

---

EDUCAÇÃO FÍSICA

---

**MATEUS ALVES LEITE PENTEADO**

**ESTADOS EMOCIONAIS NO PÔQUER**



Rio Claro - SP  
2022

MATEUS ALVES LEITE PENTEADO

ESTADOS EMOCIONAIS NO PÔQUER

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Instituto de Biociências da Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho” - Câmpus de Rio Claro, para obtenção do grau de Licenciado em Educação Física.

Orientador: Prof. Dr. Afonso Antonio Machado

Co-orientadora: Profa. Ma. Bruna Feitosa de Oliveira

**Rio Claro - SP**

**2022**

P419e	<p>Penteado, Mateus Alves Leite</p> <p>Estados emocionais no pôquer / Mateus Alves Leite Penteado. -- Rio Claro, 2022</p> <p>35 p. : fotos</p> <p>Trabalho de conclusão de curso (Licenciatura - Educação Física) - Universidade Estadual Paulista (Unesp), Instituto de Biociências, Rio Claro</p> <p>Orientador: Afonso Antonio Machado Coorientadora: Bruna Feitosa de Oliveira</p> <p>1. Pôquer. 2. Estados emocionais. 3. Psicologia do Esporte. I. Título.</p>
-------	--

Sistema de geração automática de fichas catalográficas da Unesp. Biblioteca do Instituto de Biociências, Rio Claro. Dados fornecidos pelo autor(a).

Essa ficha não pode ser modificada.

MATEUS ALVES LEITE PENTEADO

**ESTADOS EMOCIONAIS NO  
PÔQUER**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Instituto de Biociências – Câmpus de Rio Claro, da Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”, para obtenção do grau de licenciado em Educação física

BANCA EXAMINADORA:

Prof. Dr. Afonso Antonio Machado

Profa. Ma. Bruna Feitosa de Oliveira

Prof. Dr. Kauan Galvão Morão

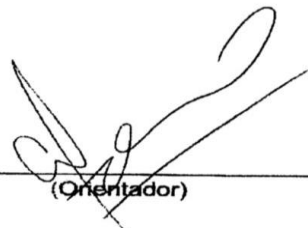
Prof. Dr. Luiz Augusto Normanha Lima

Aprovado em: 10 de Janeiro de 2022

Assinatura do discente

*Mateus Alves Leite Penteado*

Assinatura do(a) orientador(a)



(Orientador)

Assinatura do(a) coorientador(a)

*Bruma Feitosa de Oliveira*  
(Coorientadora)

## Estados emocionais no pôquer

### RESUMO

Desde o ano de 2010 a GAISF (General Association Of Sports Federation) reconhece o pôquer como esporte da mente, porém a modalidade só foi vista com esse caráter em território brasileiro no ano de 2012 com a homologação da CBTH (Confederação Brasileira de Texas Hold'em). O esporte tem tido um grande desenvolvimento e crescimento no cenário mundial e se destaca no quesito on-line, com isso, muitas pessoas inexperientes tem começado a praticar o esporte. O pôquer requer do jogador atenção, estudo, foco e determinação, pois é pautado em parâmetros matemáticos e probabilísticos, por esse fator não é considerado um jogo de azar. Nesse sentido o jogo se torna muito competitivo e o jogador deve ter seus estados emocionais controlados para não afetar as melhores decisões durante as partidas. Contudo, os estados emocionais podem ser afetados pelo "Tilt", o que pode interferir no melhor jogo apresentado pelo atleta posteriormente. A partir disso, o presente estudo buscou analisar a influência dos estados emocionais no desempenho do pôquer. O método utilizado nesta pesquisa foi a revisão bibliográfica e documental, buscando em bases de dados e em fontes de dados que proporcionem um aprofundamento teórico. Foi identificada uma relação entre alterações nos estados emocionais e tomadas de decisão equivocadas no pôquer, seja por uma lacuna de habilidades psicológicas ou conhecimentos da modalidade e inexperiência.

**Palavras-chave:** Pôquer. Estados emocionais. Jogos da mente. Tomada de decisão.

## Emotional states in poker

### ABSTRACT

Since 2010 the GAISF (General Association Of Sports Federation) has recognized poker as a sport of the mind, however the modality was only seen like this in Brazil in 2012 with the approval of CBTH (Brazilian Confederation of Texas Hold 'in). The sport had a great development and growth on the world stage and stands out in the online category. However, with that, many inexperienced people have started to practice the sport. Poker requires attention, study, focus and determination from the player, once it is based on mathematical and probabilistic parameters, so it is not considered a game of chance. Thereby, the game becomes very competitive and the player must have his emotional states managed so as not to affect the best decisions during the matches. However, the emotional states can be affected by the "Tilt" which can interfere in the best game presented by the athlete on the games. Based on this, the present study analyzed the influence of emotional states in poker performance. The method used in this research is the bibliographic and documentary review, searching in data sources and contents that provide a theoretical deepening. It was identified a relationship between changes in emotional states and wrong decision-making in poker, usually due to a lack of psychological skills or knowledge about the modality and inexperience.

**Keywords:** Poker. Emotional states. Sport. Mind games. Decision-making.

## LISTA DE FIGURAS

<b>Figura 1:</b> Naipes.....	12
<b>Figura 2:</b> Posições dos jogadores na mesa.....	14
<b>Figura 3:</b> Combinação Royal Straight Flush .....	17
<b>Figura 4:</b> Combinação Straight Flush .....	18
<b>Figura 5:</b> Combinação Quadra .....	18
<b>Figura 6:</b> Combinação Full House .....	18
<b>Figura 7:</b> Combinação Flush .....	19
<b>Figura 8:</b> Combinação Sequência .....	19
<b>Figura 9:</b> Combinação Trinca .....	19
<b>Figura 10:</b> Combinação Dois Pares.....	20
<b>Figura 11:</b> Combinação Um Par .....	20
<b>Figura 12:</b> Combinação Carta Alta .....	20

## SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO .....	6
2. OBJETIVO.....	8
3. HIPÓTESE.....	9
4. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS .....	10
5. REVISÃO BIBLIOGRÁFICA .....	11
5.1 História do Pôquer .....	11
5.2 Regras do pôquer.....	12
5.3 O Texas Hold'em .....	13
5.3.1 <i>Posições da mesa</i> .....	13
5.3.2 <i>Ações do jogo</i> .....	15
5.3.3 <i>Dinâmica de uma rodada</i> .....	16
5.3.4 <i>Classificação das mãos de pôquer</i> .....	17
5.4 Influência dos estados emocionais na tomada de decisão no pôquer .....	21
5.4.1 Ansiedade e depressão no pôquer .....	22
5.4.2 O Tilt no pôquer .....	26
6 CONSIDERAÇÕES FINAIS .....	28
REFERÊNCIAS.....	30



## 1. INTRODUÇÃO

Os esportes tiveram uma grande evolução a partir de sua criação e vem sendo modificados em caráter de identificação desde então. Esse é um fenômeno social em constituição, cujas práticas esportivas refletem continuidades e rupturas que caracterizam a expansão de suas fronteiras e o afirmam como objeto passível de interpretações a luz de diferentes teorias e propostas metodológicas (MARCHI Jr., 2002). Seguindo esse pensamento e indo contrário a definição de BARBANTINI (2006) de que o “[...] Esporte é uma atividade competitiva institucionalizada que envolve esforço físico vigoroso ou o uso de habilidades motoras relativamente complexas, por indivíduos [...]” pode-se entender que os e-sports e os esportes da mente caracterizam-se como esportes.

