

# **ConeXões Virtuais**

## **Diálogos com a Psicanálise**

**Anchyses Jobim Lopes**

**Cibele Prado Barbieri**

**Maria Beatriz Jacques Ramos**

**Ricardo Azevedo Barreto (Orgs.)**



escuta

# PADRÃO DE USO DA INTERNET E REDES SOCIAIS E IMPLICAÇÕES NA SAÚDE MENTAL DOS ESTUDANTES DE MEDICINA

*Déborah Pimentel  
Lucas Santana Marques de Souza  
Maíra Sandes Moromizato  
Danilo Bastos Bispo Ferreira*

## INTRODUÇÃO

Vivemos momentos de grandes transformações, e a tecnologia passou a fazer parte inerente das nossas vidas, para o bem e para o mal. A internet, ferramenta de informação que nos faz armazenar e buscar conhecimentos em velocidade e capacidade inimagináveis é também, para alguns, instrumento de múltiplas conexões sociais que favorece a superação das inibições trazendo bem-estar (Young, 2011).

O que não se pode negar é que o uso da internet traz implicações de grandes efeitos sobre o nosso cotidiano, até mesmo a dependência, descrita como algo similar à de um sujeito que tem o mesmo do álcool, revelando o potencial da internet promover danos psíquicos que preocupam e desafiam a sociedade, as famílias, os psiquiatras e os psicanalistas (Young, 2011).

Houve um crescimento significativo do acesso à internet através de dispositivos portáteis ou móveis. O uso cada vez mais frequente dos aparelhos de comunicação

dentro de casa, nas escolas, nos ambientes de trabalho e em outros, promove um tempo maior de exposição aos efeitos do uso excessivo desses equipamentos. Com isso, é possível entender que a geração atual de adolescentes cresceu com as mais recentes tecnologias e que o uso da internet é um fenômeno extremamente propagado com efeitos ainda não conhecidos (Bischof-Kastner, Kuntsche e Wolstein, 2014; Zheng et al., 2014).

Esse problema da dependência da internet, em especial das redes sociais, é algo ainda muito novo e é mais explorado pela mídia do que pelos próprios profissionais da área de saúde, uma vez que ainda temos poucos estudos consistentes em relação à magnitude do problema que cresce a cada dia (Young, 2011).

Os atuais *smartphones* combinam a capacidade plena da internet com uma fantástica proliferação de aplicativos, os mais diversos, que atendem tanto à possibilidade de falar (talvez seja a função menos usada nos tempos atuais) quanto de fazer buscas rápidas por informações de qualquer natureza, compras, pagamentos e extratos bancários, controles de índices de saúde, educação, busca de artigos e leitura de livros, contatos sociais com busca por relacionamentos amorosos e sexuais, bate-papos virtuais, atividades recreativas e jogos, mensagens de voz e criação de textos (Bischof-Kastner, Kuntsche e Wolstein, 2014; Young, 2011; You, Potenza e White, 2013).

Para fornecer algum tipo de projeto de intervenção e medida preventiva, quanto ao uso de internet, é preciso entender como o fenômeno da tecnologia implica um comportamento problemático ou disfuncional. É preciso conhecer os motivos que levam as pessoas a utilizar a internet. Alguns instrumentais foram criados para mensurar os aspectos motivadores que levam os jovens, em especial, a fazerem uso da internet de forma constante. Porém, esses instrumentais ainda resultam em lacunas

nas suas mensurações, o que motivou esta pesquisa (Bischof-Kastner, Kuntsche, Wolstein, 2014).

## OBJETIVO E MÉTODO

Este estudo exploratório, descritivo, transversal, qualiquantitativo, se propôs identificar nos estudantes de Medicina, acima de 18 anos, alunos da Universidade Tiradentes em Aracaju, as implicações na saúde mental pelo uso abusivo de internet; para tanto, foi traçado o perfil desses alunos com os seus respectivos padrões de uso. Este *paper* é apenas um recorte deste estudo.

