**Biofeedback para curar a mente**

*Katherine Ellison*

*Dispositivo polêmico altera modo de pensar*

Você se senta em uma cadeira de frente para uma tela de computador, com eletrodos presos ao seu couro cabeludo com uma substância viscosa. Fios que saem dos sensores conectam-se a um computador programado para reagir a sua atividade cerebral.

Tente relaxar e se concentrar. Se seu cérebro se comportar como desejado, você será incentivado com sons agradáveis e atrações visuais como imagens de explosões de estrelas ou campos floridos. Senão, você terá silêncio, tela obscura e flores murchas.

Isso é neurofeedback, uma espécie de biofeedback para o cérebro, cujos praticantes dizem que pode abordar uma série de doenças neurológicas - como transtorno do deficit de atenção com hiperatividade (TDAH), autismo, depressão e ansiedade-, ao permitir que os pacientes modifiquem suas próprias ondas cerebrais através da prática e da repetição.

O procedimento é polêmico e caro. Um tratamento médio, com 30 sessões, pode custar US$ 3 mil ou mais, e poucas seguradoras de saúde americanas pagam por ele. Mas parece estar crescendo em popularidade. Outros duvidam de sua eficácia.

William E. Pelham Jr., diretor do Centro para Crianças e Famílias na Universidade Internacional da Flórida, chamou o neurofeedback de "charlatanismo de lunáticos". Ele advertiu que alegações exageradas poderão levar os pais a optar por ele, em vez de opções comprovadas como terapia comportamental e medicação.

Mas Cynthia Kerson, diretora-executiva da Sociedade Internacional de Neurofeedback e Pesquisa, um grupo de defensoria dos praticantes, estima que 7.500 profissionais de saúde mental nos Estados Unidos oferecem neurofeedback hoje, e que mais de 100 mil americanos o experimentaram na última década.

O tratamento também está chamando a atenção de pesquisadores da corrente dominante. O Instituto Nacional de Saúde Mental em Washington patrocinou recentemente seu primeiro estudo de neurofeedback para TDAH: um teste aleatório e controlado de 36 sujeitos.

Em entrevista no verão, o diretor do estudo, doutor L. Eugene Arnold, professor de psiquiatria na Universidade Estadual de Ohio, notou que houve "melhora significativa" em muitos comportamentos das crianças como relatado por pais e professores.

O neurofeedback foi desenvolvido nos anos 1960 e 70. Em 1968, o neurocientista M. Barry Sterman, da Universidade da Califórnia em Los Angeles, relatou que o tratamento ajudou gatos a resistir a ataques epiléticos. O doutor Sterman, mais tarde, afirmou ter alcançado resultados semelhantes com pessoas.

Uma atração do neurofeedback é a esperança de que ele possa ajudar os pacientes a evitar drogas, praticando exercícios que mais parecem ginástica corporal. As células cerebrais se comunicam entre si em parte através de uma constante tempestade de impulsos elétricos. Seus padrões aparecem em um eletroencefalograma, ou EEG, como ondas cerebrais com frequências diferentes.

Os praticantes do neurofeedback dizem que as pessoas têm problemas quando as frequências de suas ondas cerebrais não são adequadas para a tarefa a realizar, ou quando partes do cérebro não se comunicam adequadamente com outras partes. Essas questões, segundo eles, podem ser representadas em um "mapa cerebral", as leituras iniciais de EEG que servem de guia para o tratamento.

Subsequentemente, um clínico vai ajudar o paciente a aprender a desacelerar ou acelerar as ondas cerebrais, através de processo conhecido como condicionamento operante.

O cérebro começa gerando padrões bastante aleatórios, enquanto um software de computador reage com incentivos sempre que a atividade atingir a meta.

John Kounios, professor de psicologia na Universidade Drexel, na Filadélfia, publicou estudo em 2007 sugerindo que o tratamento acelerou o processamento cognitivo em idosos.

"Não há dúvida de que o neurofeedback funciona, que as pessoas podem modificar a atividade cerebral", disse. "As grandes perguntas que ainda não respondemos são: como ele funciona exatamente e como pode ser controlado para tratar distúrbios."

**Fonte: Folha de S.Paulo, São Paulo, 18 out. 2010, New York Times, p. 5.**