

Saúde. Primeiro serviço do País especialmente voltado a crianças e adolescentes viciados em jogos e internet atraiu 50 interessados em apenas um mês; comportamento pode estar associado à depressão e ansiedade e pode ser tratado com terapia e medicamentos

Dependência do computador afasta crianças e adolescentes do mundo real

Roberta Pennafort / RIO

Aos doze anos, Derek era um menino a quem o pai, William, considerava normal: aluno regular, com amigos na vizinhança, que jogava futebol e passeava com a família. Na passagem para os treze, mudou. Não pisa mais na rua e só quer ficar diante do computador. Quando avistam William, os outros garotos perguntam “E aí, cadê o vício?” As crianças perceberam o que Derek se recusa a ver: ele tem uma relação de dependência com o computador, jogando por oito horas diárias.

O menino evita qualquer atividade que o faça desgrudar da tela, até mesmo ir ao banheiro e comer. “O jogo virou prioridade na vida dele. Estamos num beco sem saída”, conta William, técnico em refrigeração que, como a mulher, passa o dia fora. Preocupado, o casal levou Derek à Santa Casa de Misericórdia do Rio, que montou o primeiro serviço do País especialmente voltado a crianças e adolescentes viciados em jogos e internet. “Abrimos as inscrições e em um mês 50 pessoas apareceram”, conta o psiquiatra Gabriel Bronstein, coordenador do núcleo.

Das 50, dez foram diagnosticadas como dependentes, e estão fazendo sessões de terapia. Uma nova triagem deve ser feita no segundo semestre. Quem tiver ansiedade, depressão, transtorno de déficit de atenção ou outra comorbidade receberá tratamento – em muitos casos há ligação entre a dependência e uma condição pré-existente.

Antes de conhecer o Mu, jogo com cavaleiros, feiticeiros e gladiadores, Derek não destoava de seus pares. Quando perceberam que a dedicação estava excessiva, os pais vetaram o computador. Ele revoltou – e começou a passar as tardes na lan house. “Ele deixava de comprar merenda para ir a lan house, e emagreceu”, conta o pai.

Derek não gosta mais dos fins de semana e feriados – é quando os pais ficam em casa e regulam a



Exagero. Derek de Souza, de 13 anos, passa a tarde toda no computador e se recusa a sair de casa ou brincar com amigos

rotina. Ele não percebe o exagero. “Não acho muito tempo.”

Lucas, de 15 anos, outro que passa oito horas conectado, e que também foi levado à Santa Casa, pensa como ele. “O jogo não me prejudica em nada.” O menino resistiu a ser levado ao psiquiatra. “Isso é para quem tem parafuso a menos.” O que fascina Lucas são os jogos de combate. A mãe, a enfermeira Patrícia, se preocupa com o fato de

● Desenvolvimento

CRISTIANO DE ABREU

psicólogo da USP

“O córtex pré-frontal não está plenamente desenvolvido, então as crianças têm dificuldade em conter os impulsos”

ele deixar de se relacionar com o mundo real. “Ele está isolado.”

Na Santa Casa, Derek e Lucas responderam a questões sobre o desejo de estar conectado, a irritação quando alguém lhe perturbava durante o jogo e o vazio que sente sem o computador.

Segundo o psicólogo Cristiano Nabuco de Abreu, crianças não têm maturação cerebral para lidar com alguns estímulos. “O córtex pré-frontal não está plenamente desenvolvido nas crianças, então elas têm dificuldade em conter os impulsos”, diz. Há quatro anos ele acompanha jovens e adultos viciados em internet no serviço coordenado pelo Instituto de Psiquiatria da USP. Há núcleos com atendimentos semelhantes na Unifesp e nas PUCs de São Paulo e do Rio Grande do Sul.

Prevenção inclui jogos reais e lazer fora de casa

Estudos apontam que entre 5% e 8% dos usuários tendem a desenvolver dependência do computador – o que no Brasil significa algo em torno de 4 milhões de pessoas. Quando se trata de crianças e adolescentes, algumas formas de prevenção são: não deixar a máquina no quarto, e sim numa área de uso comum da casa, oferecer jogos reais, e não virtuais, além de atividades de lazer fora de casa, como passeios ao ar livre e idas ao cinema.

O psiquiatra Gabriel Bron-

stein trabalha com quadros de dependência há três anos e já conheceu situações extremas, como o de um rapaz de 17 anos, funcionário de uma oficina, que gastava o salário na lan house.

Sua mãe foi até a loja e suplicou para que o dono não o deixasse mais entrar lá. Outro, de 15 anos, era entregador de supermercado e deixava de fazer as entregas para jogar. Foi demitido.

Bronstein viu ainda casos de crianças que pararam de viajar com os pais nas férias porque

SINAIS DE ALERTA

● Comportamento

Falta de interesse em atividades fora do mundo digital, mentiras constantes para a família para encobrir envolvimento com as atividades online, faltas à escola e a outros compromissos, irritabilidade e ansiedade por não usar o computador, falta de interesse por passeios e festas com amigos, problemas no relacionamento social

● Problemas físicos

Taquicardia durante o dia, obesidade ou subnutrição devido à má alimentação dentro da lan house, sono constante na aula, baixo rendimento escolar ou no trabalho, comprometimento na postura, lesões por esforços repetitivos (conhecida como LER), esforço na visão por conta da luz do monitor

● Tratamento

Sessões de terapia, remédios e tratamento de outros problemas geralmente associados, como depressão e ansiedade

não queriam se distanciar do computador. “Nem sempre o prejuízo é visível, por isso é comum os pais demorarem a perceber.” As situações podem ser tão graves quanto as dos dependentes de drogas e álcool – o que move todo dependente, afinal, é a busca pelo prazer.

Conforme se vai jogando, ocorre liberação de dopamina no sangue, o que faz com que se queira mais horas ao computador. Além da psicoterapia, o tratamento pode incluir medicação e orientação aos pais, que precisam se mostrar parceiros da criança. Não é necessário tirar completamente o computador, como nos casos de alcoolismo. O importante é a recuperação de seu uso de modo saudável.