**Cybercondria**

*Mariana Pastore*

*O acesso fácil a informações de saúde estimula o surgimento de um novo doente imaginário : o cybercondríaco. De tanto fuçar nos sites para fazer autodiagnóstico , ele cria sintomas e tem crises de ansiedade*

Dor de cabeça ou tumor? Um sintoma cabe em muitas doenças e a confusão é comum, em tempos de doutor Google. Muita gente prefere "ele" à consulta médica, na busca da causa do mal-estar.

A hipocondria digital é um mal contemporâneo batizado de cybercondria. O fenômeno preocupa os médicos, porque além de causar autodiagnóstico e automedicação, pode evoluir para ansiedade e síndrome do pânico.

De acordo com pesquisas internas do Google, 61% dos americanos adultos buscam informações de saúde.

A grande oferta de sites especializados colabora para a autossugestão.

Um exemplo é o site americano de informações de saúde WebMD, que disponibiliza uma animação do corpo humano para o autodiagnóstico. O usuário clica na região onde tem dor e ele abre uma tabela com sintomas que corresponderiam à determinada área e à doença relacionada.

A cybercondria, em diferentes graus, já aparece no cotidiano dos profissiona-is."Os pacientes já chegam ao consultório com informações da internet e ainda fazem buscas após a consulta", afirma Paulo Olzon, clínico-geral da Unifesp.

O médico alerta os desavisados que determinado sintoma pode ser comum a dezenas de doenças e destaca a importância da relação de confiança entre médicos e pacientes. "Na hora que a pessoa fica sem referência, vai buscar por conta própria e acaba se atrapalhando."

**FALSOS SINTOMAS**

Aconteceu com a administradora de empresas Alba Prizão, 27. Ela desenvolveu distúrbios de ansiedade por causa, em grande parte, do excesso de informação equivocada na rede.

Alba começou as loucas buscas por sintomas e doenças depois que teve uma reação alérgica provocada por uma taça de vinho tinto.

Ela conta: "Fui à farmácia, o farmacêutico disse para eu ir ao hospital tratar a reação. Falou que alergia pode evoluir para choque anafilático, mas que não era meu caso".

No pronto-socorro, a administradora foi diagnosticada com alergia e medicada, mas não chegou a ir a um médico. Começou a pesquisar sobre choque anafilático no computador e descobriu que era um problema sério.

Depois disso, foi parar no hospital diversas vezes com sintomas da reação alérgica. "Tinha sempre os mesmos: taquicardia, garganta fechando e tremedeira."

O psicoterapeuta e professor da PUC-SP Antonio Carlos Pereira explica que o corpo reage a situações criadas pelo cérebro: toda a fisiologia pode ser afetada por ideias, daí o risco de conclusões sobre doenças baseadas no dr. Google. Isso posto, ele defende o direito do paciente buscar na rede o significado do jargão usado pelo médico.

Alba deixou de usar xampu, desodorante e sabonete na época, por medo. "Tirei todas as conclusões pela internet, fuçava tudo."

Na última ida da moça ao pronto-socorro, uma médica disse que ele deveria consultar um psiquiatra, pois seu problema era psicológico. Alba foi diagnosticada com ataques de ansiedade.

O supervisor do programa de ansiedade do Instituto de Psiquiatria da USP Luiz Vicente de Mello explica que o medo desencadeia as histaminas, substâncias que nos defendem dos corpos estranhos que nos atacam. "Há relação entre o sistema de alergia e o de emoção. Quem é muito tenso desenvolve sintomas físicos, somáticos."

Hoje, os ataques de Alba cessaram e ela frequenta o especialista uma vez por semana. As buscas na rede diminuíram, mas o fácil acesso ainda lhe parece tentador. "Meus pais e meu médico me proibiram de entrar na internet para procurar doença. Tento não fuçar muito, mas ainda olho", entrega.

Mello afirma que as pesquisas on-line devem ser criteriosas. "Sites confiáveis, ligados a faculdades, ajudam a esclarecer. Já os alternativos podem fornecer informações errôneas e quem não conhece os termos técnicos pode confundir uma doença com outra e transformá-la em preocupação excessiva."

No Brasil, 10% a 15% da população sofre de ansiedade, segundo dados do Instituto de Psiquiatria da USP, enquanto apenas 2% a 4% são hipocondríacos.

Mas o interesse dos pacientes que sofrem desses dois distúrbios é o mesmo: descobrir se têm determinada doença. A ansiedade é tratada com antidepressivos e psicoterapia, enquanto a hipocondria, com terapia cognitiva comportamental.

A consulta médica deve ser soberana, de acordo com o supervisor do instituto. "O paciente não pode procurar nada sem avaliação clínica médica, senão é induzido a comprar remédios que podem fazer mal e ocultar uma doença mais grave."

**Fonte: Folha de S.Paulo, São Paulo, 19 set. 2010, Mercado, p. B5.**