

## 2 O USO PATOLÓGICO DA INTERNET (UPI) E SUAS CONSEQUÊNCIAS AO SER HUMANO.

Hermínia Prado Godoy<sup>1</sup>  
Cecilia Pellegrini<sup>2</sup>

A *internet* trouxe muito avanço à humanidade e nas últimas décadas, especificamente desde a década de noventa os pesquisadores e estudiosos no campo da psicologia, da medicina e neurocientistas já atentam para a investigação dos problemas que crianças, adolescentes, adultos e até idosos apresentam pelo uso excessivo da *internet*.

O fato começou a chamar a atenção dos médicos e psicólogos em suas clínicas, em casa dos pais mais atentos ao desenvolvimento psíquico de seus filhos, em escolas dos olhares atentos dos educadores e hoje em dia está sendo estudado por pesquisadores que já delinearão a etiologia, formas de avaliação diagnóstica e tratamento do que consideram: uma patologia do uso da *internet*, uma dependência da *internet* e outros preferem chamar de uso problemático da *internet*.

O que verificamos em nossas clínicas psicológicas e médicas são adolescentes sendo trazidos pelos seus pais, pois, não estavam tendo um bom rendimento escolar. Muitos deixaram de frequentar a escola, ficavam trancados no quarto, sem parar de usar a *internet* para interagir com a família, estudarem e até mesmo tomar banho, trocar de roupa e/ou comer. Pais que traziam suas crianças por não conseguirem controlar seus comportamentos inadequados quando tiravam o aparelho eletrônico de suas mãos ou não deixavam que brincassem com seus celulares, tais como: birra, atitude desafiante, comportamento agressivo. Até mesmo vimos histórias de bebês que só paravam de fazer birra e ficavam quietos para comer somente se lhes

---

<sup>1</sup> **Hermínia Prado Godoy** - Pesquisadora do Grupo de Estudos e Pesquisa em Interdisciplinaridade- GEPI e do Grupo de Estudos e Pesquisa sobre Interdisciplinaridade e Espiritualidade – INTERESPE do Programa de Pós Graduação: Educação/Currículo da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo – PUCSP. Pós-doutora em Interdisciplinaridade pelo GEPI/PUCSP (2011). Doutora em Educação/Currículo pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUCSP/2011). Mestra em Distúrbios do Desenvolvimento pela Universidade Presbiteriana Mackenzie (Mackenzie/1999). PhD em Regression Therapy em 2000 pela AAPLE (USA). Graduada em Psicologia pela Universidade Paulista (UNIP/1978). Especialista pelo CRP/06 em Psicologia Clínica e Forense. CV: <http://lattes.cnpq.br/1130515834292714>; E-mail: [herminiagodoy@ymail.com](mailto:herminiagodoy@ymail.com)

<sup>2</sup> **Cecilia Godoy Pellegrini**. (2009-2010) Especialização em Neurologia Infantil, tendo desenvolvido a pesquisa sobre La Syndrome de Dravet tendo como orientadora Catherine Barondiot no Centre Hospitalier Regional Et Universitaire de Nancy, França. (2007-2008) Residência médica em: Neurologia Infantil pela Universidade Federal de São Paulo. (2004-2006) Residência médica Pediatria pela Santa Casa de Misericórdia de São Paulo. 2003-Graduação em Medicina, pela Universidade de Santo Amaro, UNISA, Brasil. Em atualização profissional no Departamento de Psicobiologia da UNIFESP na área de Distúrbios da Aprendizagem. CV: <http://lattes.cnpq.br/0672122264839590> E-mail: [cecipellegrini@gmail.com](mailto:cecipellegrini@gmail.com)

fossem dados um aparelho eletrônico para verem imagens e ou fazerem barulho.

Também observamos pais desatentos aos cuidados consigo mesmo, com familiares, trabalhos profissionais por estarem atentos aos programas na televisão, às mensagens no *whatsapp*, lendo o *facebook*, jogando no celular, falando no celular. Sem contar com o uso danoso do celular ao dirigirem, andarem de bicicleta ou até mesmo a pé.

Os pesquisadores da atualidade já consideram o uso do celular em excesso como um quadro de dependência.

Young, Yue e Ying (*in* YOUNG, ABREU e COL., 2011, p.22) definem as dependências como: “a compulsão habitual a realizar certas atividades ou utilizar alguma substância, apesar das consequências devastadoras sobre o bem estar físico, social, espiritual, mental e financeiro do indivíduo”.

