

ASPECTOS SOCIAIS E INDIVÍDUAIS SOBRE A DEPENDÊNCIA TECNOLÓGICA

SOCIAL ASPECTS AND INDIVIDUAL ON TECHNOLOGICAL DEPENDENCE

FERNANDO MARCOS ROSA MARQUES **GUERRA**^{1*}, DIANA SOUZA SANTOS **VAZ**², LIZIA HELENA **NAGEL**³

1. Fisioterapeuta, Mestre em Promoção da Saúde pelo Centro Universitário Cesumar (Unicesumar), Docente na Universidade Estadual do Centro-Oeste (UNICENTRO); 2. Nutricionista, Mestre em Promoção da Saúde pelo Centro Universitário Cesumar (Unicesumar), Docente na Universidade Estadual do Centro-Oeste (UNICENTRO); 3. Doutora em Educação: História, Política, Sociedade pela Pontifícia Universidade Católica (PUC) de São Paulo;

* Rua Triângulo Austral, 556, Quinta do Sol, Paraná, Brasil. CEP: 87.265.000. f_m_r_m_g@hotmail.com

Recebido em 31/05/2016. Aceito para publicação em 12/07/2016

RESUMO

Hodiernamente vive-se uma sociedade voltada para o consumo, onde é impossível se tornar sujeito, antes de ser mercadoria. Os avanços tecnológicos nesse meio, consistem num excesso de informação, sendo que grande parte dessas informações são consideradas natimortas, a capacidade de assimilar tantas informações fica comprometida e a sociedade elimina aquilo que não julga necessário, nesse contexto temos a internet responsável por abreviar o pensamento das pessoas, impedindo o raciocínio crítico, mantendo a grande parte de seus usuários apenas na superficialidade. O objetivo desse trabalho é avaliar os impactos do uso abusivo das tecnologias virtuais nas AVDS (atividades de vida diária) de seus usuários. A pesquisa foi realizada através uma revisão bibliográfica nas bases de pesquisa: biblioteca virtual de saúde, google scholar e scielo on, dependência tecnológica, jogos eletrônicos e cyberbullying e foi realizado uma entrevista sobre “Dependência Tecnológica” com a professora Gisele Mascagna nas dependências de uma Instituição de Ensino Superior do noroeste paranaense. O estudo se caracteriza sendo retrospectivo, transversal, secundário, quantitativo e qualitativo. Com os resultados desse estudo foi possível concluir que o uso indiscriminado das tecnologias pode afetar o indivíduo de várias maneiras, sejam elas comportamentais (dificuldade em relacionar-se, evasão do mundo real, cyberbullying), ou físicas (nutrição inadequada, sedentarismo), aspectos esses que são observados na dependência tecnológica, que pode compreender outros quadros patológicos.

PALAVRAS-CHAVE: Internet, dependência tecnológica, cyberbullying.

ABSTRACT

In our times live is a society focused on consumption, where it is impossible to become subject before being merchandise. Technological advances in this medium, consist of an excess of information, and much of this information is considered still-born, the ability to assimilate so much information is compro-

mised and society eliminates what does not deem necessary in this context we have the internet responsible for abbreviate thought people, preventing critical reasoning, maintaining much of its users only superficiality. The aim of this study is to evaluate the impact of the abusive use of virtual technologies in AVDS (activities of daily living) of its members. The survey was conducted through a literature review in research bases: virtual health library, scholar google and scielo on, technological dependence, electronic games and cyberbullying and was conducted an interview on "technological dependence" with the teacher Gisele Mascagna on the premises of a Higher Education institution of northwestern Paraná. The study is characterized being retrospective, cross, secondary, quantitative and qualitative. With the results of this study it was concluded that the indiscriminate use of technology can affect the individual in many ways, whether behavioral (difficulty in relating, real world evasion, cyberbullying), or physical (poor diet, sedentary lifestyle), aspects those that are observed in technological dependence, which may comprise other pathological conditions.

KEYWORDS: Internet, technological dependence, cyberbullying.

