Yma Sumac* e a orquestra de *Ray Ventura*, além disso, seus cassinos receberam visitas ilustres como o *Rei Carlos II* da Romênia e a atriz americana *Lana Turner*.

PARE DE



APOSTAR

CASSINOS DO BRASIL

Fontes: www.historiadomundo.com.br
www12.senado.leg.br

Se estivesse aberto até hoje, o *Cassino da Quitandinha* seria um dos maiores da América Latina, um verdadeiro marco da história do cassino no país e um dos maiores da América Latina.

Um Legado de Proibição

Porém, a partir de 1946, os cassinos foram considerados ilegais no Brasil, carregando o peso de um delito criminal, com isso, a maioria dos cassinos passaram a operar apenas como hotéis e resorts por todo o país.

Essa proibição rigorosa moldou significativamente o cenário do jogo no país, levando ao surgimento de formas alternativas de apostas e jogos.

A última partida de roleta, que marcou a pausa da história do cassino no Brasil, aconteceu no *Copacabana Palace* em 30 de abril de 1946, antes do presidente *Dutra* proibir completamente a prática no Brasil.

PARE DE



APOSTAR

CASSINOS DO BRASIL

Fontes: www.historiadomundo.com.br
www12.senado.leg.br

O Hábito de Jogo Informal que Perdura no País

Enquanto os cassinos tradicionais permaneceram proibidos, algumas formas de jogo encontraram respaldo legal no Brasil, as apostas em cavalos e apostas esportivas estão entre as poucas atividades autorizadas, com o banco estatal Caixa Econômica Federal detendo o monopólio na exploração das loterias.

Da mesma maneira, o popular “Jogo do Bicho” sobreviveu de maneira informal, e até hoje acontece em comunidades espalhadas por todo o país, até o ano de 2004, quando houve a proibição da prática, também era comum encontrar salões de bingo nas cidades brasileiras.

Essa prática informal, juntamente ao hábito de jogo arraigado do brasileiro, provocaram pedidos por uma abordagem mais robusta e transparente à regulamentação do jogo, com o objetivo de lidar com essas ramificações sociais e econômicas.

Fontes: www.historiadomundo.com.br
www.senado.leg.br

PARE DE



APOSTAR

MOTIVACIONAL

*** Você Merece Mais do que o Jogo Pode Oferecer**



Você pode estar se sentindo perdido, acreditando que o jogo é a única maneira de escapar dos problemas ou das frustrações da vida.

Mas eu quero que você saiba uma coisa: o jogo nunca será a resposta, ele promete mais do que pode entregar e, no final, sempre deixa um vazio maior.

Você merece mais do que isso, você merece uma vida plena, com momentos reais de felicidade, não fugindo para um mundo de ilusões.

O jogo pode até oferecer momentos de prazer momentâneo, mas a verdadeira satisfação vem de conquistar seus objetivos na vida, de se relacionar de forma saudável, de ser a melhor versão de si mesmo.

PARE DE



APOSTAR

MOTIVACIONAL

*** Você Merece Mais do que o Jogo Pode Oferecer**

Você tem dentro de si a capacidade de mudar. Não importa há quanto tempo você luta contra isso, a mudança começa quando você decide agir.

Seja gentil consigo mesmo, mas nunca perca a coragem de seguir em frente, cada passo que você dá é uma vitória, e você merece comemorar cada um deles.



PARE DE



APOSTAR

CASSINOS ONLINE

A partir de *Veneza*, os cassinos se espalharam pela Europa, ganhando notoriedade na Itália e na França, em Paris, surgiu o tradicional jogo de roleta, os primeiros registros de jogos de azar são os cartões *Keno* dos chineses da *Dinastia Han*, entre 187 a 205 a.C, acredita-se que essas loterias ajudaram a financiar projetos governamentais importantes, como a Grande Muralha da China.

Já sabemos muito sobre a trajetória deste mercado de cassino online em termos gerais, que ofereceram uma forma muito mais simples, prática e barata de ter uma experiência parecida com a que qualquer jogador gostaria de ter em um cassino clássico (*físico*) e que foram possíveis graças ao avanço tecnológico proporcionado por estas plataformas, além de apresentar aparentemente algumas vantagens como a variedade de jogos e métodos de pagamento e saque via PIX.

O primeiro cassino online foi lançado em 1994, com o avanço da tecnologia, os jogos de cassino online se tornaram mais sofisticados e realistas.

Sabemos que a grande rede de computadores surgiu nos anos de 1990 e, com ela, as possibilidades infinitas que poderiam ser aproveitadas em uma rede digital que conecta milhões de pessoas.

PARE DE



APOSTAR

CASSINOS ONLINE

É claro que centenas de mercados já começaram a surgir no ambiente online, aplicando uma série de vantagens que as plataformas digitais poderiam oferecer, o mercado de cassinos online foi um deles, mas é bem difícil definir qual teria sido a primeira plataforma de cassino online a ser lançada na internet.

É sabido que duas empresas sempre estiveram à frente e estavam lá quando este mercado iniciou: Microgaming e Cryptologic, estas duas empresas sempre clamaram o título de precursoras de todo o mercado de jogos online de cassino que podemos observar atualmente.

Contudo, para definir qual delas foi a primeira, temos de avaliar as duas histórias bem de perto para poder decidir.



A Microgaming é, até os dias de hoje, uma das maiores desenvolvedoras de jogos online de cassino, uma empresa que já estava funcionando em pleno vapor

nos anos 90, ela viu na grande rede de computadores uma chance de desenvolver jogos que pudessem ser jogados online.

PARE DE



APOSTAR

CASSINOS ONLINE

Em 1994, a Microgaming começou a produzir estes jogos de cassino com o intuito de oferecê-los em plataformas de cassino digitais.

Os jogos, contudo, foram completamente produzidos e disponibilizados no ambiente digital apenas em 1995, mas esta não era uma plataforma de cassino online.

A desenvolvedora partiu então para desenvolver uma plataforma que pudesse comportar os jogos e oferecer uma interface para que qualquer um pudesse acessá-los, com isso, nasceu o "*The Gaming Club*" por volta de 1996, um cassino online onde os seus usuários poderiam jogar e apostar em jogos de cassino, mas na época, a tecnologia de pagamento online era limitada e, para o usuário realizar depósitos, era necessário ligar para a empresa e passar os dados do cartão.

Muito diferente do Microgaming, o Cryptologic era uma fintech ainda nos anos 90 e desenvolveu uma



cryptologic

ferramenta de pagamentos digitais que funcionava sem

www.paredeapostar.com.br

031

PARE DE



APOSTAR

CASSINOS ONLINE

complicações, o que foi considerado uma grande inovação para a época.

Buscando uma forma de testar em campo a sua ferramenta, a Cryptologic formou parcerias com subsidiárias e plataformas para criar o seu próprio cassino online, chamado de *InterCasino*.

O *InterCasino* foi lançado por volta de 1996 em sua versão Beta, uma plataforma completa que, na época, oferecia jogos de cassino de diversos tipos, além disso, o jogador podia fazer os seus depósitos e saques diretamente na plataforma, já que a Cryptologic possuía a sua ferramenta de pagamentos digitais, uma comodidade muito bem recebida em todos os tipos de plataformas.

Conclusão:

Não se sabe exatamente a data de lançamento das duas plataformas que vimos neste artigo, mas a grande maioria dos especialistas do mercado conferem ao “*The Gaming Club*” o título de primeiro, a discussão, porém, pode ser mais complicada do que uma simples data, tendo em vista que o *InterCasino* foi lançado como um cassino online mais completo.

PARE DE



APOSTAR

CASSINOS ONLINE

De qualquer forma, estas são as duas plataformas que pavimentaram o mercado e cassino online para que chegasse ao que é atualmente.

Você sabe qual é o segredo do algoritmo dos Cassinos Online?

Já sabemos que os cassinos online surgiram em meados de 1994, onde a internet ainda não tinha o peso que tem hoje na sociedade, hoje, a oferta é impressionante, em apenas alguns cliques temos acesso a milhares de ofertas de jogos no universo do cassino online.

Sendo um mercado em crescimento existem enormes burocracias e medidas que se tem que tomar no desenvolvimento de qualquer jogo, e é nesse sentido que vamos explicar como é que estes jogos funcionam.

RNG: Random Number Generation

Traduzindo: Geradores de Números Aleatórios

A espinha dorsal dos cassinos online são as “*Slots Machines*” e estas regem-se por vários parâmetros, para além de claro, a estética do próprio jogo, que é estudada e criada de forma inconscientemente atrair o jogador, existe o

PARE DE



APOSTAR

CASSINOS ONLINE

mecanismo interior do jogo, que é o principal para o seu funcionamento.



São vários os cassino online no Brasil com *Slots Machines* os famosos caça-níqueis do jogo do bicho chamado “*Maquininhas*”, vocês entenderam meus amigos, pegaram uma “*Maquinha*” do jogo do bicho e fizeram ela virtual e ai você já sabem no que aconteceu, essas “*maquininhas online*” regem-se por um algoritmo matemático denominado por **RNG** e **RTP**, estes dois conceitos permitem que, de forma aleatória, os jogadores vençam numa sequência que seja agradável para o jogador e rentável para a “*Maquininha*”.

PARE DE



APOSTAR

CASSINOS ONLINE

Mas na verdade, em que consiste mesmo o **RNG**?

Estes mecanismos não têm memória, o software não sabe se o jogador ganhou ou perdeu, se iniciou o jogo há dois minutos ou se iniciou há mais de duas horas, todas estas combinações são determinadas e definidas através de algoritmos matemáticos.



Por exemplo, imagine que a Slot “Maquininha” que está a jogar apresenta 96% de **RTP**, significa que o Cassino reserva para si (casa) 4% do valor total apostado nessa slot “Maquininha”, por todos os jogadores, e entrega 96% desse valor aos

apostadores.

Poderá também efetuar a conta de forma reversa, tendo a slot 96% de RTP significa que por cada R\$ 100

PARE DE



APOSTAR

CASSINOS ONLINE

apostados os jogadores recebem R\$ 96, no entanto, é essencial entender que a porcentagem de retorno é baseada em milhares ou até mesmo em milhões de rodadas.

Significando assim que não pode esperar ganhar R\$ 96 sempre que aposta R\$ 100.

Poderá atingir uma série de rodadas vencedoras e ter lucro, como também pode ser um período menos afortunado e não ganhar nada.

Lembre-se sempre que o RTP é calculado a longo prazo e pelas jogadas totais dos jogadores nessa slot.

Alguém controla os Cassinos Online e os seus softwares?

“Com certeza que sim. Resumindo é melhor não jogar por que no final você sempre vai perder e se frustrar.”

PARE DE



APOSTAR

MOTIVACIONAL

* A Vitória Está em Parar de Jogar



Muitas vezes, a sensação de "precisar ganhar" pode ser mais forte que a vontade de desistir, e essa sensação muitas vezes leva a mais

e mais perdas, criando um ciclo vicioso difícil de quebrar.

Eu sei como é difícil olhar para trás e ver as escolhas feitas, mas também sei que, no momento que você decide parar de jogar, a verdadeira vitória começa.

A vitória não está em ganhar um jogo, mas em ganhar de volta a sua vida, em retomar o controle de suas decisões, em reencontrar a esperança e em construir um futuro sem o peso do vício.

Você tem o poder de tomar a decisão de mudar.

PARE DE



APOSTAR

MOTIVACIONAL

* A Vitória Está em Parar de Jogar

Cada momento que você escolhe não jogar é uma conquista, a cada dia, você estará mais forte, mais confiante, e mais próximo de se libertar dessa armadilha, seja paciente com você mesmo, mas não desista.

O caminho da recuperação pode ser longo, mas é cheio de possibilidades, e o melhor de tudo: é um caminho que só você pode trilhar.

PARA OBTER A VITÓRIA,
É PRECISO ACREDITAR
QUE ELA É POSSÍVEL! 🤗

PARE DE



APOSTAR

LUDOPATIA

A ludopatia é um transtorno que afeta as pessoas que não conseguem resistir ao impulso de jogar.

O jogo compulsivo ou patológico acaba sendo mais forte que o autocontrole, causando uma forte dependência.

Quando não tratado a tempo, o distúrbio chega a comprometer completamente a condição financeira da pessoa.

O primeiro passo para superar a ludopatia é reconhecer o problema, já que muitos que sofrem com o *vício* acham que só jogam por diversão.



PARE DE



APOSTAR

LUDOPATIA

O que é a ludopatia?

Ludopatia é um transtorno reconhecido pela *Organização Mundial da Saúde* (OMS) na sua classificação Internacional de Doenças, o qual afeta as pessoas de forma patológica, as quais ficam reféns da compulsão pelo jogo.

De acordo com evidências científicas, os indivíduos diagnosticados com ludopatia são tão dependentes dos jogos quando aqueles que sofrem com dependência química.

Quem sofre da doença não consegue controlar a compulsão e parar de jogar.

O ato acaba sendo um círculo vicioso, em que a pessoa joga, se arrepende quando perde dinheiro, sofre por isso e, na tentativa de recuperar o que perdeu, volta a jogar.

No momento do arrependimento e da culpa, o jogador chega a prometer que abandonará o vício, mas nem sempre consegue cumprir.

De acordo com alguns especialistas, jogadores

PARE DE



APOSTAR

LUDOPATIA

patológicos precisam jogar cada vez mais, e correr sempre mais riscos, com a finalidade de obter prazer.