Todos nós em nossa evolução apresentamos insegurança, medos, ansiedade, falta de confiança, incertezas. Faz parte de nosso desenvolvimento sentirmo-nos frágeis, tímidos, inábeis em vários momentos de nossa vida. O que nos traz segurança, autoconfiança e autoestima são os desafios que enfrentamos na vida. O convívio escolar, familiar e social nos ensina a fortalecermos nossas emoções, ampliarmos nosso conhecimento, conhecermos as diferenças entre as pessoas e aprendermos a vivermos bem conosco e em sociedade.

Pessoas que fazem uso excessivo do computador se privam do contato social e se isolam deixando de passar por experiências de vida que lhe são muito importantes para seu crescimento emocional, psíquico, social, profissional e espiritual. Tornam-se crianças inseguras, jovens retraídos e tímidos, adultos imaturos e ansiosos.

Para o alívio da ansiedade mais se envolvem em compulsões buscando o alívio das tensões, a diminuição do *stress*. Temos as compulsões alimentares, as sexuais, as droga-aditivas e agora a adição<sup>3</sup> à *internet*.

O ir à escola, conversar com amigos, ir a teatro, cinema, obedecer à rotina familiar sem o uso da *internet* a pessoa pode entrar em abstinência e pode começar a apresentar um quadro de depressão, fobias e até desenvolver um surto psicótico.

O termo Uso Patológico da *Internet* (UPI) diz respeito a uma teoria cognitivo-comportamental desenvolvida por Davis (2001, *in* YOUNG, ABREU e Col, 2011). Dentro do modelo cognitivo-comportamental a dependência tecnológica é entendida por alguns autores como, por exemplo, Caplan (2002, *in* YOUNG, ABREU e Col, 2011) como um subproduto das dependências comportamentais, porém David (2001, *in* YOUNG, ABREU e Col, 2011) entende a UPI como algo além de uma dependência comportamental: são cognições e comportamentos que possuem um padrão doentio e acabam

---

<sup>3</sup> Termo usado na classificação de patologias psíquicas- DSM  
rev.interespe., nº.7, dez., 2016

resultando em consequências negativas para a vida da pessoa que fica dependente da *internet*.

O modelo neuropsicológico desenvolvido por Cyand (2005, in YOUNG, ABREU e Col, 2011, p 25) já usa a denominação: dependência de *internet*. Salaria que para a pessoa ser diagnosticada portadora desta dependência deve preencher o pré-requisito de que a dependência deve “prejudicar gravemente o funcionamento social e a comunicação interpessoal do jovem” e deve satisfazer a três condições que são:

1. Sentir que é mais fácil se autorrealizar virtualmente que na vida real;
2. Experienciar disforia ou depressão sempre que o acesso à *internet* for interrompido ou deixar de funcionar, e,
3. Finalmente, tentar esconder dos membros da família o tempo real de uso.

Autores como Young e Abreu (2011, in YOUNG e ABREU e Col., 2011) apontaram para a necessidade de já se pensar em incluir o diagnóstico de dependência de *internet* no DSM 5<sup>4</sup> enquanto um apêndice, até que maiores estudos possam ser realizados, mas ainda não está referendado no DSM 5 que foi lançado em 2014. Esperamos que o uso excessivo da *internet* seja em breve mais estudado pelos pesquisadores para que sejam desenvolvidas formas tratamento mais eficientes.

Com esse breve apanhado sobre a dependência de *internet* ou Uso Patológico da *Internet* (UPI) ou uso problemático da *internet* pretendemos alertar aos usuários de eletrônicos como computadores, *tablets*, celulares que é importante que se auto-avaliem, observem seus filhos, alunos, amigos e verifiquem se o uso está lhe trazendo problemas como isolamento, depressão, crises de ansiedade, dentre outros; se estão bem, felizes, arcando com seu sustento, cuidando de seus familiares, de si mesmo, de seus compromissos sociais e profissionais. Se não estão que busquem auxílio médico e psicológico e se tratem ou tratem seus familiares o mais breve que puderem.

Vemos as pessoas adoecendo e perdendo-se de si mesmas com o uso excessivo da *internet*, mas felizmente também temos conhecimentos de que vivemos uma era em que as pessoas estão despertando para o seu autoconhecimento, para o respeito para com seu organismo, com a prática de esportes, com o crescimento espiritual, com o equilíbrio energético-espiritual e estão questionando a forma de ensino a seus filhos.