1. INTRODUÇÃO

Hodiernamente vive-se uma sociedade voltada para o consumo, onde é impossível se tornar sujeito, antes de ser mercadoria. Os avanços tecnológicos nesse meio consistem num excesso de informação, de acordo com Bauman (2008), nos últimos 30 anos se produziu mais informação do que nos últimos 5 mil anos, sendo que grande parte dessas informações são consideradas natimortas, a capacidade de assimilar tantas informações fica comprometida e a sociedade elimina aquilo que não julga necessário, nesse contexto temos a internet responsável por abreviar o pensamento das pessoas, impedindo o raciocínio crítico, mantendo a grande parte de seus usuários apenas na superficialidade (MASCAGNA,

2013).

A Internet dispensa qualquer forma de apresentação de suas funcionalidades. De fato, além de favorecer a comunicação e a busca de informações, é uma importante ferramenta de contato social. Os benefícios decorrentes do uso dos *chats* (comunicadores instantâneos do tipo “MSN”, dentre outros) já são relatados por parte dos indivíduos mais tímidos e introvertidos como um importante recurso de ajuda. No entanto, juntamente com o aumento na popularidade do uso da rede mundial e dos jogos eletrônicos, surgiram relatos na imprensa leiga e na literatura científica de indivíduos que estariam “dependentes” da realidade virtual da Internet e dos jogos eletrônicos. (ABREU *et al.*, 2008).

Estudos apontam que a Internet pode servir também como valioso recurso ao auto-cuidado, provendo informação e interação entre seus usuários (VASCONCELOS-SILVA *et al.*, 2010). Como reflexo de todo esse processo temos uma mudança cultural nos jovens a partir da década de 2000, Feixa (2000) usa a expressão Geração Arroba ((@)) para denominar esses jovens, pois em primeiro lugar, esta é uma geração que tem o acesso universal às novas tecnologias da informação e da comunicação. Em segundo, há uma erosão das fronteiras tradicionais entre os sexos e os gêneros com os quais os jovens têm de lidar. Já em terceiro, o autor acredita que o processo de globalização cultural traz, necessariamente, novas formas de exclusão social em grande escala dividindo os jovens entre conectados e desconectados.

Colocando em voga os indivíduos conectados, tem-se o surgimento do grande problema da dependência tecnológica, Greenfield (2011) relata que a internet não é algo novo, pois não é a primeira atividade facilmente acessível, barata, capaz de distorcer o tempo, interativa, anônima e prazerosa à qual fomos expostos. O que é novo, entretanto, é a intensidade, acessibilidade e disponibilidade com que todas essas características são utilizadas nas tecnologias possibilitadas pela internet. Assim essas atividades estimulam a liberação de substâncias prazerosas, que tendem a ser repetidas, funcionando como um reforço positivo, que é o que irá tornar possível a sua repetição.

Um dos recursos amplamente utilizados por essas novas tecnologias são os jogos eletrônicos, esses são caracterizados como uma das formas contemporâneas de desdobramento da cibernética, indústria essa em franca ascensão. As novas tecnologias e sua notável disseminação acabam por atingir toda a sociedade, de forma direta ou indireta, principalmente as crianças, adolescentes e jovens adultos. Tal evolução revela uma abrangência na utilização de jogos eletrônicos. Concomitantemente, os jogos eletrônicos possibilitam um tipo de intimidade com as máquinas jamais imaginada décadas atrás. Esse movimento caracteriza a cultura do computador nascente, representando, assim, uma nova era. Os jogos eletrôni-

cos, de caráter on-line ou off-line, podem ser considerados um modelo de mídia comum no século XXI e, com o seu fascínio quase hipnótico, são vistos como o poder dominador da tecnologia, tem-se uma interatividade fascinante, onde um novo mundo é disponibilizado ao usuário, que possui o poder de mudar tudo com apenas um clique (LEMOS e SANTANA, 2012).

Esses acontecimentos possibilitam a percepção de que se vive num mundo de comunicação constante, em que se perde a noção dos fusos horários e da distância que separam os corpos. Num mundo moderno, onde a tecnologia quebra barreiras, surge o conceito de cibercultura, que podemos definir como sendo a forma sociocultural resultante da tríade sociedade, cultura e novas tecnologias. Dessa maneira, pode-se ver a cibercultura como a nossa cultura, pautada pela utilização das novas tecnologias, dando-nos cada vez mais a sensação de habitar em uma aldeia global (LEMOS e CUNHA, 2003).