E os criadores de jogos, conhecedores do comportamento humano, bem sabem disso e se utilizam destes aspectos para desenvolver atividades cada vez mais estimulantes.

Quais são as causas da ludopatia?

Quando falamos sobre as causas que levam uma pessoa a tornar-se um jogador patológico, não podemos nos referir a uma única razão.

A origem de qualquer problema mental é multicausal na maioria das vezes.

Existem vários fatores que são encontrados, tais como: fatores ambientais, biológicos, sociais, educacionais, de personalidade, que se combinam para dar origem a esse distúrbio.

PARE DE



APOSTAR

LUDOPATIA

Podemos destacar.

- ⌘ *Depressão*
- ⌘ *Ansiedade*
- ⌘ *Histórico familiar*
- ⌘ *Necessidade de pertencer a um grupo*
- ⌘ *Falta de comunicação em família*
- ⌘ *Sensação de ter sorte e possibilidade de ganhar*
- ⌘ *Relações sociais de risco*
- ⌘ *Convivência de jogos na infância, sem limites*

Quais são os sintomas da ludopatia?

Diferentemente da maioria dos jogadores casuais, que param quando perdem ou estipulam um limite para perder, pessoas com compulsividade para o jogo não conseguem parar mesmo depois de perder muito dinheiro, um padrão que se torna cada vez mais destrutivo ao longo do tempo.

PARE DE



APOSTAR

LUDOPATIA

Os sinais e sintomas incluem ainda:

- ⌘ *Planejar continuamente como ganhar mais dinheiro com apostas.*
- ⌘ *Sentir a necessidade de apostar mais e mais dinheiro para conseguir a mesma emoção.*
- ⌘ *Tentar controlar, reduzir ou parar as apostas, sem sucesso.*
- ⌘ *Sentir-se inquieto ou irritado ao reduzir as apostas.*
- ⌘ *Apostas para escapar de problemas ou aliviar sentimentos de desesperança, culpa, ansiedade ou depressão.*
- ⌘ *Tentar recuperar o dinheiro perdido com mais apostas (recuperação de perdas).*

PARE DE



APOSTAR

LUDOPATIA

- ⌘ *Mentir para os membros da família ou outras pessoas para esconder a magnitude das apostas.*
- ⌘ *Ameaçar ou perder relacionamentos importantes, emprego, oportunidades acadêmicas ou de trabalho devido a apostas.*
- ⌘ *Praticar roubo ou fraude para recuperar o dinheiro das apostas com o medo de ser descoberto e não aceito pela família, o ludopata frequentemente esconde seu vício.*

Quais são os tipos de ludopatia?

Os tipos mais comuns são relacionados aos jogos de azar, em que o indivíduo precisa apostar uma quantidade de dinheiro para tentar receber algum benefício.

Nessa categoria, estão os jogos como: caça-níquel, bingo, competições esportivas, loterias, jogos de baralho, roleta e jogos de cassino.

Há ainda a ludopatia cibernética, com os jogos adaptados para o computador ou celular.

PARE DE



APOSTAR

LUDOPATIA



Ao mesmo tempo em que os jogos virtuais podem desenvolver habilidades, como capacidade estratégica, podem levar ao vício e aos problemas relacionados à dependência.

Especialistas alertam sobre a importância de se prevenir a ludopatia infantil.

O vício em jogos pode ser muito prejudicial para crianças e adolescentes uma vez que a parte do cérebro responsável pelo autocontrole somente é desenvolvida por completo depois dos 25 anos.

Por isso, os pais devem estabelecer limites às crianças e aos adolescentes, para que uma simples atividade de distração não se torne um vício.

PARE DE



APOSTAR

LUDOPATIA

Quais são as consequências da ludopatia?

As consequências da ludopatia são econômicas e psicológicas uma vez que o jogador compulsivo não consegue parar, mesmo com dívidas.

Dificuldades financeiras causadas pelo dinheiro perdido com o jogo, normalmente, também há problemas familiares e no trabalho, já que o transtorno acaba afetando as relações.

Ainda como consequências da ludopatia estão a alteração no comportamento e na rotina, o isolamento social, a insônia, a irritação e a agressividade.

Como superar a ludopatia?

Primeiro é preciso reconhecer que a doença existe e que não se tratam de jogos ocasionais e, sim, de um vício.

É importante desenvolver o autocontrole e aprender

PARE DE



APOSTAR

LUDOPATIA

qual é o limite, não se deixando ser capturado pela dependência.

Os grupos de apoio, como os jogadores anônimos, também são uma importante ajuda para controlar a ludopatia.

Com o lema de "um dia de cada vez" nos grupos é possível trocar experiências, técnicas de controle e tentar reverter os danos causados pelo vício.

Criei um grupo no Telegram onde, todas as quintas-feiras, os membros se reúnem para um bate-papo livre e acolhedor sobre o tema, lá, você pode compartilhar experiências sem medo, sem julgamentos, e com total liberdade para ser você.

Ao adquirir este guia, você recebeu um link de acesso ao grupo, não perca essa oportunidade de se conectar com pessoas que realmente entendem você! Entre, abra seu coração e desabafe o quanto precisar. Você não está sozinho!!!

Junte-se a nós e faça parte dessa comunidade!

PARE DE



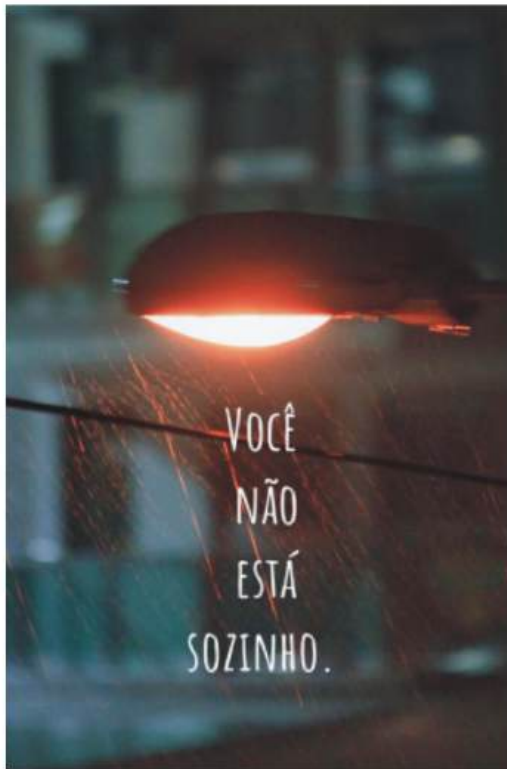
APOSTAR

MOTIVACIONAL

* Você Não Está Sozinho

Eu sei como pode ser difícil falar sobre o vício, muitas vezes, nos sentimos envergonhados ou temerosos do julgamento dos outros.

Mas a verdade é que você não está sozinho.



Muitos enfrentam o mesmo desafio, e muitos já conseguiram superar.

A recuperação começa com o simples ato de admitir que você precisa de ajuda.

Isso não é fraqueza, é coragem, coragem de encarar seus medos e de buscar a liberdade.

Não importa o quanto você tenha perdido no passado, o que importa é o que você decide

fazer agora.

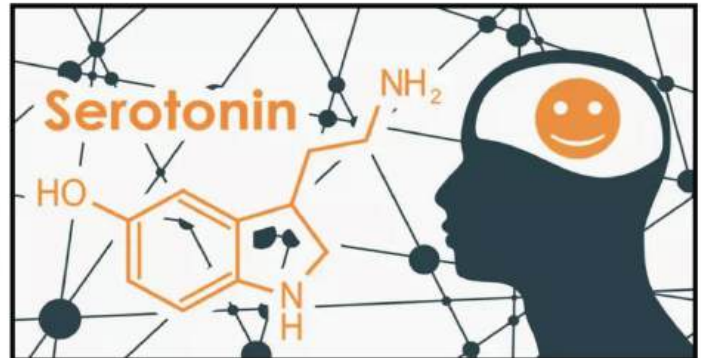
O futuro está cheio de novas possibilidades.

Você merece um novo começo, um futuro sem o peso do vício, você pode vencer, e essa vitória está ao seu alcance.



SEROTONINA

A serotonina é um neurotransmissor que atua no cérebro, estabelecendo comunicação entre as células nervosas, podendo também ser encontrada no



sistema digestivo e nas plaquetas do sangue.

Esta molécula, também conhecida por "hormônio da felicidade" é produzida a partir do aminoácido triptofano, que é obtido através dos alimentos.

A serotonina atua regulando o humor, sono, apetite, ritmo cardíaco, temperatura corporal, sensibilidade e funções cognitivas e, por isso, quando se encontra numa baixa concentração, pode causar mau humor, dificuldade para dormir, ansiedade ou mesmo depressão.

Uma das formas de aumentar a concentração de serotonina na corrente sanguínea é consumindo alimentos ricos em triptofano, praticar exercícios físicos com regularidade e, em casos mais severos, tomar remédios de acordo com a orientação do neurologista.

PARE DE



APOSTAR

SEROTONINA

Para que serve a serotonina?

As principais funções da serotonina são:

1. Regula o humor

A serotonina atua no cérebro regulando a ansiedade, aumentando a felicidade e melhorando o humor e, por isso, baixos níveis desta molécula podem causar ansiedade e levar à depressão.

2. Regula o sono

A serotonina um neurotransmissor que também estimula as regiões no cérebro que controlam o sono e o despertar.

3. Atua nos movimentos do intestino

A serotonina encontra-se em grande quantidade no estômago e no intestino, ajudando no controle da função e dos movimentos do intestino.

4. Regula as náuseas

A produção de serotonina aumenta quando o



SEROTONINA

organismo necessita eliminar substâncias tóxicas do intestino, como, por exemplo, em casos de diarreia.

Esse aumento estimula também uma região do cérebro que controla a náusea.

5. Coagulação sanguínea

As plaquetas do sangue liberam serotonina para ajudar a cicatrizar feridas.

A serotonina leva à vasoconstrição, facilitando assim a coagulação do sangue.

6. Saúde óssea

A serotonina desempenha um papel na saúde dos ossos, sendo que o seu desequilíbrio pode ter um impacto negativo.

Níveis significativamente altos de serotonina nos ossos podem tornar os ossos mais fracos, aumentando o risco de sofrer de osteoporose.



SEROTONINA

7. Função sexual

A serotonina é uma substância que está relacionada com a libido e, por isso, alterações dos seus níveis, podem alterar o desejo sexual.

Alimentos para aumentar a Serotonina

- :: Chocolate preto;
- :: Ovo;
- :: Banana;
- :: Abacaxi;
- :: Tomate;
- :: Carnes magras e baixas em gordura;
- :: Leite;
- :: Cereais integrais;
- :: Legumes;
- :: Espinafres;
- :: Aspargos.

Além desses, os alimentos ricos em ômega-3, como

PARE DE



APOSTAR

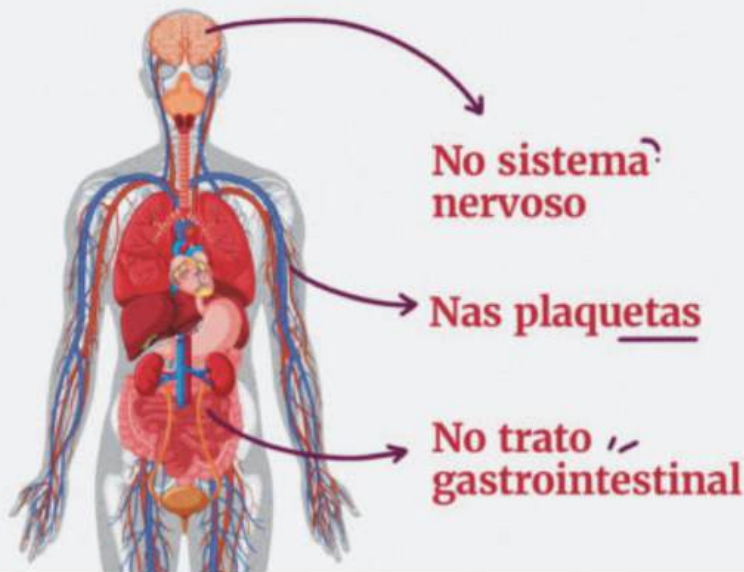
SEROTONINA

o salmão, sardinha, truta e frutos secos, são boas fontes de serotonina.

É recomendado que esses alimentos seja incluídos na alimentação do dia a dia em pequenas porções e várias vezes ao dia.

Uma boa opção é tomar uma vitamina de banana no café da manhã, comer um peito de frango grelhado com salada de tomate, no almoço, e tomar uma taça de vinho tinto, após o jantar.

A **serotonina** pode ser encontrada:



PARE DE



APOSTAR

DOPAMINA



A Dopamina é um hormônio neurotransmissor produzido principalmente pelo cérebro e que atua transmitindo informações criadas pelo sistema nervoso.

Esse mensageiro do nosso corpo, quando liberado, produz principalmente a sensação de bem estar.