Com essa ruptura com o tradicional, os esportes com caráter diferente de apenas esforço físico tem tido grande importância. Em 19 de abril de 2005, durante a convenção GAISF (General Association Of Sports Federation), ocorreu a criação da International Mind Sports Association (IMSA), órgão que reconhece 7 federações caracterizados como sendo de esportes da mente. Segundo a International Mind Sports Association (2012), as modalidades que compõem a associação são a World Bridge Federation (WBF), a International Go Federation (IGF), a Fédération Mondiale du Jeu de Dame (FMJD), a Fédération Internationale des Échecs (FIDE), a World Xiangqi Federation (WXF), a Mahjong International League (MIL) e a Federation of Card Games (FCG) (INTERNATIONAL MIND SPORTS ASSOCIATION, 2021).

Tais federações abrangem diferentes esportes, como por exemplo, damas, go, pôquer, entre outros. Essa união almeja sua inclusão no movimento olímpico, buscando, de forma gradativa, inserir essas modalidades nos Jogos Olímpicos. Contudo, seu objetivo principal é busca por meios para que a realização da World Mind Sports Games sob a aprovação da GAISF seja possível (INTERNATIONAL MIND SPORTS ASSOCIATION, 2021).

Em 2010, a associação reconheceu o pôquer como um esporte da mente e em 2012, com a homologação da Confederação Brasileira de Texas Hold'em (CBTH) pelo ministério dos esportes, o pôquer tornou-se um esporte da mente e perdeu seu caráter relacionado a jogos de azar. Segundo Ehlert (2014), o pôquer

é um jogo complexo e que exige habilidades comportamentais e intelectuais. Tal determinação realizada pelo Conselho Nacional de Auto-regulamentação Publicitária (CONAR) definiu que a prática do esporte em território nacional não seria, portanto, crime.

O jogo de pôquer é embasado em teorias probabilísticas e matemáticas, um ambiente em que é necessária muita cautela para tomar as melhores decisões baseadas nesses pilares (LILEY; RAKOW, 2009). Por essa razão, durante as partidas os jogadores devem estar muito concentrados e focados para optarem pelas melhores decisões, sendo esse o cenário ideal para todos eles. No entanto, muitos jogadores são inexperientes, alguns se preocupam com a possível perda de dinheiro e outros podem ter seus estados emocionais afetados por conta de situações que envolvem decisões erradas durante o jogo.

Segundo Rosenthal (1995), as perdas induzem emoções negativas e, dessa forma, o jogador de pôquer pode atingir um estado emocional conhecido como “Tilt”, que é gerado por períodos prolongados de perdas, ou por “bad beat”, que são situações em que a probabilidade do seu oponente ganhar é substancialmente menor e, ainda assim, ele ganha. Nesse espectro, o jogador se sente injustiçado, frustrado, assim como também humilhado, desamparado e envergonhado (BROWNE, 1989; ROSENTHAL, 1995), o que resulta, muitas vezes, em decisões futuras e desempenho muito ruins, tendo por base que o jogador passa a buscar o retorno de seu dinheiro o mais rápido possível (HAYANO, 1982; TONEATTO, 1999), o que afeta suas decisões por ter seus estados emocionais afetados pelo “tilt”.

Nesse sentido, pode-se observar que o pôquer é um jogo que demanda muito controle emocional, muito estudo e foco para escolher as melhores decisões, uma vez que esses componentes podem exercer influência na tomada de decisão de seus praticantes. Levando em conta a escassa quantidade de estudos relacionados a temática de jogos da mente, que é algo de crescimento exponencial no mundo todo e tem tido grande procura de maior conhecimento acerca da modalidade, são necessários mais estudos abordando essa temática. Desse modo, o presente estudo busca analisar qual a relação dos estados emocionais no desempenho do pôquer.

## **2. OBJETIVO**

O presente estudo definiu como objetivo analisar, através de uma revisão bibliográfica, a tendência de comportamento e tomada de decisão em atletas de pôquer diante de situações desafiadoras. Ainda, foi analisado o papel dos estados emocionais nas tomadas de decisão durante uma partida de pôquer, verificando se o excesso de oscilações nesse componente pode afetar ou não esse processo.

### **3. HIPÓTESE**

O presente estudo parte da hipótese de que a oscilação de estados emocionais no pôquer é algo que pode influenciar negativamente os jogadores durante as partidas e pode ser ocasionada por alguns fatores: Perder muito dinheiro, pouca experiência e tomar decisões precipitadas e equivocadas durante as partidas. Portanto, com seu estado emocional afetado, o jogador tende a tomar piores decisões e conseqüentemente ir mal na partida.

#### **4. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS**

Para atingir o objetivo do estudo, utilizou-se o método de pesquisa bibliográfica e documental buscando por materiais em bases de dados e outros tipos de conteúdo que proporcionaram base teórica para aprofundamento da temática e discussão da mesma.

Segundo Thomas, Nelson e Silverman (2012), esse tipo de estudo possui as características ideais para quem deseja investigar um tema de forma ampla, mas sem deixar de lado o embasamento científico (presente em artigos científicos publicados em periódicos – online ou físicos, teses, dissertações, livros e capítulos de livros) e os dados concretos (matérias e reportagens, jornais, revistas, documentos, plataformas eletrônicas e filmes/documentários). Toda essa fonte de informação contribuiu para enriquecer a discussão a partir de diversos pontos de vista, bem como fundamentou teoricamente este processo.

Foram realizadas pesquisas em fontes confiáveis, como websites e revistas renomadas na área, buscando sempre as melhores referências para citar exemplos e contextualizar os fatos a serem aprofundados na temática, assim como em plataformas acadêmicas como PubMed, Scielo e Google Acadêmico. Além disso, apenas conteúdos que estejam nos idiomas Português e Inglês foram incluídos na pesquisa.

## 5. REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

### 5.1 História do Pôquer

A origem do pôquer advém de uma relação com jogos antigos que então foram se modificando até chegar no que se conhece hoje como pôquer. Um deles com origem alemã seria o jogo “Pochen” que surgiu no início do século XVI, palavra que significa “bater na mesa”, “jogar” e também “apostar”. Esse jogo é o que se tem de mais próximo ao o pôquer atual. Há a suposição de que os franceses tenham usado da cidade de Nova Orleans, fundada por eles em 1718 no território dos Estados Unidos, para disseminar o novo jogo. No entanto, existem relatos de que apenas em 1829 foi encontrado o primeiro registro do jogo na cidade (DAMIANI, 2007).