Nesse contexto temos a criação de um ciberespaço comunicativo, que deriva da ação interativa que os cibernautas geram ao utilizar a informação presente no ciberespaço. Este tipo de ciberespaço é aquele em que o principal é promover a comunicação, quer seja interpessoal ao nível individual, quer seja intergrupar ao nível dos grupos de cibernautas. É nesse espaço que acontece outro item importante a ser destacado nesse trabalho que é o cyberbullying.

O cyberbullying, assume-se como uma variante do tradicional bullying. O bullying, é um tipo de violência que se caracteriza por ser intencional, continua e de caráter físico, verbal e /ou psicológico sobre um ou mais indivíduos. Por sua vez, o cyberbullying vem sendo definido pelo recurso às tecnologias da comunicação e informação para denegrir, humilhar e/ou difamar uma ou mais pessoas. No entanto convém focar que nem todos identificam fenômenos de cyberbullying como tal. Isto porque o que para uns pode ser considerado cyberbullying, para outros pode ser um simples caso de difamação. Depende da interpretação que cada um faz do caso. Assim sendo, a transmissão de imagens e mensagens difamatórias e/ou falsos acerca de um ou mais indivíduos pode ser considerado cyberbullying. (PINHEIRO, 2009).

O objetivo desse trabalho é avaliar os impactos do uso abusivo das tecnologias virtuais nas AVDS (atividades de vida diária) de seus usuários, visto que, Lemos & Santana (2012) comentam que países como os Estados Unidos, a Austrália e outros da Europa e Ásia vêm incentivando pesquisas nessa área, relatando a existência de uma parcela significativa da população jovem e adulta que apresenta características de uso problemático desses recursos o que vem chamando atenção da mídia.

2. MATERIAL E MÉTODOS

A pesquisa foi realizada através uma revisão biblio-

gráfica nas bases de pesquisa: biblioteca virtual de saúde, google scholar e scielo sobre, dependência tecnológica, jogos eletrônicos e cyberbullying. A escolha dessas bases de artigos deu-se em função do volume de artigos disponíveis gratuitamente nessas bases de dados e, segundo por se tratar de repositórios altamente recomendada pelos programas de pós-graduação e pela CAPES para a pesquisa acadêmica.

O critério de inclusão era que os artigos tinham que estar disponíveis na íntegra para download. Foi utilizado como critério de exclusão artigos com mais de 15 anos de publicação.

Na sequência foi realizado uma entrevista sobre “Dependência Tecnológica” com a professora Gisele Mascagna, psicóloga, mestre em psicologia e docente da UNIFAMA, no mês de outubro, de 2013, nas dependências de uma Instituição de Ensino Superior do noroeste paranaense. A entrevista foi elaborada junto a disciplina “Educação e Saúde”, ministrada pela professora Dra. Lízia Nagel, do programa de Mestrado em Promoção da Saúde, dessa mesma instituição.

O estudo se caracteriza sendo retrospectivo, transversal, secundário, quantitativo e qualitativo.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

É possível afirmar com os estudos pesquisados que as dependências se caracterizam por diversos fatores, dentre eles tem-se a liberação de dopamina, responsável por desencadear sensações prazerosas em seus portadores. A dependência tecnológica também apresenta essa característica (MASCAGNA, 2013).

Seguindo esse pensamento verifica-se que essa pode estar associada a outras doenças, como os transtornos do controle dos impulsos e as chamadas dependências comportamentais. Levando-se em conta os usuários de jogos eletrônicos, vinculando a psicopatologia, pode ser considerado um comportamento desadaptativo quando são apresentados sinais de excesso na utilização de tais tecnologias. Isso ocorre quando o comportamento aditivo afeta o sujeito de forma que ele se encontra incapaz de controlar a frequência e o tempo diante de um comportamento que anteriormente era considerado inofensivo (LEMOS e CUNHA, 2003).