PARE DE



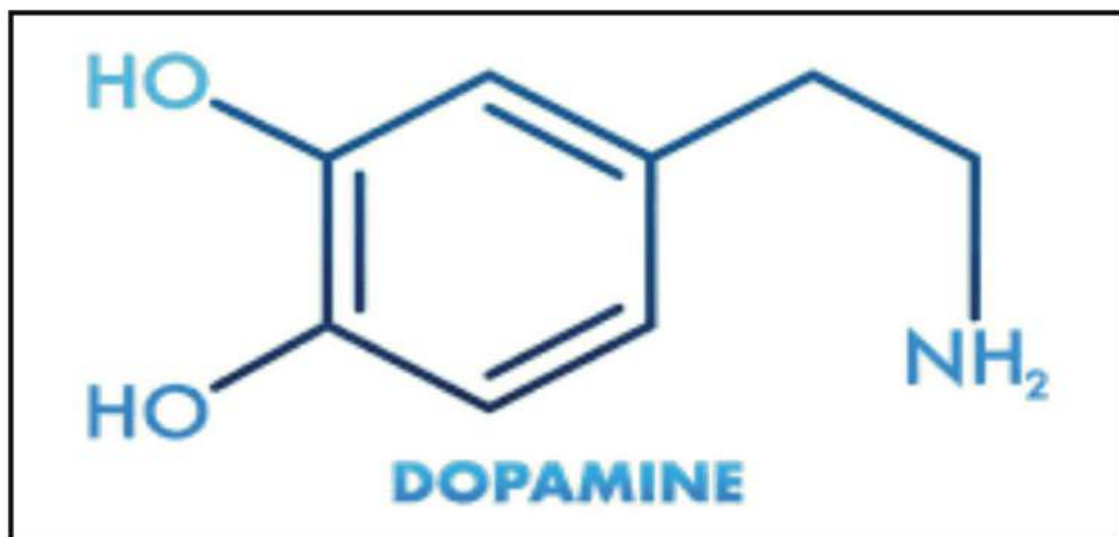
APOSTAR

DOPAMINA

Dopamina: o que é e o que ela faz no nosso corpo

A dopamina é uma amina biogênica do grupo das catecolaminas, pois é produzida a partir da descarboxilação do aminoácido tirosina.

Trata-se de um composto químico, cujo nome pela IUPAC é 3,4-dihidroxi-feniletanamina e possui fórmula molecular que é C₈H₁₁NO₂.



A dopamina é um hormônio neurotransmissor produzido principalmente pelo cérebro e que atua transmitindo informações criadas pelo sistema nervoso.

PARE DE



APOSTAR

DOPAMINA

Esse mensageiro do nosso corpo, quando liberado, produz principalmente a sensação de bem estar.

Síntese da dopamina e liberação no organismo

A dopamina é biossintetizada a partir do aminoácido tirosina.

Os locais do corpo onde ocorrem a síntese da dopamina são: glândula suprarrenal e em quatro regiões do cérebro: nigroestriatal, mesolímbica, mesocortical e túberoinfundibular.

O aminoácido precursor da dopamina, a tirosina, é obtido através da alimentação e produzido em pequenas quantidades no fígado através da fenilalanina.

A produção de dopamina inicia com a conversão de tirosina (*4-hidroxifenilalanina*) em L-dopa (*L-3,4-diidroxifenilalanina*) pela ação da enzima tirosina hidroxilase fazendo com que ocorra a oxidação do composto.

PARE DE



APOSTAR

DOPAMINA

L-dopa, por sua vez, tem um grupo carboxila removido para produção da dopamina, catalisada pela enzima aminoácido aromático descarboxilase.

A dopamina (3,4-dihidroxi-feniletanamina) é o produto final de síntese das catecolaminas nos neurônios dopaminérgicos.

Após produzida, a dopamina é transportada do citoplasma e armazenada nas vesículas intracelulares.

A liberação ocorre pela estimulação da célula nervosa e o neurotransmissor passa para o espaço sináptico por meio da exocitose.

No organismo, a dopamina é liberada durante a prática de exercícios, meditação, o ato sexual e mesmo quando estamos comendo algo apetitoso.

Relacionado com o desejo de comer, pois ele atua desencadeando a sensação de prazer ao receber recompensas naturais, como os alimentos.

PARE DE



APOSTAR

DOPAMINA

Existem 5 tipos de receptores dopaminérgicos. São eles: Classe D1 (D1 e D5) e Classe D2 (D2, D3 e D4).

Essas classes tratam-se de proteínas receptoras acopladas à proteína G.

D1 e D5 são receptores estimulatórios, ou seja, eles possuem um efeito ativador na célula, pois vão estimular a função celular e desencadear respostas diferentes em cada tecido do corpo, já D2, D3 e D4 atuam como inibitórios, pois atuam diminuindo níveis celulares.

Veja esses exemplos de atuação: enquanto D1 pode atuar na estimulação do apetite, fazendo com que a pessoa coma mais, D2 pode inibir a vontade de consumir alimento, pois indica que a pessoa já está saciada.

Os receptores dopaminérgicos distribuem-se de maneiras distintas no cérebro.

Exemplos de regiões em que são observadas a presença dos receptores são: estriado (D1), lactótrofos da adeno-hipófise (D2), sistema límbico (D3), córtex frontal (D4) e hipocampo (D5).

PARE DE



APOSTAR

DOPAMINA

Vias dopaminérgicas: localização e atuação da dopamina

As quatro principais vias dopaminérgicas fazem com que a dopamina desenvolva suas diferentes funções no corpo.

São elas: A via mesolímbica compreende o eixo área tegmentar ventral (ATV) do mesencéfalo-sistema límbico e está relacionada com o reforço e a estimulação, ou seja, a dopamina é enviada quando o indivíduo é exposto a situações de prazer e recompensa.

A via mesocortical liga a área tegmental ventral (VTA) do mesencéfalo aos lobos frontais do córtex cerebral e está relacionada com a atenção, cognição e orientação.

A via nigrostriatal é a via que contém 80% da dopamina no cérebro e que estimulam os movimentos voluntários, ou seja, locomoção e movimento.

O início ocorre na substância negra do cérebro e o eixo estende-se até os glândulos da base.

PARE DE



APOSTAR

DOPAMINA

A via tuberoinfundibular compreende o eixo hipotálamo-hipófise e a dopamina regula a prolactina, hormônio relacionado à produção de leite e que também atua no metabolismo, satisfação sexual e sistema imunológico.

Neurotransmissores: dopamina, serotonina, adrenalina e noradrenalina

Dopamina, serotonina, adrenalina e noradrenalina são aminas biogênicas, ou seja, compostos orgânicos cujas estruturas possuem o elemento nitrogênio e que são produzidos pelo organismo.

A dopamina, adrenalina e a noradrenalina fazem parte das catecolaminas, pois possuem na sua estrutura o radical catecol, sendo derivadas do aminoácido tirosina e produzidas em terminações nervosas simpáticas.

Já a serotonina é uma indolamina, devido à presença do radical indol e sintetizada a partir da hidroxilação e carboxilação do aminoácido triptofano nos neurônios serotoninérgicos.

PARE DE



APOSTAR

DOPAMINA

A dopamina é resultado da oxidação da tirosina, convertendo-a em L-dopa e, posteriormente, ocorre a descarboxilação do composto que promove o surgimento da dopamina.

A dopamina é armazenada nas vesículas sinápticas dos neurônios dopaminérgicos, a enzima dopamina hidroxilase converte a dopamina em noradrenalina nos neurônios adrenérgicos e noradrenérgicos.

A metilação da noradrenalina faz com que na medula supra-renal e em alguns neurônios seja produzida a adrenalina.

História da dopamina e uso medicinal

A dopamina foi sintetizada em laboratório no início do século XX, pelo cientista inglês *George Barger* (1878-1939).

Mais tarde, em 1958, os químicos suecos *Arvid Carlsson* e *Nils-Ake Hillarp*, descobriram funções atribuídas a essa substância, sobretudo como um neurotransmissor.

PARE DE



APOSTAR

DOPAMINA

A dopamina é utilizada como alvo terapêutico em distúrbios do sistema nervoso central, resultados da sua diminuição, como a doença de Parkinson e a esquizofrenia.

Muitas drogas psicoativas estão associadas a liberação de dopamina, e portanto, à dependência química (*vício*).

A dopamina desempenha um papel central no desenvolvimento de vícios, incluindo o vício em jogos de azar e cassinos online.

Aqui está uma análise detalhada de como esse neurotransmissor funciona nesses casos:



PARE DE



APOSTAR

DOPAMINA



1. O Papel da Dopamina no Sistema de Recompensa.

A dopamina é um neurotransmissor que regula a motivação, o prazer e o aprendizado, no cérebro, ela está fortemente associada ao sistema de recompensa, um circuito neural que reforça comportamentos que levam à sensação de prazer.

Quando uma pessoa experimenta algo prazeroso (como ganhar em um jogo de azar), o cérebro libera dopamina, criando uma sensação de euforia, isso incentiva a reprodução desse comportamento, mesmo que os riscos sejam altos.

PARE DE



APOSTAR

DOPAMINA

2. Dopamina e o Vício em Jogos de Azar.

Os jogos de azar ativam o sistema de recompensa da mesma forma que drogas como cocaína ou nicotina, mas de forma mais sutil e psicológica, os fatores que afetam o vínculo incluem:

:: **Recompensas variáveis (*Reflexo de Skinner*):** Cassinos e jogos online usam mecanismos de recompensa intermitente (*you win de vez em quando*), isso gera um reforço positivo, levando o cérebro a liberar dopamina mesmo com perdas frequentes.

:: **Quase-vitórias:** Quando um jogador chega perto de ganhar, a dopamina é liberada, fazendo o cérebro acreditar que a vitória está próxima e incentivando a continuação do jogo.

:: **Reforço emocional:** Emoções intensas, como motivação e frustração, aumentam a atividade dopaminérgica, tornando uma experiência viciante.

PARE DE



APOSTAR

DOPAMINA



3. Por que a Dopamina Mantém o Vício?

Com o tempo, o cérebro se adapta à liberação frequente de dopamina, diminuindo sua sensibilidade ao neurotransmissor, isso gera tolerância, onde o jogador precisa apostar mais para sentir a mesma razão, além disso:

:: Diminuição da dopamina basal: Fora do jogo, a pessoa sente menos prazer em atividades comuns, levando à compulsão de continuar jogando.

:: Gatilhos ambientais: Som, luzes, jingles de cassinos e até notificações de jogos online podem ativar o sistema de recompensa.

:: Efeito de perda evitada: O cérebro reage mais fortemente à perda do que ao ganho, incentivando apostas maiores para recuperar o dinheiro perdido.

PARE DE



APOSTAR

DOPAMINA

4. Jogos de Azar Online e Intensificação do Vício.

Plataformas digitais, como cassinos online e apostas esportivas (BETs), maximizam o efeito viciante ao:

- :: Disponibilizar jogos 24 horas por dia, 7 dias por semana, eliminando barreiras físicas.
- :: Oferecer recompensas rápidas e simples.
- :: Criar uma ilusão de controle (como apostar em eventos esportivos, onde a pessoa acredita que sua estratégia influencia o resultado).
- :: Usar inteligência artificial para personalizar a experiência e manter o usuário engajado.

Conclusão

O vício em jogos de azar funciona de maneira semelhante ao vício em drogas porque ambos exploram o sistema de recompensa cerebral, promovendo descargas de dopamina que reforçam o comportamento.

PARE DE



APOSTAR

DOPAMINA

A combinação de recompensas variáveis, quase-vitórias e reforços emocionais faz com que o cérebro priorize o jogo, tornando-o compulsivo.

Cassinos online potencializam esse efeito ao oferecer acessibilidade e estímulos constantes.

**SATISFAÇÃO RÁPIDA
E IMEDIATA**

DOPAMINA




PARE DE



APOSTAR

MOTIVACIONAL

* Reconheça Sua Força Interior

 PENSADOR

A fé é sua maior força
interior para enxergar
uma luz na imensa
escuridão.

Aline Maninho

O vício em cassino online pode ser uma prisão silenciosa.

As apostas parecem inofensivas no começo, mas com o tempo elas se tornam uma obsessão.

O que começou como diversão, vai se transformando em algo que você não consegue mais controlar, mas não é o seu vício.

Você é uma pessoa capaz, com habilidades, sonhos e um futuro cheio de possibilidades, não deixe que um jogo de azar defina quem você é.

www.paredeapostar.com.br

068

PARE DE



APOSTAR

MOTIVACIONAL

* Reconheça Sua Força Interior

Reconheça sua força interior, porque ela sempre esteve aí, esperando para ser despertada.

Cada vez que você decide se afastar do cassino online, você está mostrando a si mesmo que é possível tomar o controle.

Cada vez que você diz "não" a uma aposta, você está dizendo "sim" para uma vida melhor.

A mudança não será fácil, mas você é mais do que capaz de fazer isso.

Acredite em si mesmo.



PARE DE



APOSTAR

JOGO DE AZAR

O que acontece no nosso cérebro que nos faz ficar viciados em jogos de azar

- *Muita gente recorreu aos jogos de azar online durante a pandemia.*

E embora grande parte de nós seja capaz de apostar recreativamente, sem sérios impactos negativos, a pandemia levou a um aumento na dependência deste tipo de jogo.

O Reino Unido, por exemplo, observou o maior aumento de mulheres procurando ajuda de todos os tempos.

'Como meu filho passou de gamer a apostador compulsivo'.

Falácia do jogador: os pequenos erros matemáticos que podem levar à ruína.

Esta dependência pode acarretar problemas de saúde mental, cognição e relacionamentos, além de levar à falência e à criminalidade.

PARE DE



APOSTAR

JOGO DE AZAR

POR QUE VOCÊ NÃO PARA DE JOGAR?

Diferentemente da dependência em álcool e drogas, em que os sintomas são fisicamente perceptíveis, o vício em jogos de azar apresenta sinais menos óbvios.

No artigo, publicado na revista *The Lancet Psychiatry*, analisa pesquisas sobre a dependência de jogos de azar e faz recomendações sobre a melhor forma de prevenir e tratar a condição.