Vemos os professores mais comprometidos em criar recursos educacionais mais atrativos aos alunos, preocupados em entenderem as crianças e adolescentes a eles confiados.

Vemos surgindo e imperando uma educação integrativa e neste campo a interdisciplinaridade se firmando, se fortalecendo e se reproduzindo em todos os cantos.

---

<sup>4</sup> DSM: Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais. 5ª Ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.

Trazemos aqui alguns depoimentos. Cada um do seu jeito percebe a entrada da tecnologia nas suas vidas e na de seus filhos. Um tem clareza que precisa fazer um movimento para não deixar de existir o contato pessoal com as crianças por meio de brincadeiras, concomitante ao uso da *internet*. O outro olha admirado a facilidade com que seu filho lida com a *internet*. Percebe o lado deslumbrante do uso dessa capacidade.

Perguntamos a uma mãe como lidava com as tecnologias na sua casa com seus familiares. Trata-se de uma mãe jovem de 28 anos, marido de 36 anos e 3 filhos: duas meninas de 6 e 5 anos e um menino de 4 anos. Diz a mãe:

Lá em casa é mais ou menos assim: Francisco vai ligando tudo e eu saio desligando tudo. Aí sou chamanda de chata, etc. Mas eis que, na hora do trabalhinho da escola, vem isso aqui ó:



Figura 1: desenho da filha de 6 anos<sup>5</sup>

A mesma pergunta foi feita a outra mãe jovem de 36 anos (marido com a mesma idade) e um filho de 7 anos e ela disse:

Eles usam sozinhos, não precisam da gente. É impressionante! O Rafael fez um teste numa escola de programação de games e foi aprovado direto para a segunda fase. Sabe muito mais do que eu. Agora, é difícil filtrar o que ele vê. Ele adora alguns Youtubers. Fala palavrão como eles.

Pensamos que não podemos pensar em positivo e negativo e devemos nos esforçar para que o negativo não impere. A tecnologia não é negativa. O uso que se faz dela é que é negativo. O avião que nos leva rapidamente para onde queremos ir é o mesmo que lança mísseis.

<sup>5</sup> A criança escreveu em inglês porque estuda em uma escola inglesa. A professora escreveu o que o que ela falou que o desenho representava para ela: Adoro minha mãe porque ela desliga a televisão e inventa coisas legais pra brincar... (Tradução: Adriana Passarelli)

Acreditamos que mães, pais, familiares, professores e profissionais da saúde saberão evitar que uma sociedade zumbi se prolifere e que poderemos conviver cada vez mais com uma sociedade composta por seres mental, emocional e espiritualmente conscientes, despertos, equilibrados e maduros, que usem a *internet* sem se tornarem reféns da tecnologia que veio ao mundo para lhes servir e não dominar.

É a lei natural de tudo o que é criado: podemos usar de forma positiva ou negativa. Temos nosso livre arbítrio. Sobre o livre arbítrio recairão as consequências nunca Divinas e sim uma simples ação e reação, uma resposta negativa ou positiva das pessoas ou natureza frente às nossas ações.

O uso da *internet* traz avanços positivos e já estamos sentindo e percebendo os efeitos negativos. O melhor é fazermos a profilaxia. Melhor cuidarmos da nossa saúde para não adoecermos, mas se adoecermos temos condição de tratar nossas doenças.

Quanto mais estudarmos os efeitos negativos do uso da *internet* e descobirmos meios tratar os transtornos melhor será. Porém vale o bom senso e a sabedoria de Paulo Freire que nos falava em primeiro conscientizar, depois alfabetizar. Vamos então nós profissionais da saúde, da educação, das ciências exatas, e todos mais usarmos adequadamente a *internet* e ensinar nossos familiares, alunos e nós mesmos a usarmos a tecnologia com sabedoria e a nosso favor, progresso, alegria e satisfação.

## REFERÊNCIAS.

CYAND, *in* YOUNG, ABREU e Col. **Dependência de *Internet***: manual e guia de avaliação e tratamento. Porto Alegre: Artmed, 2011.

DAVIS, *in* YOUNG, ABREU e Col. **Dependência de *Internet***: manual e guia de avaliação e tratamento. Porto Alegre: Artmed, 2011.

YOUNG e ABREU, *in* YOUNG, ABREU e Col. **Dependência de *Internet***: manual e guia de avaliação e tratamento. Porto Alegre: Artmed, 2011.