O segundo disseminador do pôquer que o autor descreve seriam os barcos a vapor, os quais possuíam salões de jogos no seu interior e viajava pelo rio Mississipi incessantemente. Dessa forma, com o rio tendo suas margens que atravessam o território dos Estados Unidos por toda sua extensão, os salões de jogos chegavam como possibilidade de lazer para diversas pessoas e, assim, o jogo começou a se tornar mais conhecido (DAMIANI, 2007).

Durante o período da Guerra Civil Norte-Americana (1861-1865), as principais modalidades jogadas eram o Draw pôquer e o Five-Card Stud. O Draw pôquer foi substituído pelo Seven-Card Stud no início do século XX. Enquanto o primeiro é tipicamente relacionado aos cowboys, o segundo foi relacionado aos gangsters, tão comuns nos filmes que retratam os Estados Unidos daquela época. Em 1970 surge a modalidade que perdura até hoje e é fenômeno de abrangência global, o Texas Hold'em. A difusão da modalidade se deve ao lendário jogo de cinco meses disputado em um cassino em Las Vegas entre Johnny Moss e Nick Dandalos (dois jogadores que vieram a ser campeões mundiais em anos subsequentes), patrocinado por Benny Binion, o criador do World Series of Poker (WSOP), o maior torneio de pôquer do mundo (DAMIANI, 2007).

## 5.2 Regras do pôquer

O jogo de pôquer, segundo Mestre (2013), é o mais praticado no mundo das cartas atualmente, o qual ocorre com um baralho de 52 cartas sendo composto por quatro naipes: o paus, copas, espadas e ouros (Figura 1). Cada naipe é composto por 13 cartas com as seguintes distinções: 2 (dois), 3 (três), 4 (quatro), 5 (cinco), 6 (seis), 7 (sete), 8 (oito), 9 (nove), 10 (dez), J (valete), Q (dama), K (reis), A (ás).

Figura 1: Naipes



Fonte: DIAS, 2018

O pôquer pode ser praticado por meio de plataforma online e também de forma presencial em que ocorre com a utilização de fichas, sendo que cada uma delas possui um valor e são diferenciadas também pelas cores. O jogo contém quatro rodadas, sendo o *pré-flop*, o *flop*, o *turn* e *river*. O *pré-flop* consiste na rodada em que os jogadores fazem a primeira aposta com base apenas nas duas cartas que eles recebem e são de uso individual. Após essa rodada, ocorre o *flop*, no qual são liberadas na mesa três cartas que todos podem ver e a partir disso ocorrem novamente as apostas. Caso ninguém queira apostar, a rodada seguinte se inicia com a liberação de mais uma carta comunitária na mesa, o chamado *Turn*, assim mais uma vez os jogadores podem apostar ou não. Com o encerramento dessa rodada de apostas inicia-se então a última, que é denominada *river*, onde, pela última vez, os jogadores podem apostar ou não e ao final dessa rodada os jogadores mostram suas cartas individuais. (EHLERT, 2014).

Assim, é determinado dentre os jogadores participantes daquela rodada quem possui a melhor combinação de cartas utilizando as sete cartas (duas individuais e cinco da mesa). O jogo pode envolver dinheiro, que é relacionado

às fichas, ou elas podem representar apenas um valor simbólico, sendo assim conhecido como jogo fictício. Essas fichas que são apostadas na mesa formam o “*pot*” que ao final das rodadas de apostas (*Pré-flop, Flop, turn, river*) é pago para o jogador que tiver a melhor jogada possível naquela rodada, também chamada de melhor “mão”. Caso haja empate entre os jogadores, esse *pot* é dividido entre eles. Essa melhor mão deve ser formada por uma combinação de 5 cartas utilizando ou não as duas cartas da mão e as cartas comunitárias da mesa. Porém durante essas rodadas de apostas, caso um jogador realize uma aposta e nenhum outro pague, o jogador que apostou ganha o *pot* sem ter que mostrar sua mão. (POKERSTARS, 20--; EHLERT, 2014).

### **5.3 O Texas Hold'em**

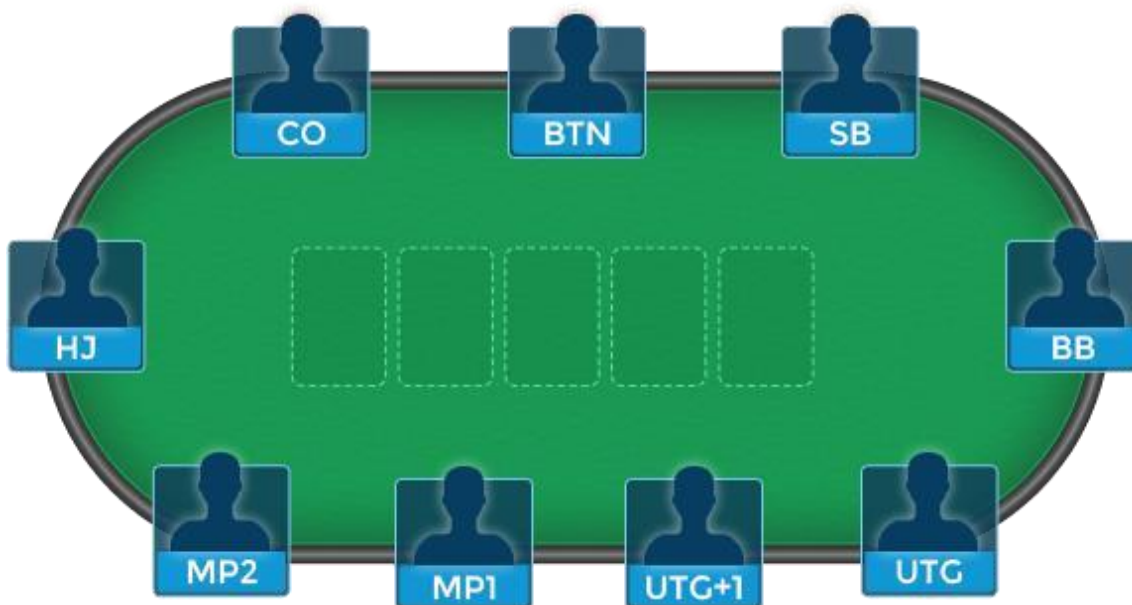
O Texas Hold'em, segundo Silva (2015), foi a modalidade de pôquer que teve a maior representação do esporte no cenário online, assim como também no presencial, representando dentre as modalidades no pôquer a mais conhecida. Para Silva (2015), o jogo tem uma certa simplicidade enganosa, a qual se assemelha ao xadrez em que as regras são muito simples, porém, se torna cada vez mais complexo ao passar do entendimento do atleta. A modalidade é disputada de 2 até 10 jogadores na mesa, sendo que cada jogador recebe duas cartas que somente ele pode ver e na mesa são abertas cinco cartas comunitárias. Para o jogador ganhar a rodada ele deve fazer a melhor jogada possível utilizando sempre cinco cartas dentre as sete que ele tem disponíveis, duas da sua mão e cinco comunitárias (EHLERT, 2014).