O jogo de azar é um grande problema, de acordo com a estimativa mais recente da *Organização Mundial da Saúde* (OMS), em 2016 a perda global anual dos apostadores foi estimada em US\$ 400 bilhões, *isso mesmo 400 bilhões, BILHÕES de Dólares.*

Em 2021, a Comissão de Jogos do Reino Unido estimou a prevalência do distúrbio do jogo compulsivo em 0,4% da população mundial, aproximadamente 32,36 milhões de pessoas.

Outro levantamento mostrou que as taxas mais altas de compulsão por jogos de azar estavam na Ásia, seguidas pela Australásia e América do Norte, com taxas mais baixas na Europa.

PARE DE



APOSTAR

JOGO DE AZAR

Os pesquisadores desenvolveram simulações de jogos (que eles chamam de tasks — "tarefas") para medir o vício em jogos de azar, como o *Iowa Gambling Task* e o *CANTAB Cambridge Gambling Task*.

Neste último, que avalia a tomada de decisões e apostas arriscadas, os participantes são solicitados a adivinhar se uma ficha amarela está escondida dentro de uma caixa azul ou vermelha, com as proporções de caixas azuis e vermelhas mudando ao longo do tempo.

Eles podem então decidir quantos de seus pontos apostar em sua escolha.



Se acertam, os pontos são adicionados ao seu total, mas se perdem, os pontos são subtraídos.

Eles são instruídos a tomar cuidado para não "ir à falência" — perdendo todos os pontos.

PARE DE



APOSTAR

JOGO DE AZAR

Esta tarefa pode detectar os apostadores que "*correm risco*" de desenvolver distúrbio de jogo compulsivo, mas podem ainda não ter chegado lá; — sobretudo se apresentarem sinais de impulsividade.

Por meio destas tarefas, as pesquisas mostraram que apostar, em indivíduos saudáveis, é mais comum em pessoas entre 17 e 27 anos e diminui à medida que envelhecemos.

Outro estudo revelou que jogadores com problemas de dependência tendem a aumentar suas apostas ao longo do tempo e acabam indo à falência, a dependência de álcool e nicotina também tem sido associada a uma maior compulsão por apostas.

O cérebro do jogador

A partir de estudos de neuroimagem, fica claro que existem várias regiões do cérebro associadas ao jogo de azar.

Pesquisas mostraram que regiões importantes

PARE DE



APOSTAR

JOGO DE AZAR

associadas à tomada de decisão arriscada incluem o córtex pré-frontal ventromedial (envolvido na tomada de decisão, memória e regulação das emoções); o córtex frontal orbital (que ajuda o corpo a responder às emoções); e a ínsula (que regula o sistema nervoso autônomo).

Os jogadores compulsivos podem, portanto, apresentar uma maior atividade nestas áreas.

Quando os jogadores observam o resultado de sua aposta, eles também apresentam uma ativação cerebral aumentada no sistema de recompensa do cérebro, incluindo o núcleo caudado, e isso pode ser particularmente forte em pessoas viciadas em jogos de azar.

A “DOPAMINA”, neurotransmissor que ajuda as células nervosas a se comunicarem, também é conhecida por ser uma importante substância química no sistema de recompensa do cérebro.

Um estudo mostrou que jogadores compulsivos apresentaram níveis significativamente mais altos de

PARE DE



APOSTAR

JOGO DE AZAR

excitação quando a dopamina foi liberada em seus cérebros em comparação com pessoas saudáveis.

A liberação de dopamina parece reforçar a compulsão por jogos por meio do aumento dos níveis de excitação, reduzindo a inibição de decisões arriscadas ou uma combinação de ambos.

Além disso, foi demonstrado que o núcleo accumbens, que desempenha um papel no processamento da recompensa, está envolvido em comportamentos de risco em adolescentes e adultos.

Esta região é rica em dopamina e sugere um papel adicional da dopamina em comportamentos de risco.

Como combater o vício em jogos de azar

Atualmente, o distúrbio do jogo compulsivo é diagnosticado por meio do *Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais* (DSM-5), publicado pela *Associação Americana de Psiquiatria*.

PARE DE



APOSTAR

JOGO DE AZAR

As diretrizes para o tratamento e gerenciamento do transtorno do Instituto Nacional para Excelência em Cuidados de Saúde do Reino Unido (*NICE, na sigla em inglês*) também estão sendo desenvolvidas e devem ser publicadas.

As opções atuais de tratamento incluem certas formas de terapia cognitivo-comportamental (que pode ajudar as pessoas a mudar padrões de pensamento) e grupos de autoajuda.



Alguns medicamentos, como os inibidores seletivos da recaptação da serotonina (*ISRSs*), podem ser eficazes na redução de aspectos dos sintomas do transtorno do jogo compulsivo, como a depressão.

Também sabemos que os receptores opioides no cérebro o ajudam a processar recompensas — e há muito tempo se suspeita que sejam impulsionadores da dependência.

PARE DE



APOSTAR

JOGO DE AZAR

Descobrimos que há algumas evidências indicando que uma droga chamada “*Naltrexona*”, que bloqueia os receptores opioides, pode ajudar algumas pessoas com transtorno do jogo compulsivo.

Mas são necessárias mais pesquisas antes que possa se tornar um tratamento padrão.

Há também coisas que você mesmo pode fazer para controlar seu hábito de jogar, O site *Live Well*, do sistema público de saúde britânico (*NHS*, www.nhs.uk), oferece informações sobre serviços disponíveis para jogadores compulsivos.

E dá dicas como pagar suas contas antes de fazer apostas, passar tempo com amigos e familiares que não jogam e lidar com suas dívidas.

Os jogadores também seriam sábios ao evitar ver o jogo como uma forma de ganhar dinheiro, parar de reprimir suas preocupações sobre o hábito de jogar e evitar usar cartões de crédito para pagar pelas apostas.

PARE DE

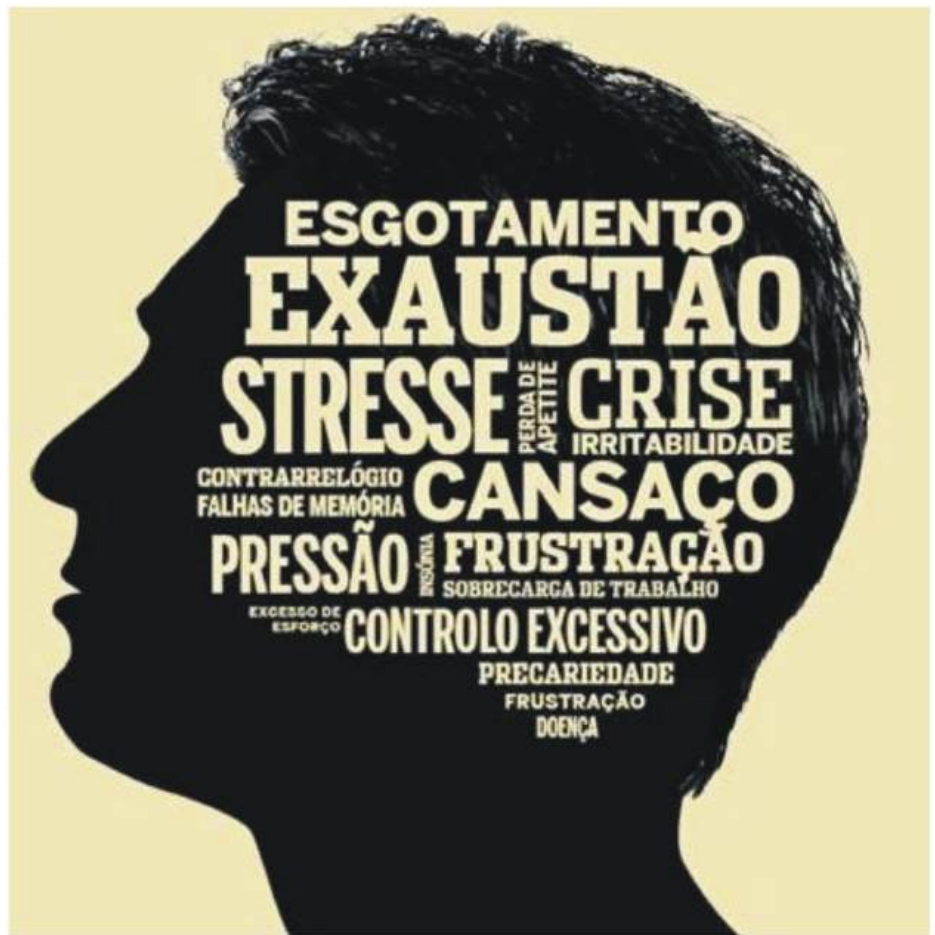


APOSTAR

JOGO DE AZAR

Assim como acontece com todos os problemas de saúde mental, o segredo é obter ajuda e tratamento precoces.

Isso é especialmente importante para que recompensas normais, como passar tempo com a família e desfrutar de caminhadas e exercícios, ainda sejam prazerosas e o sistema de recompensas não seja "sequestrado" pelo jogo.



**Barbara Jacquelyn Sahakian é professora de neuropsicologia clínica da Universidade de Cambridge, no Reino Unido.
Christelle Langley é pesquisadora associada de pós-doutorado em neurociência cognitiva na Universidade de Cambridge.*

*Henrietta Bowden-Jones é pesquisadora visitante honorária da Universidade de Cambridge.
Sam Chamberlain é professor de psiquiatria da Universidade de Southampton, também no Reino Unido.
Este artigo foi publicado originalmente no site de notícias acadêmicas The Conversation.*

www.paredeapostar.com.br

078

PARE DE



APOSTAR

MOTIVACIONAL

* Não Desista de Você Mesmo

Quando você está imerso no vício de jogos online, pode parecer que não há saída, as promessas de "grandes vitórias" podem te cegar para a realidade de perdas e frustrações.

Você começa a acreditar que nunca vai conseguir parar, que o jogo faz parte de quem você é, mas isso não é verdade.

Você não é o seu vício, você é alguém com enorme potencial, com sonhos e a capacidade de conquistar muito mais do que qualquer aposta poderia oferecer.

A primeira coisa que você precisa fazer é acreditar que você pode mudar.

Pode ser um processo difícil, mas você é capaz, Lembre-se: não há vergonha em pedir ajuda, não há fraqueza em reconhecer que precisa de apoio.

**NUNCA
DESISTA
DE
VOCÊ**

PARE DE



APOSTAR

MOTIVACIONAL

* Não Desista de Você Mesmo

O caminho para a recuperação pode ser desafiador, mas cada passo que você dá é um avanço rumo à liberdade.

Você merece uma vida livre do vício, não desista de si mesmo, porque o melhor de sua vida ainda está por vir, acredite em sua capacidade de transformação.

Você só vence
amanhã se não
desistir hoje.

PARE DE



APOSTAR

EPIDEMIA NO BRASIL

25 milhões de brasileiros apostaram nas BETs em 2024. Mais da metade buscam com isso algum "alívio financeiro". 86% estão endividados. E boa parte admite desviar suas reservas emergenciais para apostas e causar "prejuízos nas relações pessoais"

Por Gilberto Costa, na Agência Brasil
<https://agenciabrasil.ebc.com.br/>

Vinte e cinco milhões de pessoas passaram a fazer apostas esportivas em plataformas eletrônicas nos sete meses iniciais de 2024, de janeiro a julho, uma média de 3,5 milhões por mês.

Para se ter uma ideia dessa velocidade, o intervalo de tempo é menor do que o que o coronavírus levou para contagiar o mesmo número de pessoas no Brasil – 11 meses, entre 26 de fevereiro de 2020 e 28 de janeiro de 2021.

Em cinco anos, o número de brasileiros que apostaram nas chamadas BETs chegou a 52 milhões.

www.paredeapostar.com.br

081

PARE DE



APOSTAR

EPIDEMIA NO BRASIL

Do total, 48% são considerados novos jogadores – apostaram nos primeiros sete meses de 2024.

Os dados fazem parte de pesquisa de opinião do Instituto *Locomotiva*, aplicada entre os dias 3 e 7 de agosto.

O hábito de “*tentar a sorte*” nas plataformas eletrônicas atinge uma população no Brasil do mesmo tamanho do número de habitantes da Colômbia e superior à de países como Coreia do Sul, Espanha e Argentina.

O levantamento traçou um perfil dos apostadores de BETs, 53% são homens e 47% são mulheres, quatro de cada dez jogadores têm entre 18 e 29 anos; 41% estão na faixa etária de 30 a 49 anos; e 19% têm 50 anos ou mais.

Oito de cada dez são pessoas das classes CD e E; e dois de cada dez são classe A ou B.

Sete de cada dez apostadores costumam jogar pelo menos uma vez ao mês, 60% dos que já ganharam a aposta usam ao menos parte do valor do prêmio para tentar nova jogada.

