

O vício do jogo é uma sombra que escurece muitas vidas – Por Rosa Fonseca

written by Rosa Fonseca | 18 de Setembro, 2025

OCIDADÃO
Jornalismo Livre

CRÓNICA
Rosa Fonseca



Ela sabe que o vício a isola, que cria distância de quem ama e que provoca a dor de todos. Todavia, alimenta a esperança de que possa reatar esses laços, de que a família e os amigos possam ser uma rede de apoio, uma força para ajudá-la a sair dessa sombra.

Ela é uma jovem que, de dia, trabalha numa dependência pública, lida com números, clientes, uma rotina diária que exige concentração e controle; mas, à noite, algo diferente acontece. Uma sombra, uma tentação que cresce e se torna difícil de resistir: o vício do jogo. Uma luta silenciosa que muitas vezes tenta esconder até de si mesma.

O vício não nasceu do nada. Muitas vezes, ele é alimentado por uma sensação de isolamento, por dificuldades que ela não consegue dividir com quem ama. A família, que a conhece como uma pessoa responsável e dedicada, começa a perceber que algo mudou. Pequenas mudanças de humor, ausências repentinas, uma preocupação que ela tenta disfarçar com sorrisos forçados.

Ela própria se sente cada vez mais distante do seu círculo social. Os amigos, antes próximos, percebem esse afastamento, mas não conseguem uma aproximação no sentido de ajudar. Têm saudades da pessoa que sempre fora: alegre, sensata e conversadora.

A sua mudança está aos olhos de todos.

Se no início, era só uma diversão, uma forma de escapar do stress do dia a dia, uma pequena aposta aqui, uma jogada ali, com o tempo, essa diversão transformou-se numa necessidade, numa busca incessante por adrenalina e por uma sensação de vitória e bem-estar que a abstraía do quotidiano.

Ela sabe que o jogo é uma armadilha, conhece os riscos, mas a tentação é mais forte. Cada aposta é uma tentativa de preencher um vazio, de encontrar uma validação que o trabalho e a vida parecem não oferecer.

No seu trabalho, ela tenta esconder o que sente, disfarçar o nervosismo, a ansiedade que o vício traz. Mas, por dentro, há uma batalha constante, uma esperança de que um dia consiga libertar-se dessa prisão invisível. O vício do jogo é uma sombra que escurece muitas vidas, suga-as até ao tutano.

Os mais próximos, numa mistura de preocupação e frustração tentam ajudar, mas é inglória a tentativa. A pressão social, o julgamento, a vergonha de admitir o problema dificultam ainda mais o caminho para a recuperação.

Talvez, com o apoio certo, ela consiga reencontrar o equilíbrio, redescobrir a coragem para encetar a longa

caminhada da sua recuperação.

É fundamental o apoio dos que a amam e querem vê-la livre dessa dependência. O caminho é difícil, mas a força do amor e da compreensão pode transformar essa história, trazendo esperança de dias melhores e de uma vida mais plena, longe do vício e das suas consequências.

Ela esteve alguns anos nesse trilho solitário e silencioso, até dar o primeiro passo, reunir forças – a força de quem reconhece o problema e se dispõe a perceber a raiz do mesmo. Assim, como esta jovem decidiu dar o primeiro passo rumo à liberdade, é importante lembrar que pedir ajuda é um ato de coragem e esperança. O caminho para superar o vício pode ser desafiador, mas com apoio, determinação e força de vontade, é possível reencontrar a harmonia e reconstruir uma vida mais saudável.

Que a sua história inspire outros a buscarem ajuda e a acreditarem na possibilidade de mudança.

Enfrentar a sua dependência e aceitar-se a si própria tem sido a alavanca para que neste momento, esteja em franca recuperação e veja uma luz ao fundo.

Lentamente, o seu sorriso volta a iluminar o seu círculo de amigos.