#### **5.3.1 Posições da mesa**

Em um jogo de pôquer a distribuição das cartas sempre é baseada pelas posições dos jogadores na mesa e essas posições por rodada são alteradas entre os jogares no sentido horário (BODOGBLOG, 2021). A primeira carta sempre é entregue ao SB (*small blind*) e assim por diante, sendo o BTN (*button*) o último a receber e quando este jogador receber as duas cartas a distribuição se encerra. Cada uma das posições será descrita a seguir, de acordo com Bodogblog (2021):



**Figura 2:** Posições dos jogadores na mesa



Fonte: BODOG, 2021

**SB (Small Blind):** é o jogador que sempre terá as primeiras ações na rodada e ele vem logo após o Botão (BTN). Este é obrigado a pagar, antes da rodada se iniciar, metade da aposta mínima, mesmo sem ter visto as cartas.

**BB (Big Blind):** vem após o SB, o que significa que este jogador sempre será o segundo nas ações nas rodadas e é obrigado a pagar o valor da aposta mínima antes da rodada se iniciar.

**UTG (Under The Gun):** é a primeira posição a pagar ou não na rodada antes de abrir as cartas comunitárias (*pré-flop*), sendo essa é a primeira posição a dar seguimento a ação. Após o *flop* ser aberto, esta volta a ser a terceira posição durante a rodada.

**UTG+1 (Under The Gun +1):** consiste na quarta posição na mesa.

**UTG+2 (Under The Gun +2):** essa posição existe apenas com dez jogadores na mesa e vem logo após o UTG+1.

**MP1 (Mid Position 1):** no caso de nove jogadores na mesa, essa posição vem logo após o UTG+1, no caso de dez jogadores na mesa vem logo após o UTG+2.

**MP2 (Mid Position 2):** vem logo após o MP1

**HJ (Hijack):** vem após o MP2

**CO (Cutoff):** vem após o HJ, é a penúltima posição a dar ação na rodada.

**BNT (Button):** vem após o CO, e é a última posição na rodada a dar ação, considerada pelos jogadores a melhor posição para se estar na rodada.

### 5.3.2 Ações do jogo

No tópico anterior foi citado que os jogadores realizam ações em uma determinada ordem, porém, quais seriam essas ações possíveis a serem realizadas? Segundo POKERSTARS (20--), foram analisadas seis ações possíveis: *Call* (pagar), *Bet* (apostar), *Fold* (desistir), *Check* (passar), *Raise* (aumentar a aposta) e *All In* (apostar todas as fichas). Dessa forma, um jogador pode, em determinadas situações, utilizar dessas ações. Caso alguém queira desistir sem pagar nada no pré *flop*, pode. É possível que todos os jogadores passem a rodada sem apostar nada. Caso um jogador aposte, o outro tem a possibilidade de pagar o valor, desistir da rodada ou até mesmo aumentar o valor.

A ação de pagar (*Call*), ocorre em qualquer situação em que o jogador queira participar da rodada, dessa forma se ele quiser ver a próxima carta sem aumentar nada, apenas pagando o que foi apostado por outros jogadores ele deve realizar apenas a ação de pagar.

A ação apostar (*Bet*), pode ocorrer nas seguintes rodadas de aposta do jogo: *flop*, *turn* e *river*, esta ocorre quando na rodada os jogadores anteriores optaram pela opção passar, e assim ninguém havia apostado anteriormente deixando a possibilidade de o jogador apostar qualquer valor que desejar.

A ação passar (*Check*), ocorre quando os jogadores não querem apostar, ou seja, ao invés de colocarem alguma quantia de aposta eles apenas dizem “*check*” e passam a vez para o próximo jogador da ordem da mesa.

A ação desistir (*Fold*) ocorre desde o pré-*flop* até o *river* e é a ação que se o jogador não quiser jogar com as cartas que ele tem ou não se sinta mais confortável em jogar com elas durante uma das rodadas de aposta, e algum outro jogador apostar, ele pode desistir sem pagar nada. Dessa forma, ele estará fora do jogo durante aquela rodada e entrará novamente na próxima distribuição de cartas.

A ação aumentar (*Raise*) seria o aumento da aposta, assim quando chega na vez de um jogador que anteriormente já havia realizado alguma aposta, este pode aumentar o valor apostado.

A ação de apostar tudo (*All in*) trata exatamente disso, pois em qualquer rodada, desde o pré-*flop* até o *river* e independente de qualquer outra ação anterior, o jogador pode optar por apostar todas as suas fichas. Nesse momento, pode ocorrer de um jogador pagar e, portanto, os dois deverão mostrar as suas cartas na mesa sem terem a possibilidade de realizar qualquer outra ação, pois todas as suas fichas já estão apostadas. Assim, as cinco cartas comunitárias são abertas e ao final delas quem tiver a melhor combinação vence.

Outra situação possível seria um jogador apostar tudo e outros dois, ou mais, jogadores com mais fichas que ele paga a aposta. Nesse momento, os outros jogadores que pagaram e possuem ainda mais fichas que o jogador em “*all in*” continuam as rodadas seguintes normalmente e o jogador que apostou tudo não abre as cartas, apenas as segura e no final do *river* ele necessariamente mostra na mesa.

### **5.3.3 Dinâmica de uma rodada**

Após entender as ações possíveis dentro do jogo e os posicionamentos na mesa, é necessário entender como ocorre uma rodada. Segundo EHLERT (2014) e POLESI (2017), a partir da definição de qual jogador começará com o botão, os demais jogadores já terão suas posições definidas na rodada, sempre no sentido horário. Nesse momento o SB e o BB pagam o necessário. Em seguida, é distribuído para os jogadores duas cartas que somente eles podem ver e, após a

distribuição, ocorre a tomada de decisão de cada um no chamado *Pré flop*, em que os jogadores devem decidir se vão pagar, desistir e caso algum jogador queira é possível aumentar o valor da aposta.

Tomadas as decisões no *Pré flop*, vem então o *Flop*, que são as três primeiras cartas comunitárias que são abertas na mesa. A partir disso ocorrem as decisões dos jogadores novamente nessa rodada. Em seguida, ocorre o *Turn* com mais uma rodada de apostas e, então, o *River* com a última rodada de apostas. Nesse momento os jogadores mostram as cartas, conhecido como *Show Down*, e é analisado dentre as mãos possíveis do Pôquer qual jogador venceu aquela rodada e o *pot* (EHLERT, 2014; POLESI, 2017).

É importante ressaltar que nem sempre uma rodada vai até o *show down*, pois é possível que não passe nem mesmo do *Pré-flop* caso algum jogador aposte e nenhum outro queira pagar a aposta. Neste caso, o jogador que apostou leva as fichas sem necessidade de mostrar as suas cartas, sendo que isso pode ocorrer em qualquer rodada de apostas (EHLERT, 2014; POLESI, 2017).

#### 5.3.4 Classificação das mãos de pôquer

Todas as mãos devem ser compostas por 5 cartas que formem o melhor jogo possível na rodada, utilizando as duas cartas da mão ou não, e as cinco cartas comunitárias da mesa.