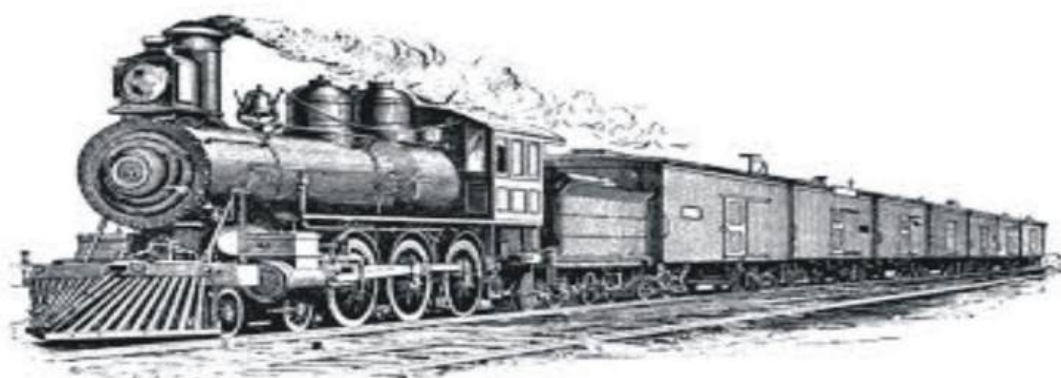
PARE DE



APOSTAR

EPIDEMIA NO BRASIL.

Para o presidente do Instituto *Locomotiva*, Renato Meirelles, a facilidade de fazer aposta nos celulares à mão, o apelo publicitário das BETs patrocinando times e campeonatos brasileiros, e a dinâmica do jogo são atrativos das plataformas de jogos online.



“A pessoa aposta em quem vai fazer o gol, se o gol será feito no primeiro ou no segundo tempo, como ficará a tabela do Campeonato Brasileiro, se alguém vai tomar cartão vermelho ou não...”

Essa lógica faz com que alguma coisa o sujeito ganhe.

No final ele perde mais do que ganha, mas essa sensação de ganho é uma sensação muito forte na cabeça dele.

E isso acaba permeando esse imaginário de que está sempre ganhando”, diz o presidente do Instituto Locomotiva.

www.paredeapostar.com.br

083

PARE DE



APOSTAR

EPIDEMIA NO BRASIL

Nome sujo

O Instituto *Locomotiva* também verificou que 86% das pessoas que apostam têm dívida e que 64% estão negativados na Serasa.

Do universo de pessoas endividadas e inadimplentes no Brasil, 31% jogam nas BETs.

“Quando uma pessoa endividada opta por apostar, muitas vezes na perspectiva de sair do endividamento, nós temos alguma coisa errada nisso”, pondera *Renato Meirelles*.

A situação econômica ajuda a entender por que “*ganhar dinheiro*” é a principal razão apontada para fazer apostas esportivas online (53%) acima de “diversão/entretenimento/prazer” (22%); “emoção e adrenalina” (10%); “passar o tempo” (7%); “curiosidade” (6%); e “aliviar o estresse”(2%).

Meirelles considera o fenômeno das apostas esportivas eletrônicas “uma pandemia” com efeitos sobre a saúde mental.

PARE DE



APOSTAR

EPIDEMIA NO BRASIL

A pesquisa levantou informações e opiniões sobre o impacto psicológico das apostas, 67% dos entrevistados conhecem pessoas que “estão viciadas em apostas esportivas”.

Estado emocional

Entre os entrevistados, há quem acredite que o jogo aumente a ansiedade (51%); causa mudanças repentinas de humor (27%); possa gerar estresse (26%) e sentimento de culpa (23%).

Quanto aos entrevistados que fazem apostas online, seis de cada dez admitem que a prática afeta o estado emocional e causa sentimentos negativos como ansiedade (41%); estresse (17%) e culpa (9%).



PARE DE



APOSTAR

EPIDEMIA NO BRASIL

O relatório da pesquisa assinala descontrole entre parte dos apostadores.

Segundo os dados, 45% dos entrevistados jogadores admitem que as apostas esportivas “já causaram prejuízos financeiros”, 37% dizem ter usado “dinheiro destinado a outras coisas importantes para apostar online” e 30% afirmaram ter “prejuízos nas relações pessoais”.

Mas também são apontados sentimentos positivos como emoção (54%); felicidade (37%) e alívio (11%), para 42% as apostas esportivas online “são uma forma de escapar de problemas ou emoções negativas.”

A pesquisa do Instituto *Locomotiva* entrevistou 2.060 pessoas, com 18 anos ou mais, de 142 cidades de todo o Brasil.

O levantamento foi feito entre os dias 3 e 7 de agosto 2024, por meio de telefone em plataforma de autopreenchimento.

A margem de erro é de 2,1 pontos percentuais em um intervalo de confiança de 95%.

PARE DE



APOSTAR

EPIDEMIA NO BRASIL

O crescimento de apostadores a partir de janeiro de 2024 ocorreu após a sanção da Lei 14.790/2023.

Lei das Bets (Lei 14.790/2023)

Dispõe sobre a modalidade lotérica denominada apostas de quota fixa; altera as Leis nºs 5.768, de 20 de dezembro de 1971, e 13.756, de 12 de dezembro de 2018, e a Medida Provisória nº 2.158-35, de 24 de agosto de 2001; revoga dispositivos do Decreto-Lei nº 204, de 27 de fevereiro de 1967; e dá outras providências.

www.paredeapostar.com.br

087

PARE DE



APOSTAR

MOTIVACIONAL

* **Você Merece uma Vida Livre do Vício**

O cassino online oferece uma ilusão de ganhos rápidos e fáceis, mas o que ele realmente tira é muito mais valioso: sua tranquilidade, seus relacionamentos e até mesmo sua confiança em si mesmo.



Eu sei que pode parecer difícil enxergar uma vida além dos jogos, mas você merece uma vida sem esse peso.

O primeiro passo para a recuperação é reconhecer que o vício está te controlando, e isso é o que você está fazendo agora.

A mudança é possível, e ela começa no momento em que você decide agir.

www.paredeapostar.com.br

088

PARE DE



APOSTAR

MOTIVACIONAL

*** Você Merece uma Vida Livre do Vício**

A cada dia que você se afasta do vício, você se aproxima de uma vida mais equilibrada, mais feliz e mais plena.

Não importa o quão difícil seja o caminho, você tem dentro de si a força necessária para reverter isso.

O vício não define quem você é – você é muito maior do que isso.

Agora é o momento de escolher.

Escolha a vida que você merece, escolha sua saúde mental, escolha a liberdade.

PARE DE



APOSTAR

JOGO DO "TIGRINHO"



O jogo do tigrinho, uma variação online de jogos de azar similar às máquinas caça-níqueis, tem ganhado popularidade no Brasil, especialmente durante a pandemia, quando o jogo online cresceu exponencialmente.

Sua simplicidade e apelo visual atraem uma vasta gama de jogadores, incluindo menores de idade, tornando-se um terreno fértil para diversas práticas ilegais.

Este artigo explora o funcionamento do esquema, os envolvidos, os tipos penais aplicáveis e a responsabilização criminal, além de abordar a relação com a agiotagem e o papel dos influenciadores digitais.

PARE DE



APOSTAR

JOGO DO "TIGRINHO"

Fontes: www.migalhas.com.br

1. O esquema do jogo do tigrinho.

No jogo do tigrinho, os jogadores apostam dinheiro na expectativa de ganhar prêmios com base em combinações de figuras.

Os prêmios oferecidos podem ser dinheiro, créditos para jogar mais ou até mesmo bens materiais, criando uma ilusão de facilidade e riqueza.

Por trás dessa fachada sedutora, esconde-se um sistema manipulado pelos operadores para garantir que "a casa" sempre tenha vantagem.

"Algoritmos" sofisticados controlam a frequência de vitórias e a distribuição de prêmios, criando uma falsa sensação de controle e habilidade nos jogadores.

A porcentagem de retorno, ou seja, a quantia que o jogo devolve aos jogadores em forma de prêmios, é cuidadosamente calculada para manter os apostadores engajados, alimentando a esperança de um grande prêmio que raramente se concretiza.

PARE DE



APOSTAR

JOGO DO "TIGRINHO"

Fontes: www.migalhas.com.br

O esquema envolve a participação de operadores, que gerenciam o jogo, manipulando-o para maximizar lucros e promotores, que atraem novos jogadores, inclusive através de influenciadores digitais.

Para o funcionamento do esquema, contam ainda com provedores de tecnologia, que oferecem a infraestrutura para o jogo online e a programação do sistema da plataforma.

2. Responsabilização criminal dos envolvidos.

A operação do jogo do tigrinho envolve diversos tipos penais, aplicáveis aos diferentes atores do esquema:

Contravenção penal de jogo de azar (Art. 50 do decreto-lei 3.688/41).

Todos os envolvidos na operação do jogo, incluindo operadores e promotores, podem ser responsabilizados por contravenção penal.

A pena prevista é de prisão simples, de três meses a um ano, e multa.

PARE DE



APOSTAR

JOGO DO "TIGRINHO"

Fontes: www.migalhas.com.br

A pena é aumentada de um terço, podendo chegar a 1 ano e 4 meses de prisão, se existe entre os empregados ou participa do jogo pessoa menor de dezoito anos.

Estelionato (Art. 171 do Código Penal).

Quando o jogo é manipulado para enganar os jogadores, todos os envolvidos, como operadores, promotores e influenciadores digitais podem ser responsabilizados por estelionato.

A pena prevista para estelionato é de reclusão, de um a cinco anos, e multa.

Lavagem de dinheiro (lei 9.613/98).

Operadores e agentes financeiros que utilizam o jogo para lavar dinheiro podem ser processados por esse crime, a pena prevista é de reclusão, de três a dez anos, e multa.

É importante ressaltar que, embora o esquema possa envolver pessoas jurídicas, a responsabilização criminal recai sobre as pessoas físicas que operam e controlam essas atividades.

PARE DE



APOSTAR

JOGO DO "TIGRINHO"

Fontes: www.migalhas.com.br

A relação com o mercado de agiotagem

O vício em jogos ilegais, como o jogo do tigrinho, tem impulsionado o mercado criminal da agiotagem no Brasil.

Jogadores que perdem grandes quantias

frequentemente recorrem a agiotas para conseguir mais recursos e continuar apostando, alimentando um ciclo perigoso de endividamento e criminalidade.

O uso de métodos de pagamento como o Pix facilitou essa prática, ampliando o alcance da agiotagem no país.

Possibilidade de indenização para vítimas

As vítimas do jogo do tigrinho podem pleitear indenização, tanto na esfera penal quanto na civil.

A legislação penal não prevê diretamente a restituição de valores, mas permite que, em um processo



PARE DE



APOSTAR

JOGO DO "TIGRINHO"

Fontes: www.migalhas.com.br

criminal, o juiz determine a reparação dos danos como parte da sentença.

Na esfera civil, as vítimas podem processar os responsáveis pelo jogo por danos materiais e morais, buscando a restituição dos valores perdidos e indenização por outros prejuízos sofridos.

Fontes: www.migalhas.com.br



www.paredeapostar.com.br

095

PARE DE



APOSTAR

MOTIVACIONAL

Como está o seu estado emocional hoje???



AMOROSA



COM SONO



ESTRESSADA



SENSÍVEL



FELIZ



OTIMISTA



lupamotivacao



lupamotivacao

www.paredeapostar.com.br

096

PARE DE



APOSTAR

INFLUENCIADORES

Como o próprio nome sugere, influenciadores digitais conseguem moldar o pensamento e as atitudes de milhões de pessoas pelas redes sociais.

Recentemente influenciadores digitais têm desempenhado um papel significativo na promoção de jogos de azar como o jogo do tigrinho.

Esses indivíduos, ao utilizar sua influência para atrair seguidores para atividades ilícitas, podem ser responsabilizados criminalmente.

A Constituição Federal do Brasil, promete a todos o

cidadãos terem o direito ao bem-estar e segurança. Entretanto, isto muda a partir do momento em que as redes midiáticas são utilizadas por influenciadores,

ATENÇÃO

**MUITO
TÓXICO**



www.097.com.br

www.paredeapostar.com.br

097

PARE DE

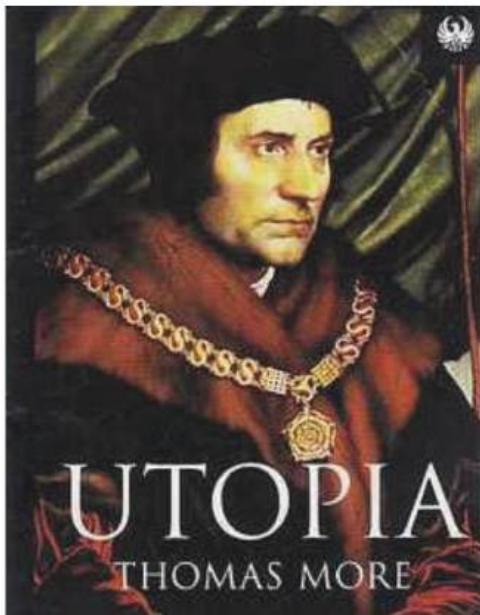


APOSTAR

INFLUENCIADORES

que muitas vezes persuadem o público negativamente, e vendem, ou fazem publicidades para empresas desonestas.

Com base nesses dados, é ingênuo acreditar que o impacto dos influenciadores não vem sendo negligenciado pelo Governo Brasileiro.



No livro *Utopia*, de *Thomas More*, é retratada a idéia de uma sociedade padronizada, fora de conflitos e problemas.

Assim, ao analisarmos a atual situação da sociedade brasileira, nota-se que não é condizente com a referência do escritor, afinal surgem más influências através de grandes nomes na internet, assim como quando surgiu o jogo “*Baleia Azul*”, onde um grupo de jovens se reuniram e divulgaram o tal.

Consistia em cada jogador realizar 50 desafios, contudo, o último era acabar com suas próprias vidas.