Abreu *et al.* (2008) ressalta em seus estudos que uma das queixas mais frequentes em consultórios psiquiátricos por parte de pacientes mais velhos ou mesmo de pais preocupados com seus filhos, é quanto ao referirem aumento do isolamento social e piora nos rendimentos escolares e acadêmicos, devido ao uso abusivo da internet e jogos eletrônicos. Embora esses fenômenos ainda sejam pouco estudados, o autor sugere que o uso excessivo do videogame e da Internet pode se tratar de um novo transtorno psiquiátrico. Pesquisas realizadas principalmente em países desenvolvidos e nos tigres asiáticos, aonde o acesso à tecnologia ocorre de modo mais inten-

so, apontam que uma parcela da população jovem e adulta apresenta características de uso problemático desses novos recursos eletrônicos. Tais estudos, porém, são bastante heterogêneos e a variabilidade da nomenclatura e a inexistência de uma síndrome clinicamente identificável e confiável, devido à falta de critérios, o que dificulta a elaboração de uma pesquisa bibliográfica a respeito do tema abordado.

Mascagna (2013) afirma que é impossível isolar os filhos e a nós mesmos de toda essa tecnologia, mas como tudo, é preciso estabelecer limites, criar barreiras para evitar os riscos patológicos que podem ser causados por essas, porém os mesmos pais que estabelecem os limites são aqueles que os desconsideram, assim como relata Cavalli *et al* (2011), a partir de pesquisas que caracterizam os efeitos do uso da internet, indicando que é na população mais jovem que ocorrem os maiores danos, as consequências do uso sem limites desse recurso devido a falta de monitoramento dos pais e responsáveis.

O autor supracitado realizou um estudo com 203 adolescentes que frequentam duas escolas do Ensino Médio, no período noturno, do município de Herval d'Oeste (SC). Quando questionados sobre as regras, observa-se que estão sendo pouco praticadas conforme respostas dos adolescentes: 77,12% dizem não haver regras quanto à prática de jogos eletrônicos; 18,30% afirmam que existem regras, seus pais acompanham e cobram; e 4,58% afirmam que existem regras, mas como não há cobranças, fica a critério deles seguir a regra ou não.

Para as situações já vivenciadas: 28,26% já perderam a hora de refeições para jogar; 20,65% já deixaram pessoas esperando por atenção após findar a fase ou o jogo; 13,04% deixaram de ir a passeio com amigos e familiares; 11,41% preferem jogar a sair de casa; 8,70% preferem jogar a praticar atividade física; 5,44% preferem jogar a parar para conversar; 4,89% já seguiram um modelo virtual transportando o para a vida real; 4,35% preferem as relações virtuais às relações reais; e 3,26% já mudaram de ideia em relação a algum assunto com o conhecimento que adquiriu com os jogos.

Atividades como deixar de realizar refeições, de participar de passeios, deixar pessoas esperando e dar prioridade aos jogos, citadas como opção preferencial na vida dos adolescentes, podem prejudicar seu convívio social e familiar, valorizando apenas o prazer momentâneo e o individualismo. Pensando coletivamente, em sociedade, esses comportamentos geram uma gama de complicações em relação ao diálogo, familiar e social funcional, pois o indivíduo acaba por satisfazer-se mais com relações virtuais do que com as reais, gerando desconforto nas pessoas que fazem parte do seu convívio, perde-se assim a capacidade de se relacionar com o outro (CABRAL, 2006).

Condizente com esse raciocínio temos também os

estudos realizados por Ferreira e Ribeiro (2000), onde relata-se que a maioria dos pais permite que os filhos pratiquem jogos tanto tempo quanto quiserem, deixando-os livres para decidir o tempo dispensado, categoria a ser jogada e se essa corresponde à faixa etária adequada às suas necessidades.

Os estudos vão de acordo com o pensamento relatado por MASCAGNA (2013), onde a falta de limites compromete toda a estrutura do indivíduo, ao tratar uma criança e um adolescente da mesma maneira que um adulto, ao lhe proporcionar esse grau de liberdade, esquece-se que os mesmos não têm condições de avaliar as consequências dos seus atos, gerando deveras complicações na estrutura física e psíquica desses indivíduos.

Diante dessa situação, a atitude dos pais pode ser compreendida como um descompromisso em relação às escolhas de seus filhos; isso, porém, pode ser explicado pelo fato de que a modernidade trouxe distorções às atitudes parentais, agora marcadas por abnegações de atitudes repreensivas e pela ênfase em atitudes permissivas. Isso denota, inclusive, o entendimento equivocado do Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA), que prevê a segurança em aspectos biopsicossociais.