A seguir estão listadas as possíveis jogadas no pôquer segundo o site Pokerstars (20--), sendo a primeira mão a mais forte e a última a mais fraca.

**Royal Straigth Flush:** Sequência de cinco cartas sendo de dez a Ás do mesmo naipe. Única combinação imbatível no jogo.

**Figura 3:** Combinação Royal Straigth Flush



Fonte: POKERSTARS, 20--

**Straight Flush:** Cinco cartas em ordem numérica, todas do mesmo naipe. Excluindo a sequência do Dez ao Ás

**Figura 4:** Combinação Straight Flush



Fonte: POKERSTARS, 20--

**Quadra:** Quatro cartas iguais (do mesmo valor). Caso haja empate (em que dois jogadores tenham quadra), a quadra de maior valor ganha. Ainda, caso a quadra seja composta por quatro cartas comunitárias, o jogador que tiver a quinta maior carta vence.

**Figura 5:** Combinação Quadra



Fonte: POKERSTARS, 20--

**Full House:** Uma trinca (três cartas do mesmo valor) e uma dupla (duas cartas do mesmo valor). Caso haja empate as três maiores cartas do mesmo valor vencem. Ainda, caso a trinca esteja na mesa, o jogador com a maior dupla vence.

**Figura 6:** Combinação Full House

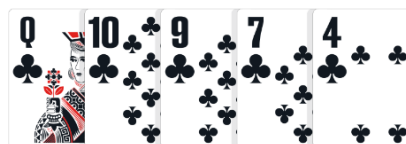


Fonte: POKERSTARS, 20--

**Flush:** Cinco cartas do mesmo naipe. Caso dois jogadores tenham *flush*, o jogador com uma carta de maior valor vence. Ainda, caso o *flush* seja composto pelas cartas comunitárias e nenhum jogador tenham uma carta do naipe do *flush*,

ou que seja maior do que as cartas comunitárias, as fichas apostadas (o *pot*) é dividido entre os jogadores envolvidos.

**Figura 7:** Combinação Flush



Fonte: POKERSTARS, 20--

**Sequência:** Cinco cartas em sequência independente do naipe. Caso haja empate, o jogador que tiver a maior carta no topo da sequência vence. O Ás é a única carta que pode fazer parte da maior sequência e da menor sequência, por exemplo: A, K, Q, J, T e 5,4,3,2, A.

**Figura 8:** Combinação Sequência



Fonte: POKERSTARS, 20--

**Trinca:** A trinca é uma situação onde o jogador terá três cartas iguais como no exemplo da foto, três reis em uma combinação de uma carta da mão e duas da mesa ou duas cartas iguais na mão mais um da mesa, além das outras duas cartas que são diferentes. Caso haja empate, a trinca de maior valor vence.

**Figura 9:** Combinação Trinca.



Fonte: POKERSTARS, 20--

**Dois Pares:** Os dois pares ocorrem quando um jogador tem duas cartas iguais na mão e as cartas da mesa formam outro par, ou quando as duas cartas da mão do jogador são diferentes e se relacionam com duas cartas da mesa. Caso haja empate, o maior par vence.

**Figura 10:** Combinação Dois Pares



Fonte: POKERSTARS, 20--

**Um Par:** Jogada em que o jogador possui uma combinação de duas cartas iguais e outras três diferentes, assim ele forma um par, utilizando as duas cartas da mão ou uma da mão e uma da mesa. Caso haja empate, o maior par vence.

**Figura 11:** Combinação Um Par



Fonte: POKERSTARS, 20--

**Carta Alta:** Uma jogada que não se classifica em nenhuma das mencionadas acima.

**Figura 12:** Combinação Carta Alta



Fonte: POKERSTARS, 20--

#### **5.4 Influência dos estados emocionais na tomada de decisão no pôquer**

Para jogar em seu mais alto nível e atingir o sucesso almejado, um jogador de pôquer deve possuir uma série de fatores relevantes, tais como inteligência, estratégia, raciocínio, conhecimentos de lógica e matemática e controle emocional (LAAKASUO *et al.*, 2014; MEYER *et al.*, 2013). Para atingir isso, existem dois meios de autocontrole nos quais o ser humano busca se encaixar, conhecida como Locus de Controle (LOC), que diz respeito à expectativa de controle de um indivíduo.

Pessoas que mantêm essa orientação de controle interno se baseiam apenas em si mesmos, ou seja, em seu próprio controle do comportamento. Desta forma, um jogador que tem esse controle interno bem situado e pautado por suas próprias decisões tende a ser um jogador mais bem preparado para os percalços do jogo, o que também reflete em todas as suas decisões, que são tomadas com mais calma, e passam por uma reflexão. Desse modo, se eventualmente ocorra algo que vá na direção contrária ao planejado, este não se abala, por já estar preparado para os diversos resultados de uma partida, podendo ser eles positivos ou negativos, e não tornando um único acontecimento o causador de decisões mal tomadas no futuro (DUTTWEILER, 1984).

Por outro lado, aqueles com alta orientação de controle externo acreditam que todo esse controle não depende de atitudes que eles mesmos tomam, mas sim da sorte, do acaso ou de outras crenças que para eles explicam as motivações de um ocorrido que quebre uma expectativa, como, por exemplo, perder (DUTTWEILER, 1984). Nesses casos, como o jogador acredita que os resultados não dependem, necessariamente, das decisões que ele tomou, o fracasso se torna um acaso originado pela má sorte e a vitória uma consequência das habilidades do mesmo.

Com ambos os resultados, positivo ou negativo, esses jogadores que os atribuem às crenças tendem a apresentar uma supervalorização daquela situação, ou seja, se o momento foi de vitória, o jogador vai levar aquilo como um grande fato do jogo e se basear muito nisso. Contudo, se o acontecimento for de derrota o jogador adotará esse evento por um bom tempo como um empecilho, como se algo estivesse contra ele.



Nesses casos é possível identificar que um jogador está em seu estado de descontrole emocional no jogo e essa condição pode ser denominada como “*Tilt*”, que no pôquer descreve um episódio no qual o jogador não é capaz de controlar seu jogo por meio de decisões racionais. Isso leva a uma perda de controle sobre o jogo, sobre sua regulação mental, maior distorção cognitiva e perda de dinheiro. Acredita-se que este fenômeno, experimentado pela maioria dos jogadores, possa ser a porta de entrada para o jogo excessivo (BROWNE, 1989; PALOMÄKI *et al.*, 2013).

O “*tilt*” pode ser um importante causador de problemas de jogo no pôquer online e está intimamente ligado à ansiedade, depressão, impulsividade e crenças irracionais. Por esse motivo torna-se interessante aprofundar os estudos sobre esse tema a fim de colaborar para o entendimento de casos como esses.