PARE DE



APOSTAR

INFLUENCIADORES

Ademais, os “influencers” ultimamente estão realizando inúmeros procedimentos estéticos, outrossim elevando e impondo os padrões de beleza, um grande impasse para os jovens no século XXI.

Tudo isso gera uma falsa realidade, fazendo com que estes acreditem que estão fora do “padrão”, desenvolvendo baixa autoestima, e transtornos.

Somando a isso, a persuasão que influenciadores têm é de grande relevância, têm o poder de fazer os navegadores adquirirem produtos, em que as vezes não são aquilo que foi divulgado.

Segundo *Eisntein* tornou-se chocantemente óbvio, que a tecnologia excedeu a humanidade, fazendo ligação com a questão da população brasileira atual ser facilmente influenciada, e dependente das redes sociais.

Convém, portanto ao Governo em parceria com o Ministério da Educação, através de campanhas, programas escolares, dinâmicas e debates , instruem crianças e adolescentes sobre os pontos negativos relacionados a influência digital.

www.paredeapostar.com.br

099

PARE DE



APOSTAR

INFLUENCIADORES

Dessa forma os jovens serão menos suscetíveis ao poder que as redes midiática possuem, pois garantir o bem-estar da população, é garantir a ordem e progresso da nação.

A ética da promoção de jogos de azar, especialmente para audiências jovens e vulneráveis, é questionável, e as autoridades estão cada vez mais atentas ao papel dessas "*influencers*" na disseminação de atividades ilícitas.

Como demonstrado em um caso recente no Ceará, onde uma influenciadora foi presa por promover o jogo do tigrinho em suas redes sociais.

Essas pessoas podem ser processadas por contravenção penal, estelionato e associação criminosa, dependendo do grau de envolvimento e das consequências de suas ações.

PARE DE



APOSTAR

MOTIVACIONAL

* O Primeiro Passo para a Liberdade

Se você está lendo isso, é porque, de alguma forma, sente que o vício em cassino online está controlando sua vida.

Eu sei o quanto isso pode ser devastador.

Eu sei o quanto pode parecer impossível sair dessa armadilha, mas a verdade é que o primeiro passo para a liberdade começa dentro de você.

Você não precisa continuar se afundando em um ciclo de perdas e frustrações.

O jogo online pode prometer grandes ganhos, mas a realidade é bem diferente: *ele tira mais do que oferece.*

Cada aposta que você faz não só coloca seu dinheiro em risco, mas também sua paz de espírito, seu tempo e, acima de tudo, a sua autoestima.

PARE DE



APOSTAR

MOTIVACIONAL

* O Primeiro Passo para a Liberdade

Você é mais forte do que o vício.

A recuperação começa quando você decide parar de se entregar à falsa promessa de um "golpe de sorte".

Você tem o poder de mudar sua história.

Não importa o quão fundo você tenha caído.


O importante é que você está aqui, dando o primeiro passo em direção à recuperação.

Cada pequeno passo conta, e você não está sozinho nesse caminho.



Liberdade é uma palavra que o sonho humano alimenta, não há ninguém que explique e ninguém que não entenda.

Cecilia Meireles

 PENSADOR

PARE DE



APOSTAR

CONCLUSÃO

Ao longo deste trabalho, compartilhei uma reflexão profunda e sincera sobre um tema que me marcou profundamente: *o vício em jogos de azar*, especialmente no universo das apostas online.

Mais do que uma tentativa de conscientizar os outros, essa iniciativa nasceu como uma forma de enfrentar meus próprios fantasmas e buscar uma saída para um ciclo destrutivo que quase arruinou minha vida.



Minhas perdas financeiras foram apenas uma parte do problema, o peso das frustrações, as noites em claro e a constante busca por uma vitória ilusória acabaram consumindo minha paz.

Por isso, ao escrever sobre temas como a ludopatia — um transtorno que transforma o jogo em uma compulsão — e ao explorar os impactos neurológicos ligados à serotonina e à dopamina, minha intenção principal foi compreender os fatores que me levaram a essa situação, na esperança de escapar dela.

PARE DE



APOSTAR

CONCLUSÃO

Para entender melhor o que perpetua esse comportamento compulsivo, trouxe à discussão aspectos científicos.

A serotonina está diretamente relacionada à regulação do humor e à sensação de bem-estar, enquanto a dopamina é fundamental para os mecanismos de recompensa do cérebro.

Nos jogos de azar, o aumento abrupto dessa substância cria uma sensação temporária de prazer, reforçando o comportamento compulsivo, mesmo diante de prejuízos evidentes.

Também explorei a história dos cassinos, desde suas formas tradicionais até a evolução para o ambiente digital.

Com a popularização da internet, surgiram as plataformas de apostas online, que tornaram o acesso aos jogos extremamente fácil e, ao mesmo tempo, perigoso.

PARE DE



APOSTAR

CONCLUSÃO



Um exemplo específico abordado foi o chamado “jogo do tigrinho”, que se tornou um fenômeno entre apostadores e representa como jogos aparentemente simples podem ser altamente viciantes.

Não poderia deixar de mencionar o papel dos influenciadores digitais, que frequentemente promovem plataformas de apostas de forma glamourosa e sedutora.

Essa prática ignora os riscos associados ao vício e contribui para a normalização desse comportamento.

Muitos jovens e adultos são levados a acreditar que as apostas são um caminho rápido para a riqueza, quando na realidade podem se tornar uma armadilha devastadora.

PARE DE




APOSTAR

CONCLUSÃO

Nas próximas páginas, você vai descobrir, passo a passo, o que eu fiz para largar as apostas de uma vez por todas.

E se você estiver comprometido, vai aprender a fazer o mesmo.

Esta é a chance de virar a chave e tomar de volta o controle da sua vida.

 PENSADOR

"Chegou a hora de mudar, chegou a hora de evoluir, pare de ler o passado e comece a escrever o futuro."

Wesley D'Amico

PARE DE



APOSTAR

O QUE EU FIZ

Estrutura do cadastro

Para acessar uma plataforma de apostas, normalmente é necessário criar um cadastro que inclui informações como:

- * *Nome completo*
- * *CPF (Cadastro de Pessoa Física)*
- * *E-mail*
- * *Número de celular*

Cada CPF pode ser usado para criar apenas um único cadastro em uma determinada plataforma.

Essa restrição é uma oportunidade para estabelecer um “bloqueio definitivo”, desde que o mecanismo de recuperação de conta também seja neutralizado.

PARE DE



APOSTAR

O QUE EU FIZ

Passo a Passo do Mecanismo de Bloqueio

1. Criação de um Novo E-mail Temporário

- * Crie um novo e-mail exclusivamente para ser vinculado ao cadastro na plataforma de apostas.
- * Escolha uma senha complexa, gerada de forma aleatória, que você não memorize.
- * Copie essa senha apenas temporariamente para realizar o cadastro.
- * Evite utilizar qualquer informação pessoal ou dados que possam ser facilmente lembrados ao configurar este e-mail.

2. Cadastro na Plataforma de Apostas

- * Acesse a plataforma de apostas e preencha o formulário com seus dados, incluindo o novo e-mail temporário.
- * Cole a senha aleatória no campo correspondente.
- * Conclua o registro com atenção para confirmar todos os dados fornecidos.



O QUE EU FIZ

3. Alterar o E-mail do Cadastro

- * Acesse as configurações de conta da plataforma.
- * Mude o e-mail principal para o novo e-mail temporário.
- * Certifique-se de que a plataforma confirmou a alteração antes de prosseguir.

4. Alterar a Senha da Conta

- * Gere uma nova senha aleatória e aplique essa alteração na plataforma.
- * Certifique-se de que a nova senha também não será memorizada.
- * Ao confirmar a alteração, copie temporariamente a senha apenas para concluir a operação.

5. Exclusão do E-mail Temporário

- * Imediatamente após a confirmação da alteração de e-mail e senha, exclua permanentemente a conta de e-mail temporária.
- * Certifique-se de seguir o processo completo de exclusão fornecido pelo provedor do e-mail para evitar reativações futuras.

PARE DE



APOSTAR

O QUE EU FIZ

6. Bloqueio de Número para Recuperação

- Caso a plataforma envie códigos de recuperação por SMS, bloqueie o número de origem das mensagens.
- Apague imediatamente qualquer mensagem de recuperação recebida.
- Verifique regularmente sua lista de mensagens para garantir que novos números de envio também possam ser bloqueados.

7. Descartar o Chip Associado

- Como alternativa complementar, o usuário pode optar por descartar o chip associado ao número utilizado no cadastro das bets.
- Essa ação elimina definitivamente qualquer possibilidade de recuperação de conta via SMS.
- Ao descartar o chip, é importante desativá-lo formalmente junto à operadora de telefonia para evitar futuras reutilizações.

Seguindo esse passo a passo o

BLOQUEIO É INSTANTÂNEO

PARE DE



APOSTAR

O QUE EU FIZ

Como Funciona a Recuperação de Senha

A recuperação de senha é um procedimento padronizado em plataformas de apostas online, quando o usuário não lembra ou deseja redefinir sua senha, ele pode iniciar o processo clicando em "Esqueci minha senha" ou opções semelhantes.

A partir disso, geralmente são oferecidos dois principais métodos para recuperação:

1. Recuperação por E-mail:

- * A plataforma envia um link de redefinição de senha para o e-mail vinculado ao cadastro.
- * O usuário precisa acessar o e-mail, clicar no link fornecido e inserir uma nova senha.
- * Esse método exige acesso contínuo ao e-mail registrado.

2. Recuperação por SMS:

- * Um código de verificação é enviado para o número de celular registrado.

PARE DE



APOSTAR

O QUE EU FIZ

- * O usuário insere esse código na plataforma para autorizar a criação de uma nova senha.
- * Para garantir que essas formas de recuperação não possam ser usadas, este mecanismo propõe:
 - * **Exclusão do e-mail temporário:** Sem acesso ao e-mail, não é possível clicar no link de redefinição.
 - * **Bloqueio ou descarte do chip:** O bloqueio dos números que enviam códigos SMS, ou a eliminação definitiva do chip associado, impossibilita o recebimento desses códigos.

Com essas duas barreiras combinadas, o acesso à conta torna-se definitivamente inviável, mesmo que o usuário deseje voltar a utilizá-la, bloqueando de um vez a sua ludopatia.

Fatores que Garantem a Eficiência do Mecanismo

1. Perda Definitiva de Acesso ao E-mail Vinculado

- * A exclusão do e-mail temporário impossibilita o recebimento de códigos de recuperação por essa via.

PARE DE



APOSTAR

O QUE EU FIZ

2. Senha Irrecuperável

* A utilização de senhas aleatórias que não foram memorizadas torna inviável qualquer tentativa de login direto.

3. Neutralização da Recuperação via SMS

* O bloqueio dos números que enviam mensagens de recuperação evita o acesso por meio dessa alternativa.

4. Descartar o Chip

* Com o chip descartado e formalmente desativado, não há meios para receber SMS de recuperação.

5. Cadastro Vinculado a um Único CPF

* Como cada CPF só pode ser usado uma vez por plataforma, não é possível criar uma nova conta com os mesmos dados.

Ferramentas Pagas para Bloqueio de Apostas Online

Além do mecanismo descrito acima, também existem soluções digitais oferecidas por aplicativos e

PARE DE



APOSTAR

O QUE EU FIZ

serviços que ajudam no bloqueio de acesso a sites de apostas.

Essas plataformas normalmente funcionam mediante uma assinatura mensal e podem ser configuradas para impedir o acesso a sites de jogos por diversos dispositivos.

Alguns exemplos incluem:

* **Gamban**: Um dos aplicativos mais populares para bloquear sites de apostas, disponível para computadores, tablets e smartphones.

* **BetBlocker**: Ferramenta gratuita que também permite impedir o acesso a plataformas de apostas por meio de listas negras. *Caso você não tenha tempo ou um pouco de paciência para aplicar o que eu fiz, indico esse APP, simples, rápido, eficiente e totalmente grátis, sem necessidade de cadastro, ("vale muito apenas testar")* .
<https://betblocker.org/>

Esses aplicativos são úteis para complementar abordagens manuais, como o mecanismo descrito neste documento, eles garantem uma camada adicional de proteção digital, no entanto o **"Meu Método"** é único e muito mais eficaz e sem custo mensal.

PARE DE



APOSTAR

O QUE EU FIZ

Se você está lendo este documento realmente você deseja parar de vez com as plataformas de apostas, repita esse **“Meu Método”** em todas as BETs online que já possui conta.

Além disso, ao se cadastrar em qualquer nova plataforma de apostas, antes de fazer qualquer depósito aplique esse processo desde o primeiro cadastro para garantir que o bloqueio seja implementado desde o início.

Essa atitude preventiva pode ser fundamental para preservar seu bem-estar financeiro e psicológico, muitas pessoas que sofrem com problemas relacionados a apostas enfrentam dificuldades para controlar impulsos, este mecanismo é uma estratégia prática para eliminar essa tentação pela raiz.

Lembre-se: a prevenção consciente pode ser um divisor de águas na manutenção de uma vida financeira estável e emocionalmente saudável.

“Funcionou comigo e vai funcionar muito bem com você também, é instantâneo.”

PARE DE



APOSTAR

UMA DICA VALIOSA

AUTOEXCLUSÃO

Após a regulamentação das apostas online no Brasil, o governo implementou medidas para promover o jogo responsável e proteger os usuários, incluindo mecanismos de autoexclusão.

O que é autoexclusão?

A autoexclusão é uma ferramenta que permite aos jogadores se excluírem voluntariamente de plataformas de apostas por um período determinado ou indeterminado.