É importante ressaltar que ao abordar o tema dependência tecnológica, precisa-se estabelecer critérios de diagnóstico, Young (2007) discorre sobre alguns como: a preocupação excessiva com a internet, necessidade de aumentar o tempo conectado (on-line) para ter a mesma satisfação, exibir esforços repetidos para diminuir o tempo de uso da internet, presença de irritabilidade e depressão, quando o uso da internet é restringido apresenta labilidade emocional (internet como forma de regulação emocional), permanecer mais conectado (on-line) do que o programado, trabalho e relações sociais em risco pelo uso excessivo, mentirem sobre a quantidade de horas on-line. O autor frisa que se deve observar a existência dos cinco primeiros itens associados a pelo menos um dos três últimos, pois estes se referem a formas de impedimentos ou limitações sociais ou ocupacionais causadas pelo uso excessivo.

Campos (2009) realizou um estudo em Portugal com uma amostra composta por 115 alunos do 5º ao 12º ano, com idades compreendidas entre os 10 e os 26 anos. 62,6% dos alunos são do sexo feminino e 37,4% do sexo masculino. Os resultados demonstram que 8,7% dos indivíduos são cybervítimas e 6,1% cyberbullies. Verificou-se que existe uma correlação entre cyberbullying e bullying, assim como ser-se cyberbully e bully ou cybervítima e vítima de bullying. Os agressores online dispõem mais tempo com as tecnologias e conhecem e utilizam mais estratégias de segurança. Todavia não se verificou diferenças entre os casos de cyberbullying e o sexo dos participantes.

Já as pesquisas de Pinheiro (2009) também realizadas em Portugal, identificaram um maior grau de dependên-

cia entre o sexo masculino, e uma faixa etária compreendendo dos 21-25 anos os que dispõem mais tempo em frente ao computador. O autor relata que o cyberbullying parte da manipulação, estando as pessoas treinadas a agir de modo a usarem as suas emoções para se auto-motivarem, numa óptica de manipulação e de invasão do outro, perdendo a capacidade de empatia, de se colocar no lugar dos outros (inteligência social). Assim sendo, as pessoas começam a praticar cyberbullying no seu sentido aditivo, pois este provoca-lhes sensações de prazer psicológico, o que auto-motiva as pessoas a continuar com esta prática.

Suzuki (2009) explica que a relação entre *videogame* e relações sociais e outro aspecto interessante que vem sendo objeto de estudo. O uso de jogos eletrônicos tem sido associado a dificuldades de socialização. O termo “amizade eletrônica” foi cunhado para designar esse tipo de relação que alguns jogadores estabelecem, ao envolver-se no jogo em detrimento de manter relações com outras pessoas. Esses seriam indivíduos que apresentam dificuldades sociais ou emocionais, que utilizam os jogos para escapar, muitas vezes substituindo interações sociais da vida real pela vida virtual, que provocaria menos ansiedade.

Essas pesquisas deixam clara a questão da dependência e apontam para mais um problema que essa pode gerar que é a questão do cyberbullying, uma tendência preocupante desenvolvida graças a cultura capitalista, onde a valorização do individualismo e a incansável busca pelo prazer momentâneo justificam as práticas mais abusivas da sociedade, é como se para manter o desenvolvimento econômico da sociedade o ser humano precisa-se envolver, recorrendo a práticas que o levam contra os princípios éticos e morais.

Mascagna (2013) defende a ideia de que a melhor forma de tratamento para esse tipo de dependência é a redução gradativa de horas de uso dessa tecnologia.

De acordo com Abreu (2008), no que diz respeito a outras formas de intervenção, sugere-se terapia de apoio e de aconselhamento, terapia familiar, entrevista motivacional e psicoterapia cognitivo-comportamental. Esta última opção teórica tem lugar por apresentar excelente resposta no tratamento dos transtornos do controle dos impulsos (transtorno explosivo intermitente, jogo patológico e tricotilomania) e, em alguns casos clínicos, por utilizar estratégias já testadas para tratamentos de dependências de substâncias.