#### **5.4.1 Ansiedade e depressão no pôquer**

Atualmente, a depressão tem sido relacionada com muita frequência ao pôquer quando o assunto são os vícios em jogos. Essa relação que uma pessoa pode desenvolver com a aposta em determinado jogo pode ser definida como um jogo patológico, um problema (LORAINS *et al.*, 2011; KIM *et al.*, 2006). Outro fator que se relaciona com o tipo de jogo classificado como patológico é a ansiedade. A partir disso é possível afirmar que quando os estados emocionais de uma pessoa sofrem oscilações, seja pela ansiedade ou por depressão, a tendência é que uma partida seja mal realizada ou planejada, uma vez que as ações se darão de forma impulsiva e o julgamento pode estar comprometido, o que possivelmente ocasionará em maus resultados (EL-GUEBALY *et al.*, 2006; STE-MARIE *et al.*, 2006; HOPLEY; NICKI, 2010).

Segundo Bonnaire e Barrault (2018) e Lévesque *et al.* (2018) a depressão, assim como a ansiedade, é um dos principais causadores para o surgimento de um jogador patológico, caracterizado como um jogador que não possui total clareza e calma em todo o processo de sua tomada de decisão durante cada uma das jogadas e, dessa forma, tende a tomar as decisões por impulso. Além disso, outro comportamento que pode ocorrer em decorrência desse descontrole emocional causado pelo jogo seria uma mudança de humor em uma situação que antes ocorria bem e agora passa a ocorrer de forma conturbada, sendo que

esses comportamentos são notados nos âmbitos pessoal, empresarial ou familiar (American Psychiatric Association, 2000).

Hopley e Nicki (2010) conduziram um estudo investigando a associação entre estados emocionais desregulados e problemas de jogo online. Os autores identificaram que indivíduos que jogam para reduzir temporariamente os estados emocionais negativos acabam por potencializar esse sentimento e com isso o descontrole de suas ações entra em um ciclo vicioso. Isso se dá pelo fato de que essa pessoa estará buscando um meio de suprir o vazio que os estados emocionais desregulados causam, fato que não se confirma quando os resultados obtidos são diferentes do esperado pelo jogador. A partir disso, a pessoa passa a ser entendida como um jogador patológico.

Levando em conta que os jogadores profissionais entendem o esporte não como passatempo, mas sim como trabalho, existe uma série de fatores aos quais eles se atentam para encarar as situações inesperadas no jogo, como o estudo da matemática, da probabilidade, e de como entender, com base nesses estudos, que não se deve alterar os estados emocionais por perder um “spot” com probabilidade a favor de ser ganho (LAAKASUO *et al.*, 2014; MEYER *et al.*, 2013).

Por isso, é incomum ver jogadores profissionais tendo sua forma de jogar prejudicada por um jogo patológico, pois aquilo passa a ser apenas mais uma vez que ele perdeu ou ganhou e, assim, tendo claro que são situações que acontecem no jogo, consegue se controlar melhor. Dessa forma, é importante salientar que os jogadores que utilizam do jogo apenas como um passatempo são os jogadores recreativos, com isso, pode-se entender que são jogadores que não tem preparo psicológico e nem matemático para a prática do esporte e possuem uma tendência a se tornarem jogadores patológicos (LAAKASUO *et al.*, 2014; MEYER *et al.*, 2013).

Vale ressaltar que existem algumas diferenças entre os jogadores quando comparados os níveis competitivos dos mesmos. Os jogadores recreativos, que são aqueles que não jogam o pôquer profissionalmente, mas sim apenas por diversão, mostraram ter níveis mais elevados de depressão do que a população em geral. Outra alteração de estados emocionais que se destacou foi a ansiedade, que também mostrou ser significativamente maior entre esses jogadores do que a população em geral (JOHANSSON *et al.*, 2009).

Deve-se ressaltar que as distorções cognitivas, que envolvem a ansiedade e a depressão, desempenham um papel fundamental no que se entende por jogo patológico, pois, em um primeiro momento seria possível inferir que os jogadores de pôquer inexperientes, e que desenvolvem um jogo patológico, obtiveram um pior desempenho se comparado com um jogador experiente. Contudo, essas situações não podem se equivaler, uma vez que ambos possuem características diferentes de domínio do jogo e de controle emocional (BARRAULT; VARESCON, 2013).

Esse fator de diferença de habilidade e de controle emocional entre jogadores atribui uma importante distorção no entendimento do jogo dos atletas inexperientes, uma vez que os atletas experientes são pouco ou quase nada afetados quando inseridos nessas situações. Dessa forma, os jogadores inexperientes costumam associar os seus ganhos a suas habilidades, enquanto suas perdas estão relacionadas ao azar e a crenças inexplicáveis. Por outro lado, os jogadores experientes entendem que tudo isso faz parte do jogo e remete-se à matemática. Portanto todo esse descontrole é ocasionado por uma perda que, para o jogador inexperiente, comumente consiste em um importante precursor de alterações nos estados emocionais (BARRAULT; VARESCON, 2013).

Nesse sentido, existe um termo denominado como ativação que pode estar relacionado com os eventos mencionados acima. Este termo consiste em uma combinação de atividades fisiológicas e psicológicas em uma pessoa e refere-se as dimensões de intensidade da motivação em determinado momento. Os indivíduos que ficam altamente excitadas tendem a ter seus batimentos cardíacos aumentados, assim como suor excessivo e ritmo de respiração aumentando. Dessa forma, é possível identificar também uma grande atividade mental, que não necessariamente consiste em algo organizado, ou seja, toda essa excitação pode tanto ser boa como ruim, a depender da intenção ou do acontecimento que motivou a excitação no indivíduo (WEINBERG; GOULD, 2017).

Para compreender como essa ativação pode se tornar algo útil para o jogador, ou seja, que ele consiga canalizar toda essa excitação, existe a teoria do U invertido. Nessa teoria explica-se que o melhor desempenho ocorre em um ponto médio de ativação, em que os polos do U invertido são ruins para a melhor

demonstração do atleta, pois de um lado há um sub ativação e do outro uma super ativação, com isso a melhor performance do atleta ocorre no ápice da concavidade (WEINBERG; GOULD, 2017).

A partir destes conceitos surgiu a teoria que hoje é a mais aceita para explicar esse fenômeno, denominada como Zonas Individualizadas de Ótimo Funcionamento (IZOF). Dentro dela compreende-se que não existe uma intensidade de ativação ótima que funcione bem para todas as pessoas, mas sim níveis individuais que funcionam melhor para cada pessoa, de acordo com suas características pessoais, bem como da modalidade e ambientais (HANIN, 2000). Pensando nisso, parece ser importante que tais jogadores sejam capazes de identificar alterações em seus estados emocionais para que, a partir disso, sejam capazes intervir e maneja-los.

Para que isso seja feito, existem técnicas que podem auxiliar no manejo da ansiedade e isso é importante porque este estado emocional pode afetar o desempenho tanto para o excesso quanto para a falta de excitação (WEINBERG; GOULD, 2017).

Uma das principais técnicas utilizadas nessa tarefa é o controle da respiração. Esse controle é uma das formas mais fáceis e eficazes de controlar a ansiedade e a tensão muscular, uma vez que ele age diretamente nos sintomas somáticos da ansiedade. Com isso, é possível afirmar que, em estado de tranquilidade, a respiração do atleta é rítmica, profunda e suave, enquanto que em situações de pressão essa respiração se torna curta, superficial e irregular. (WEINBERG; GOULD, 2017).