Durante esse período, o usuário fica impedido de acessar, jogar ou realizar transações nos sites dos operadores participantes.

Como funciona o mecanismo de autoexclusão?

No Brasil, os operadores de apostas são obrigados a

PARE DE



APOSTAR

UM DICA VALIOSA

disponibilizar mecanismos de autoexclusão que permitam aos jogadores definir limites ou solicitar o bloqueio de suas contas.

Ao ativar a autoexclusão, o jogador não poderá realizar depósitos, saques ou participar de qualquer atividade de jogo na plataforma durante o período selecionado.

Algumas opções oferecem opções de autoexclusão temporária (*por exemplo, de 1 mês a 5 anos*) ou permanente.

Como se autoexcluir sites de apostas no Brasil?

Embora o processo possa variar entre as plataformas, geralmente segue os seguintes passos:

1. Acesse sua conta: Faça login no site de apostas onde deseja aplicar a autoexclusão.
2. Navegue até a seção de jogo responsável: Procure por áreas como "*Jogo Responsável*", "*Configurações de Conta*" ou similares.

PARE DE



APOSTAR

UM DICA VALIOSA

3. Selecione a opção de autoexclusão: Dentro dessa seção, escolha a opção de autoexclusão.

4. Defina o período de exclusão: Especifique o tempo durante o qual deseja que sua conta permaneça bloqueada.

5. Confirme a solicitação: Siga as instruções fornecidas pela plataforma para confirmar sua decisão.

Algumas plataformas também oferecem a opção de entrar em contato diretamente com o suporte ao cliente para solicitar uma autoexclusão.

Considerações importantes

:: Irreversibilidade: Uma vez solicitada, a autoexclusão não pode ser revertida até o termo do período previsto.

:: Abrangência: Atualmente, a autoexclusão no Brasil é aplicada individualmente por cada operadora.

Não existe um sistema nacional unificado que

PARE DE



APOSTAR

UM DICA VALIOSA

impeça o acesso a todas as plataformas simultaneamente.

Portanto, é necessário realizar o processo de autoexclusão em cada site de apostas onde o jogador possui conta.

Motivação para a Autoexclusão

Se você já percebeu que as apostas podem se tornar um problema ou tem que perder o controle, saiba que a melhor decisão é prevenir antes mesmo de começar.

A verdadeira vitória está em proteger sua saúde mental, financeira e emocional.

Ao se autoexcluir antes do primeiro depósito, você está tomando uma atitude calorosa e responsável, colocando sua vida e seu bem-estar em primeiro lugar.

Lembre-se: você tem o poder de decidir o que é melhor para você, não há vergonha em considerar os riscos e escolher um caminho mais seguro, seu futuro vale muito mais do que qualquer aposta!

PARE DE



APOSTAR

PALAVRA FINAL

Ao desenvolver esse **“Meu Método”**, não imaginei o impacto que ela teria na vida de tantas pessoas, antes mesmo da primeira oferta oficial deste **“Meu Método”**, tive a honra de ajudar algumas pessoas a se libertarem do ciclo nocivo das apostas online.

Cada história de sucesso que ouvi, cada mensagem de agradecimento recebida, reforçou a certeza de que vale a pena compartilhar soluções que fazem diferença.

Sinto uma profunda gratidão por você ter lido até aqui.

Espero sinceramente que este conteúdo lhe seja útil e que você tenha sucesso não apenas com o bloqueio em plataformas de apostas, mas também em todas as áreas da sua vida.

A vida é feita de decisões, e escolher se proteger contra hábitos prejudiciais é um ato de coragem e cuidado consigo mesmo e principalmente com a sua família.

PARE DE



APOSTAR

PALAVRA FINAL

Desejo a você paz, prosperidade e a força para sempre tomar decisões que conduzam a uma vida mais equilibrada e feliz.

Que esta solução lhe ajude a conquistar tudo o que você merece.

Obrigado por confiar neste conteúdo e por acreditar em sua própria capacidade de transformação.

Um grande abraço
Ge Perini

PAREDE



APOSTAR

.COM.BR

Método LIBERTAR

50 Técnicas para Romper o Ciclo do Vício e Reconquistar Sua Liberdade

Você está prestes a ter acesso ao que chamamos de “**Método LIBERTAR**”, um conjunto poderoso de **50 técnicas práticas, emocionais e comportamentais** criadas especialmente para ajudar pessoas que enfrentam o vício em jogos de azar, apostas online, cassinos e similares.

Cada técnica foi cuidadosamente desenvolvida para **atacar um ponto crítico do vício**, seja ele o impulso momentâneo, a ansiedade silenciosa, o tédio, o autoengano, a culpa, a recaída ou a falta de esperança.

Aqui você encontrará **ferramentas que funcionam na vida real**, pensadas para serem aplicadas imediatamente, sem enrolação, técnicas que já ajudaram centenas de pessoas a retomar o controle da própria mente, do próprio dinheiro, e principalmente, da própria vida.

01

www.paredeapostar.com.br



Técnica Âncora

Objetivo:

Interromper imediatamente a vontade de jogar.

01

Como fazer:

1. Aperte o polegar contra o indicador com força por 5 segundos.
2. Diga mentalmente: "Isso não me domina mais."
3. Respire fundo e mude de ambiente.

Técnica dos 5 Minutos

Objetivo:

Enfraquecer o impulso de apostar.

02

Como fazer:

1. Ao sentir vontade de jogar, espere 5 minutos.
2. Durante esse tempo, faça algo físico (*andar, lavar o rosto, beber água*).
3. Reavalie o desejo após os 5 minutos.



Diário de Vício

03

Objetivo:

Tornar o comportamento consciente.

Como fazer:

1. Registre data, hora, emoção, ambiente e gatilho de cada vontade de jogar.
2. Reveja semanalmente para identificar padrões e evitar recaídas.

Técnica da Substituição Imediata

04

Objetivo:

Redirecionar o foco.

Como fazer:

1. Escolha 3 atividades que gosta (ex: música, exercício, conversar).
2. Sempre que surgir a vontade, escolha uma e faça imediatamente.



Técnica da Câmera Ligada

Objetivo:

Criar vergonha consciente e vigilância pessoal.

Como fazer:

1. Coloque um espelho no local onde costuma jogar.
2. Fale em voz alta o que pretende fazer.
3. Observe sua expressão: isso gera autoconsciência.

05

Técnica da Recompensa Tardia

Objetivo:

Reforçar autocontrole com benefício real.

Como fazer:

1. Economize o valor que gastaria no jogo.
2. Ao atingir uma meta (R\$ 100, R\$ 300, etc), compre algo útil.
3. Reforce: "Ganhei sem jogar."

06



Bloqueadores Digitais

Objetivo:

Impedir acesso aos jogos online.

07

Como fazer:

1. Instale aplicativos como "BlockSite" ou "Cold Turkey".
2. Peça que alguém crie a senha e não revele a você.

Técnica do Cartão Congelado

Objetivo:

Dificultar acesso impulsivo ao dinheiro.

08

Como fazer:

1. Coloque os cartões em um pote com água e congele.
2. Se quiser usar, terá que esperar descongelar naturalmente.



Técnica da Autopunição Simbólica

Objetivo:

Criar aversão ao comportamento nocivo.

09

Como fazer:

1. Escolha uma punição leve, porém desagradável (ex: doar para uma causa que você detesta).
2. Cumpra caso volte a jogar.

Compromisso Público

Objetivo:

Criar responsabilidade com outras pessoas.

10

Como fazer:

1. Conte a amigos próximos que está largando o jogo.
2. Compartilhe metas e atualize seu progresso semanalmente.



Associação Negativa Controlada

11

Objetivo:

Trocar prazer por dor ao pensar no jogo.

Como fazer:

1. Liste prejuízos reais causados pelo jogo.
2. Leia sempre que sentir vontade de apostar.

Técnica dos "3 Porquês"

12

Objetivo:

Revelar a causa emocional do vício.

Como fazer:

1. Pergunte a si mesmo "por que quero jogar?"
2. Faça mais duas vezes, buscando a raiz emocional (ex: ansiedade, vazio).



Visualização de Futuro Realista

Objetivo:

Confrontar possíveis consequências.

13

Como fazer:

1. Imagine como sua vida estará daqui a 5 anos se continuar jogando.
2. Agora visualize como será sem o vício.
3. Escolha o caminho.

Técnica dos 3 Círculos

Objetivo:

Focar no que pode ser controlado.

14

Como fazer:

1. Faça três círculos: controle, influência, aceitação.
2. Mude seu foco para ações no círculo interno.



Lista de Consequências

Objetivo:

Criar limites reais.

15

Como fazer:

1. Estabeleça consequências caso volte a jogar (ex: bloquear acesso, mudar senha).
2. Aplique de forma crescente.

Jogo da Verdade com o Espelho

Objetivo:

Promover autoconfronto sincero.

16

Como fazer:

1. Olhe nos seus olhos e pergunte: "Por que continuo?"
2. Deixe a verdade emocional vir à tona.



Diário de Gratidão e Vitória

Objetivo:

Reforçar foco positivo.

Como fazer:

1. Escreva 3 motivos de gratidão e 1 pequena vitória por dia.
2. Leia à noite para reforçar o progresso.

17

dia.

Delay Digital

Objetivo:

Impedir ação impulsiva nos apps.

Como fazer:

1. Ative timer de 60 minutos antes de abrir sites de aposta.
2. Aproveite esse tempo para refletir e aplicar outra técnica.

18



“Não Sou Jogador”

(Reforço de Identidade)

Objetivo:

Mudar sua autoimagem.

19

Como fazer:

1. Substitua “quero parar” por “não sou mais jogador”.
2. Repita essa frase diariamente.

Blindagem Ambiental

Objetivo:

Remover gatilhos.

20

Como fazer:

1. Exclua apps, grupos e contatos relacionados ao jogo.
2. Substitua por conteúdos saudáveis.



Técnica dos 21 Dias

21

Objetivo:

Formar o hábito de resistir.

Como fazer:

1. Marque no calendário 21 dias livres de apostas.
2. Recomece se houver recaída.

Técnica do "Se Jogue no Esporte"

22

Objetivo:

Redirecionar energia para algo físico.

Como fazer:

1. Escolha um esporte de que goste.
2. Pratique ao menos 3x por semana no horário que costumava jogar.



Técnica da Respiração de Choque

Objetivo:

Interromper o impulso mental.

Como fazer:

1. Inspire pelo nariz por 4 segundos.
2. Prenda por 4 segundos.
3. Expire lentamente pela boca por 8 segundos.
4. Repita 5x.

23

Técnica do Vídeo Confissão

Objetivo:

Reforçar compromisso consigo mesmo.

Como fazer:

1. Grave um vídeo para você mesmo explicando por que precisa parar.
2. Assista quando sentir vontade de jogar.

24



Técnica do “Não Hoje”

Objetivo:

Lidar com o pensamento de recaída.

25

Como fazer:

1. Sempre que pensar em jogar, diga: “Não hoje.”
2. Reforce: “Hoje, escolho vencer.”

Técnica do Apagão Financeiro

Objetivo:

Cortar acesso ao dinheiro de forma estratégica.

26

Como fazer:

1. Transfira seu salário para um responsável confiável.
2. Peça que controle os saques e libere apenas o necessário.



Técnica da Reversão de Pensamento

Objetivo:

Neutralizar o autoengano.

Como fazer:

1. Quando pensar: “Só uma vez”, diga em voz alta: “Isso é mentira.”
2. Lembre-se das consequências reais.

27

Técnica da Carta para o Futuro

Objetivo:

Criar um compromisso emocional.

Como fazer:

1. Escreva uma carta para si mesmo de daqui a 6 meses.
2. Diga como será sua vida sem apostas.
3. Leia toda semana.

28



Técnica da Muralha Social

Objetivo:

Cercar-se de apoio.

29

Como fazer:

1. Monte uma rede com pelo menos 3 pessoas confiáveis.
2. Avise quando estiver em risco.
3. Use-as como barreira emocional.

Técnica da Meta Visual

Objetivo:

Focar em um objetivo palpável.

30

Como fazer:

1. Escolha um sonho (ex: viagem, curso, presente).
2. Imprima imagens e cole onde possa ver.
3. Economize com o dinheiro que não foi para apostas.



Técnica do “Desafio de 7 Dias”

Objetivo:

Construir microcompromissos de curto prazo.

Como fazer:

1. Defina um desafio: “7 dias sem jogar.”
2. Marque o progresso em um calendário.
3. Recompense-se de forma saudável ao completar.

31

Técnica do Controle por Alarme

Objetivo:

Interromper ciclos inconscientes.

Como fazer:

1. Programe alarmes aleatórios com frases como “Você é mais forte que isso”.
2. Quando tocar, pare o que estiver fazendo e respire fundo.
3. Isso quebra o ciclo automático de impulso.

32



33

Técnica do “Modo Avião” Emocional

Objetivo:

Criar um espaço mental seguro.

Como fazer:

1. Quando sentir crise, ative o “modo avião” no celular.
2. Afaste-se de telas por 15 minutos.
3. Durante esse tempo, escreva ou medite.

34

Técnica da Hora Travada

Objetivo:

Impedir recaídas em horários críticos.

Como fazer:

1. Identifique horários em que mais joga.
2. Programe algo fixo nesses períodos (aula, ligação, treino).
3. Faça disso rotina até que o padrão mude.



Técnica do Espelho de Alerta

Objetivo:

Manter a consciência no ambiente.