Em um estudo conduzido por Young (2007), de um total de 114 pacientes, após o tratamento, obteve-se: maior motivação para interromper a conexão; maior capacidade de manejo do tempo (pois a distorção temporal é uma das características do uso prolongado); diminuição do isolamento social; e diminuição da abstinência, dentre outros elementos.

Batista *et al.* (2008) relata que essas práticas apre-

sentam-se como problema de saúde pública mundial, considerando que alguns países como Coreia do Sul, Alemanha, Holanda e Estados Unidos já possuem Centros de Tratamento especializados e exclusivos para jovens dependentes de meios eletrônicos.

4. CONCLUSÃO

Conclui-se que o uso indiscriminado das tecnologias pode afetar o indivíduo de várias maneiras, sejam elas comportamentais (dificuldade em relacionar-se, evasão do mundo real, cyberbullying), ou físicas (nutrição inadequada, sedentarismo), aspectos esses que são observados na dependência tecnológica, que pode compreender outros quadros patológicos.

Percebe-se também que o tema é relativamente novo, e que há uma variedade muito ampla em relação a nomenclatura utilizada para defini-lo, o que dificultou a pesquisa bibliográfica, sendo encontrado poucos estudos a respeito. Assim é válido acrescentar a importância de se efetuar novas pesquisas sobre do tema.

REFERÊNCIAS

- [01] ABREU, *et al.* Dependência de Internet e de jogos eletrônicos: uma revisão. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, São Paulo, v. 30, n. 2, p. 156-167, 2008.
- [02] BATISTA, *et al.* (2008). Influências positivas e negativas dos jogos eletrônicos. In: V SEMANAINFO, 2008, Juiz de Fora, MG.
- [03] BAUMAN, Zygmunt. *Vida para o consumismo*. 1.ed. Rio de Janeiro: Zahar, 2008.
- [04] CABRAL, F. S. A captura da subjetividade na guerra dos botões. *Revista Ciência & Vida*, Curitiba, v. 1, n. 2, p. 32-39, 2006.
- [05] CAMPOS, M. *O Cyberbullying. Natureza e Ocorrência em Contexto Português*. 2009. Portugal, Dissertação (Mestrado em Psicologia Social e das Organizações) – Instituto Universitário de Lisboa, Portugal.
- [06] CAVALLI, F. S.; TREVISOL, M. T. C.; VENDRAME, T. Influência dos jogos eletrônicos e virtuais no comportamento social dos adolescentes. *Revista de Psicologia Argumento*, Curitiba, v. 31, n. 72, p. 155-163, 2013.
- [07] FEIXA, Carles. *De jóvenes, Bandas y Tribus - antropología de la juventud*. Barcelona: Editorial Ariel, 1999.
- [08] GREENFIELD, D. As propriedades da dependência do uso de internet. In: *Dependência de Internet: Manual e Guia de Avaliação e Tratamento*.
- [09] LEMOS, A.; CUNHA, P. (org.) (2003). *Olhares sobre a cibercultura*. Porto Alegre: Sulina, pp. 11-23.
- [10] LEMOS, I. L.; SANTANA, S. M. Dependência de jogos eletrônicos: a possibilidade de um novo diagnóstico psiquiátrico, *Revista de Psiquiatria Clínica*, Recife, n. 39, n. 1, p. 28-33, 2012.
- [11] MASCAGNA, G. *Dependência no mundo moderno*. 2013.
- [12] PINHEIRO, L. O. *Cyberbullying em Portugal: uma perspectiva sociológica*. 2009. Portugal, Dissertação (Mestrado Sociologia: desenvolvimento e políticas sociais) – Universidade do Minho, Portugal.
- [13] SUZUKI, *et al.* O uso de videogames, jogos de computador e internet por uma amostra de universitários da Universidade de São Paulo. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, São Paulo, v. 58, n. 3, p. 162-168, 2009.
- [14] VASCONCELLOS-SILVA, *et al.* As novas tecnologias da informação e o consumismo em saúde. *Caderno de saúde pública*, Rio de Janeiro, v. 26, n. 8, p. 1473-1482, 2010.
- [15] Young, K. S. Cognitive behavior therapy with Internet addicts: treatment outcomes and implications. *Cyberpsychol Behav*, Pennsylvania, v. 10, n. 5, p. 671-9, 2007.