Assim, a técnica de respiração consiste em inspirar pensando em dividir o pulmão em três partes, e assim preenchê-las de ar nível a nível. Assim, quando o pulmão estiver cheio por completo é necessário segurar o ar inspirado por alguns segundos e depois realizar uma expiração lenta relaxando os ombros e encolhendo o abdômen. (WEINBERG; GOULD, 2017).

Esse processo de respirar profundamente proporciona uma curta pausa mental da pressão da competição, com possibilidade de renovação da energia, e assim pode ser usada em momentos de decisões que preocupam o atleta, para tentar minimizar a tomada de decisão precipitada.

Naturalmente, existem muitas opções que podem ser adotadas a fim de manejar estados emocionais, como a ansiedade. Contudo, aqui optou-se por

mencionar de forma breve a técnica mais acessível de ser implementada por profissionais de Educação Física e, principalmente, durante uma partida.

#### 5.4.2 O Tilt no pôquer

Os jogadores que são classificados como recreativos criam para si significados para as diversas situações que ocorrem no jogo, o que remete um baixo nível de controle interno. Na maioria das vezes isso ocorre pela falta de conhecimento e entendimento das bases teóricas do jogo. Dessa forma, quando o jogador passa por uma série de perdas ele tende a relacionar com suas crenças para explicar o motivo daquela ocorrência e o problema nunca é ele mesmo e sua falta de habilidade ou controle. Porém, quando alcança uma série de ganhos, ele presume que retomou seu controle novamente e acredita ser a habilidade que resultou em ganhos. É importante entender nesse parágrafo que o melhor estado de performance de um jogador de pôquer, ou seja, um jogador regular e experiente, consistiria em um momento em que seus controles internos estão bem regulados (CARROLL; HUXLEY, 1994).

Porém esses atributos nem sempre são encontrados em um jogador de pôquer, o que acarreta em um típico cenário de descontrole emocional e racional na tomada de decisão das jogadas, denominado de “*tilt*”. Todo esse cenário demonstra uma falta de preparo psicológico do jogador e assim, encontrando-se nessa situação de resultados diferentes do esperado, perda de dinheiro e outros fatores, inicia-se um processo de agravamento dessa condição no jogador (MOREAU *et al.*, 2020)

Esses episódios podem ser causados por sentimentos internos (frustração ou cansaço) ou motivações externas (perda súbita estatisticamente improvável ou longa série de pequenas perdas), que em conjunto resultam em um sentimento de frustração (BROWNE, 1989; BROCHU *et al.*, 2015)

Com isso, uma série de fatores podem ser desencadeados. É possível afirmar, então, que o jogo problemático é acarretado pelo *tilt*, pois a partir dele o jogador busca altos níveis de emoção, além de apresentarem uma grande impulsividade nas suas ações. Tais episódios ocorrem veementemente com jogadores menos experientes, se comparados a jogadores profissionais. Além

disso, a depressão e a ansiedade podem ser desencadeadas pelo estado de *tilt* também (MOREAU *et al.*, 2020)

Com todo esse cenário de descontrole emocional acarretado pelo estado de *tilt* que foi desenvolvido durante o jogo, observa-se uma perda de sensibilidade na tomada de decisões, aumento da ansiedade e da depressão, além da busca dos jogadores problemáticos em recuperarem as suas perdas e obterem sensações de êxtase e emoção com o jogo. Esse cenário anda na contramão do que já foi visto anteriormente, de que o melhor estado de um jogador é com seus estados emocionais bem preparados, além é claro do estudo sobre o esporte, para que assim tenham resultados bons com maior frequência e que entrem em estado de *tilt* com menor frequência (MOREAU *et al.*, 2020).

## 6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O pôquer desde 2010 é considerado um esporte da mente, caráter atribuído a modalidade por representar um jogo complexo que demanda de habilidades comportamentais e intelectuais. Dessa forma, exige das pessoas que querem se tornar profissionais no esporte, estudos matemáticos e probabilísticos do jogo, além de muito estudo sobre as emoções e como controlá-las, sendo assim, um jogador possui sua melhor performance quando domina todas essas características.

O esporte teve sua origem a partir de modificações de outros jogos que antes eram praticados, como por exemplo o “Pochen”. Assim, o primeiro relato do jogo Pôquer que se tem é datado de 1829, nos Estados Unidos, país que abriga uma quantidade bastante considerável de jogadores e conseqüentemente o maior evento de pôquer do mundo, o *World Series of Poker (WSOP)*.

O jogo é praticado com um baralho em que se utiliza das 52 cartas que compõem o baralho, sendo que dentre elas temos 13 tipos de cartas com as seguintes distinções: 2 (dois), 3 (três), 4 (quatro), 5 (cinco), 6 (seis), 7 (sete), 8 (oito), 9 (nove), 10 (dez), J (valete), Q (dama), K (reis), A (ás). Além disso, pode também ser praticado em plataformas online. Em uma partida cada jogador recebe duas cartas e cinco cartas são viradas na mesa na seguinte sequência: *flop*, o *turn* e *river*. Para ganhar a rodada um jogador precisa fazer a melhor combinação entre as 7 cartas que possui (duas da mão e cinco da mesa comunitárias) ou simplesmente apostar e nenhum outro jogador pagar. As mesas de pôquer podem ter de 2 a 10 jogadores e sempre roda no sentido horário. Ainda, existem 10 tipos de combinações das cartas diferentes, sendo elas: Carta Alta, Um Par, Dois Pares, Trinca, Sequência, *Flush*, *Full House*, Quadra, *Straight Flush*, *Royal Straight Flush*, sendo a primeira a combinação mais fraca e última a mais forte.

Como o pôquer é considerado um esporte que demanda de muita atenção e muito estudo para sobressair nas partidas, a melhor situação consistiria em um cenário onde os jogadores estivessem todos preparados para que isso ocorresse. Porém, a grande maioria dos jogadores de pôquer não são profissionais e, portanto, levam o jogo apenas como diversão, não possuindo muitas vezes essas características. Dessa forma, muitos jogadores acabam se

abalando psicologicamente em função de perdas inesperadas no jogo, o que afeta ainda mais o seu desempenho e pode tornar o seu jogo problemático, uma vez que a partir de uma perda o jogador estará sempre buscando recuperar aquele resultado, muitas vezes sem planejar as melhores ações a serem tomadas. Com isso, muitos desses jogadores são afetados pela ansiedade e pela depressão dentro jogo, mas que também podem repercutir em sua vida fora dele.

Contudo, existem técnicas que buscam acalmar um jogador em momentos críticos e uma das principais é a técnica de respiração, que busca alcançar um controle de toda a ansiedade demonstrada durante momentos de tensão. Essa técnica pode ser um artefato para ser utilizado por jogadores inexperientes para retomarem seu controle emocional quando perceberem que estão demonstrando um jogo problemático.