35

Como fazer:

1. Cole um post-it no espelho com a frase “Você está no controle”.
2. Leia sempre que estiver prestes a jogar.

Técnica da Consciência Corporal

Objetivo:

Interromper tensões físicas ligadas ao vício.

36

Como fazer:

1. Sente-se em silêncio e observe seu corpo.
2. Identifique onde há tensão.
3. Respire profundamente até relaxar a área.



Técnica dos 3 Compromissos Diários

Objetivo:

Criar nova rotina de autocuidado.

37

Como fazer:

1. Liste 3 coisas que fará por si mesmo todos os dias (ex: beber água, caminhar, estudar).
2. Marque em um quadro.
3. Não quebre a cadeia.

Técnica do Gatilho Revelado

Objetivo:

Mapear os verdadeiros estopins da recaída.

38

Como fazer:

1. Escreva o que estava fazendo e sentindo antes de cada recaída.
2. Crie um “mapa de gatilhos” e mantenha visível.
3. Planeje ações preventivas para cada um.



Técnica da Agenda Reforçada

Objetivo:

Tirar o jogo da rotina.

Como fazer:

1. Preencha sua agenda com tarefas produtivas ou prazerosas.
2. Evite períodos vagos e ociosos.
3. Deixe visível para manter o foco.

39

Técnica da Redefinição de Lazer

Objetivo:

Substituir o jogo como fonte de prazer.

Como fazer:

1. Liste atividades que antes te davam prazer.
2. Teste pelo menos uma por semana.
3. Adicione as melhores à sua rotina regular.

40



Técnica do "Post Mortem Emocional"

Objetivo:

Rever mentalmente os danos da última recaída.

41

Como fazer:

1. Feche os olhos e reviva sua última recaída emocionalmente.
2. Relembre o arrependimento e a frustração.
3. Use como combustível para não repetir.

Técnica da Visita ao Futuro

Objetivo:

Criar impacto emocional forte contra o vício.

42

Como fazer:

1. Imagine-se aos 60 anos ainda viciado.
2. Descreva essa vida num caderno.
3. Leia sempre que pensar em apostar.



Técnica do Mapa de Progresso Visual

Objetivo:

Ver o crescimento com clareza.

Como fazer:

1. Crie um gráfico ou mural com seus dias livres do jogo.
2. Adicione medalhas simbólicas a cada marco (7, 15, 30 dias).
3. Mantenha em local visível.

43

Técnica do "Se Eu Apostar..."

Objetivo:

Prever o resultado real antes de agir.

Como fazer:

1. Sempre que tiver vontade de jogar, escreva: "Se eu apostar agora..."
2. Complete com 3 consequências prováveis.
3. Releia em voz alta.

44



Técnica do Ritual da Despedida

Objetivo:

Encerrar simbolicamente o ciclo de vício.

Como fazer:

1. Escreva uma carta de “adeus” para o jogo.
2. Leia em voz alta.
3. Queime ou rasgue a carta com intenção.

45

Técnica do Dia Temático

Objetivo:

Dar propósito a cada dia da semana.

Como fazer:

1. Crie temas: Segunda do Autocuidado, Terça do Estudo, etc.
2. Associe cada dia a um valor que constrói sua nova identidade.

46



Técnica do Autoelogio Diário

Objetivo:

Reforçar autoestima e confiança.

Como fazer:

1. Escreva 1 coisa que fez bem no dia.
2. Leia em voz alta olhando para o espelho.

47

Técnica do Perdão Interno

Objetivo:

Encerrar o ciclo de culpa e recaída.

Como fazer:

1. Escreva uma carta perdendo a si mesmo pelas recaídas.
2. Reconheça o esforço de continuar tentando.

48



Técnica da Mentoria Invertida

Objetivo:

Se tornar responsável por alguém.

Como fazer:

1. Apoie alguém que também está tentando parar.
2. Ser exemplo reforça seu próprio compromisso.

49

Técnica da Declaração de Liberdade

Objetivo:

Criar uma nova narrativa de vida.

Como fazer:

1. Escreva um parágrafo com sua decisão final.

**Ex: "Hoje decido viver. Estou livre."*

2. Leia todos os dias ao acordar.

50

PAREDE



APOSTAR

.COM.BR

Sua Nova História Começa Agora

Se você chegou até aqui, é porque existe dentro de você uma força maior que o vício, **pode não parecer às vezes, mas o simples fato de estar buscando ajuda já é uma vitória tremenda.**

E mais do que isso: é uma prova clara de que você não desistiu de si mesmo.

Você não é fraco, perdido ou doente.

Você está em processo de libertação. E isso é corajoso.

Cada técnica apresentada aqui foi pensada com carinho, responsabilidade e, acima de tudo, com base na realidade de quem já enfrentou o mesmo inferno que você.

Não são truques mágicos, são ferramentas práticas. São chaves que, se aplicadas com honestidade, abrem portas reais para uma vida nova.

E sim, é possível parar.

Muita gente já conseguiu, você não está sozinho. E agora, você tem um mapa.

Então aqui vai o nosso convite sincero:

Escolha uma técnica. Aplique hoje.

Não importa qual, nem se vai ser perfeita.

www.paredeapostar.com.br

PAREDE



APOSTAR

.COM.BR

Sua Nova História Começa Agora

O importante é começar.
Porque quando você age, tudo começa a mudar.

E lembre-se: **Aplicou, Parou.**
Essa frase não é um slogan, é um chamado, é o
começo do fim do vício.

Obrigado por confiar em nós.
Obrigado por se dar essa chance.

Você não tem ideia da força que está prestes a
descobrir.

Esse é só o primeiro passo - e ele vale mais do que
todas as apostas do mundo.

A sua liberdade já começou, agora vá e lute por ela.

Com respeito, admiração e verdade,
Estamos com você.

www.paredeapostar.com.br

PAREDE



APOSTAR

.COM.BR

PARABÉNS

Você Chegou Até Aqui e Está Pronto Para o Próximo Passo!

Se você está lendo isso, é porque deu um passo importantíssimo: **decidiu transformar sua vida**, Já entendeu o impacto dos jogos no seu bolso e na sua paz.

Agora é hora de **reconstruir sua liberdade financeira**, e nada simboliza melhor isso do que **guardar R\$10.000 do zero**, com disciplina e visão de futuro.

Você pode estar pensando: "Mas como vou guardar tudo isso ganhando só R\$1.550 por mês?"

E eu te digo: **é possível sim!**



www.paredeapostar.com.br

01



1 COMO GUARDAR R\$10.000 EM 6 MESES

Meta: R\$ 1.666 por mês

Plano de Ação:

1. Guardar R\$ 500 do salário fixo.
2. Gerar R\$ 1.166 em renda extra mensal.

Ganhos extras – Presencial: marmitas fitness, Uber/Mototáxi, pintura expressa, pequenos reparos.

Ganhos extras – Online: criação de sites simples, marketing de afiliados, edição de vídeos curtos.

São só 26 semanas!

Com foco diário, você transformará esforço em velocidade. Lembre-se: desafios grandes revelam um potencial ainda maior em você.



2

COMO GUARDAR R\$10.000 EM 12 MESES

Meta: R\$ 833 por mês

Plano de Ação:

1. Guardar R\$ 350/mês do salário.
2. Fazer R\$ 483/mês de renda extra.

Ganhos extras – Presencial: venda de bolos, cosméticos, rifas organizadas.

Ganhos extras – Online: loja Shopee, artes no Canva, venda de e-books ou planilhas.

Um ano passa depressa; pense em celebrar o próximo réveillon sabendo que conquistou sua reserva de R\$10 mil. Cada mês é um degrau sólido na sua escada de liberdade.



3 COMO GUARDAR R\$10.000 EM 18 MESES

Meta: R\$ 555 por mês

Plano de Ação:

1. Guardar R\$ 300/mês do salário.
2. Fazer R\$ 255/mês de renda extra.

Ganhos extras – Presencial: manutenção de celulares, brechó itinerante.

Ganhos extras – Online: assistente virtual, venda de artes digitais.

Dezoito meses equivalem a três semestres.

Imagine terminar cada semestre vendo seu saldo crescer - isso reforça sua autoconfiança e prova que metas realistas funcionam.



4

COMO GUARDAR R\$10.000 EM 24 MESES

Meta: R\$ 416 por mês

Plano de Ação:

1. Guardar R\$ 250/mês do salário.
2. Fazer R\$ 166/mês de renda extra.

Ganhos extras – Presencial: aulas particulares, pet sitter.

Ganhos extras – Online: aredação, lives no TikTok, microtarefas (Clickworker).

Dois anos parecem longos, mas representam 24 oportunidades de revisar, ajustar e celebrar avanços.

A constância aqui vale mais do que velocidade, e você domina isso!



5

COMO GUARDAR R\$10.000 EM 30 MESES

Meta: R\$ 333 por mês

Plano de Ação:

1. Guardar R\$ 200/mês do salário.
2. Fazer R\$ 133/mês de renda extra.

Ganhos extras – Presencial: venda de plantas, brigadeiros gourmet, artesanato.

Ganhos extras – Online: social media, gestão de perfis locais.

Em 2 ½ anos você constrói o hábito definitivo da disciplina financeira. Pequenos valores somados com regularidade criam resultados surpreendentes — a paciência será sua aliada!



6 COMO GUARDAR R\$10.000 EM 36 MESES

Meta: R\$ 277 por mês

Plano de Ação:

1. Guardar R\$ 180/mês do salário.
2. Fazer R\$ 97/mês de renda extra.

Ganhos extras – Presencial: serviços gerais, passeador de cães.

Ganhos extras – Online: edição de vídeos, pesquisas remuneradas.

Três anos equivalem a 36 parcelas de autoinvestimento. Cada real poupado é um voto de confiança em você mesmo, e essa conta rende autoestima!



7

COMO GUARDAR R\$10.000 EM 42 MESES

Meta: R\$ 238 por mês

Plano de Ação:

1. Guardar R\$ 150/mês do salário.
2. Fazer R\$ 88/mês de renda extra.

Ganhos extras – Presencial: faxinas pontuais, jardinagem.

Ganhos extras – Online: venda de cursos como afiliado, canal no YouTube simples.

Em 3 ½ anos você não só terá R\$10 mil; terá também três ciclos de aprendizado financeiro completos. Vá no seu ritmo e comemore cada trimestre conquistado!



8

COMO GUARDAR R\$10.000 EM 48 MESES

Meta: R\$ 208 por mês

Plano de Ação:

1. Guardar R\$ 130/mês do salário.
2. Fazer R\$ 78/mês de renda extra.

Ganhos extras – Presencial: lavagem de carros, entregas de bike.

Ganhos extras – Online: serviços por assinatura (ex.: templates Canva).

Quatro anos passam como capítulos de um livro: quando você se dá conta, está no final com a história concluída. Permaneça consistente e celebre suas vitórias anuais!



9 COMO GUARDAR R\$10.000 EM 54 MESES

Meta: R\$ 185 por mês

Plano de Ação:

1. Guardar R\$ 110/mês do salário.
2. Fazer R\$ 75/mês de renda extra.

Ganhos extras – Presencial: lanches para escolas, manutenção rápida.

Ganhos extras – Online: assistência remota, revisão de textos.

Cinco semestres para vencer uma antiga dificuldade financeira. A cada 180 dias, reveja seu progresso e perceba o quanto sua confiança se fortaleceu!



10 COMO GUARDAR R\$10.000 EM 60 MESES

Meta: R\$ 166 por mês

Plano de Ação:

1. Guardar R\$ 100/mês do salário.
2. Fazer R\$ 66/mês de renda extra.

Ganhos extras – Presencial: venda de kits (higiene, limpeza, beleza).

Ganhos extras – Online: monetização de canal, Instagram temático, afiliados automáticos.

Cinco anos plantando disciplina criam raízes financeiras profundas. Cada mês é uma semente que, lá na frente, vira árvore de segurança e tranquilidade para toda a vida!

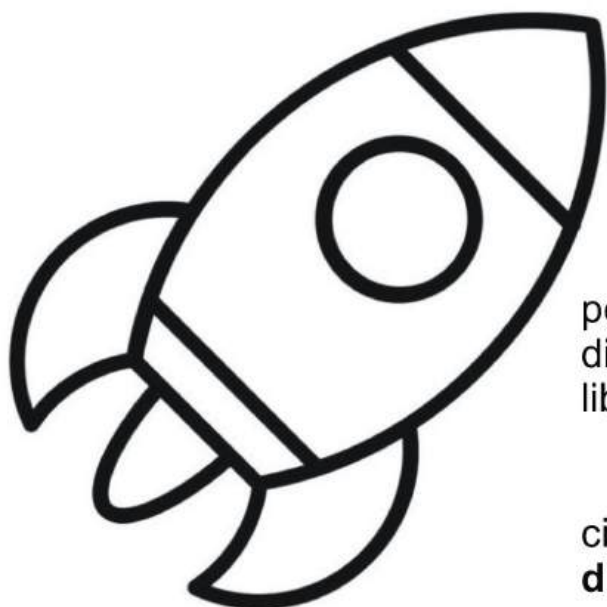
PAREDE



APOSTAR

.COM.BR

Continue Avançando!



Cada uma dessas palavras foi pensada para mostrar que guardar dinheiro é mais do que possível, é libertador.

Você não está apenas juntando cifras: está reconstruindo **confiança, disciplina e autoestima.**

A maior conquista é essa versão sua que decidiu mudar e não vai mais parar.

www.paredeapostar.com.br

12