Ao final deste estudo foi possível constatar que os estudos e aplicações da psicologia do esporte dentro do pôquer ainda são escassos, especialmente no cenário brasileiro. Ainda que isso possa soar como desafiador, também se parece com um contexto propício para novos estudos e descobertas.



## REFERÊNCIAS

- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. Diagnostic and statistical manual of mental disorders. 4. ed. Washington, DC: American Psychiatric Association, 2000.
- BARRAULT, S.; VARESCON, I. Cognitive distortions, anxiety, and depression among regular and pathological gambling online poker players. **Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking**, v. 16, n. 3, p. 183-188, 2013.
- BODOG. **Posições numa mesa de poker**. 2021. Disponível em: <https://blog.bodog.com/posicoes-poker/>. Acesso em: 06 out. 2021.
- BONNAIRE, C.; BARRAULT, S. Are online poker problem gamblers sensation seekers?. **Psychiatry research**, v. 264, p. 310-315, 2018.
- BROCHU, P.; SÉVIGNY, S.; GIROUX, I. Raisons de jouer, \_motions et perceptions relatives au hasard et à l'habilet\_ de joueurs pratiquant le poker Texas Hold'em en ligne. **Journal of Gambling Issues**, v. 31, p. 78-111, 2015.
- BROWNE, B. R. Going on tilt: Frequent poker players and control. **Journal of gambling behavior**, v. 5, n. 1, p. 3-21, 1989.
- CARROLL, D.; HUXLEY, J. A. A. Cognitive, dispositional, and psychophysiological correlates of dependent slot machine gambling in young people. **Journal of Applied Social Psychology**, v. 24, n. 12, p. 1070-1083, 1994.
- CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE TEXAS HOLD'EM. A confederação. 2021. Disponível em: <https://www.cbth.org.br/cbth>. Acesso em: 11 mai. 2021.
- DAMIANI, E. B. ABC do Poker. São Paulo: Novatec, 2007.
- DIAS, L. **Origens do baralho**. 2018. Disponível em: <https://diaslucas.blogspot.com/2018/10/origens-do-baralho.html>. Acesso em: 10 out. 2021.
- DUTTWEILER, P. C. The internal control index: A newly developed measure of locus of control. **Educational and psychological measurement**, v.44, n. 2, p. 209-221, 1984.
- EHLERT, S. J. **A matemática no pôquer: explorando problemas de probabilidade**. 2014. Dissertação (Mestrado Profissional em Matemática) - Instituto de Matemática, Estatística e Física da Universidade Federal do Rio Grande, Rio Grande do Sul.
- EL-GUEBALY, N. *et al.* Epidemiological associations between gambling behavior, substance use & mood and anxiety disorders. **Journal of Gambling Studies**, v. 22, n. 3, p. 275-287, 2006.

HANIN, Y. L. Emotions in sport. Champaign, Illinois: Human Kinetics, 2000.

HAYANO, D. M. **Poker faces: The life and work of professional card players**. Berkeley: University of California Press, 1982. 205 p.

HOPLEY, A. A. B.; NICKI, R. M. Predictive factors of excessive online poker playing. **Cyberpsychology, Behavior, and social networking**, v. 13, n. 4, p. 379-385, 2010.

INTERNATIONAL MIND SPORTS ASSOCIATION. History. 2021. Disponível em: <http://www.imsaworld.com/wp/history/>. Acesso em: 11 mai. 2021.

JOHANSSON, A. *et al.* Risk factors for problematic gambling: A critical literature review. **Journal of gambling studies**, v. 25, n. 1, p. 67-92, 2009.

KIM, S. W. *et al.* Pathological gambling and mood disorders: Clinical associations and treatment implications. **Journal of affective disorders**, v. 92, n. 1, p. 109-116, 2006.

LAAKASUO, M.; PALOMÄKI, J.; SALMELA, M. Experienced poker players are emotionally stable. **Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking**, v. 17, n. 10, p. 668-671, 2014.

LÉVESQUE, D. *et al.* Psychological vulnerability and problem gambling: The mediational role of cognitive distortions. **Journal of Gambling Studies**, v. 34, n. 3, p. 807-822, 2018.

LILEY, J.; RAKOW, T. Probability estimation in poker: A qualified success for unaided judgment. **Journal of behavioral decision making**, v. 23, n. 5, p. 496-526, 2010.

LORAINS, F. K.; COWLISHAW, S.; THOMAS, S. A. Prevalence of comorbid disorders in problem and pathological gambling: Systematic review and meta-analysis of population surveys. **Addiction**, v. 106, n. 3, p. 490-498, 2011.

MARCHI JR., W. Bourdieu e a teoria do campo esportivo. In: PRONI, M.W.; LUCENA, R.F. (Orgs). **Esporte: História e sociedade**. Campinas, SP: Autores associados, 2002. 250p.

MESTRE, N. A onda do pôquer no Brasil. 2013. Disponível em: <http://www.istoe.com.br/reportagens/315043> A+ONDA+DO+POQUER+NO+BRASIL>. Acesso em: 06 de outubro de 2021.

MEYER, G. *et al.* Is poker a game of skill or chance? A quasi-experimental study. **Journal of Gambling Studies**, v. 29, n. 3, p. 535-550, 2013.

MOREAU, A. *et al.* Tilt in Online Poker: Loss of Control and Gambling Disorder. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 17, n. 14, p. 5013, 2020.

PALOMÄKI, J.; LAAKASUO, M.; SALMELA, M. 'This is just so unfair!': A qualitative analysis of loss-induced emotions and tilting in on-line poker. **International Gambling Studies**, v. 13, n. 2, p. 255-270, 2013.

POKERSTARS. **As regras de Poker Online**. 20--. Disponível em: <https://www.pokerstars.com/pt-BR/poker/games/rules/>. Acesso em: 06 out. 2021.

POKERSTARS. **Mãos de poker**. 20--. Disponível em: <https://www.pokerstars.com/pt-BR/poker/games/rules/hand-rankings/>. Acesso em: 06 out. 2021.

POLESI, R. A. P. **A Matemática do Poker**. Trabalho de Conclusão do Curso (Licenciatura em Matemática) – Instituto Federal de São Paulo, São Paulo, 2017.

ROSENTHAL, R. J. The phenomenology of 'bad beats': Some clinical observations. **Journal of Gambling Studies**, v. 11, n. 4, p. 367-372, 1995.

SELIGMANN-SILVA, E. Desgaste mental no trabalho dominado. In: **Desgaste mental no trabalho dominado**. 1994. p. 332-332.

STE-MARIE, C.; GUPTA, R.; DEREVENSKY, J. L. Anxiety and social stress related to adolescent gambling behavior and substance use. **Journal of Child & Adolescent Substance Abuse**, v. 15, n. 4, p. 55-74, 2006.

TONEATTO, T. Cognitive psychopathology of problem gambling. **Substanceuse & misuse**, v. 34, n. 11, p. 1593-1604, 1999.

WEINBERG, R. S.; GOULD, D. **Fundamentos da Psicologia doEsporte e do Exercício**. 6. ed. Pokrto Alegre: Artmed, 2017. 622 p.