Quanto aos aspectos éticos, esta pesquisa teve o aval do Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Sergipe, respeitando a Resolução n. 446/2012 do Conselho Nacional de Saúde (Brasil, 2012).

A amostra da pesquisa foi casual simples, composta de 169 acadêmicos (107 mulheres e 62 homens) que concordaram em assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

Foram utilizados como instrumentos de coleta três questionários contendo questões objetivas e fechadas: o Inventário de Ansiedade de Beck (BAI); Escala de depressão de Beck (BDI); e um questionário com 39 perguntas baseado no *Internet Addiction Test* (IAT), todos validados internacionalmente (Beck e Steer, 1993; Cunha, 2001; Beck, Steer e Garbin, 1988; Beck, 1961; Widyanto e McMurrin, 2004).

As variáveis foram testadas quanto à normalidade dos dados por meio do teste de Shapiro-Wilk e foram apresentadas por meio de mediana (Md) e seus quartis (25%-75%) por não assumirem o pressuposto de normalidade. As variáveis categóricas foram apresentadas em frequências absoluta e relativa. Para a análise de comparação de dados, foi aplicado o teste T de *Student*

para amostras independentes. Para as associações das categorias pesquisadas, foi realizado o Teste do Qui-quadrado. A significância estatística foi estipulada em 5% ( $p \leq 0,05$ ). Para todas as análises foi usado o programa *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS 15.0).

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

### *Questionário adaptado do IAT*

A Organização Mundial de Saúde (OMS) tem considerado os estudos sobre os efeitos causados à saúde das crianças e dos adolescentes pelo uso constante de telefone celular, uma área de pesquisa de alta prioridade. Fazer chamadas, enviar mensagens, navegar na internet e jogar pelo telefone são atividades muito comuns na vida dos adolescentes, cuja maioria é detentora desses equipamentos (Zheng et al., 2014).

Na atualidade, os desejos do homem são tratados como necessidades que se satisfazem a cada avanço tecnológico, criando ilusões de completude e bem-estar. Os desejos inconscientes acabam sendo substituídos pelas exigências de consumo que promovem demandas de identificação. O sujeito perde a sua identidade, e o seu desejo é confundido com o desejo do outro, que massifica o desejo eliminando as diferenças: todos iguais, alienados ao poder da mídia eletrônica, que é a grande formadora de opinião e da nossa subjetividade (Pimentel, 2000).

Entre os 169 alunos desse estudo, em Aracaju, apenas sete desses respondentes não têm *smartphone*, *tablet*, *notebook* nem sequer computador, o que pode parecer estranho quando a pesquisa ocorre no ano 15 do século XXI, em uma universidade particular, entre alunos do curso de Medicina, curso com uma das maiores

mensalidades do país, e em um momento em que há uma massificação do uso desses equipamentos dentro de todas as camadas sociais. Outrossim, como existem muitos alunos bolsistas, é possível que esses 4,1% de respondentes estejam nessa categoria, qual seja, sem poder aquisitivo suficiente, ou ainda, pessoas que fogem da regra comum e valorizam o encontro e o toque como mais importantes do que uma comunicação por meio eletrônico.

Enquanto ainda engatinhamos nos nossos estudos, os sintomas evoluem sem que percebamos e se diferenciam de forma desgovernada a cada novo lançamento tecnológico, pois com as facilidades que esses equipamentos oferecem à vida moderna é natural que façamos uso de forma exagerada ou abusiva e queiramos estar sempre fazendo um *upgrade* desses equipamentos (Young, 2011).

A tecnologia nos mostra um sujeito “geração aperta botão” (termo usado milhares de vezes, antes da virada do milênio, nos discursos do meu supervisor Carlos Pinto Corrêa do Círculo Psicanalítico da Bahia), que com seus *smartphones* e *tablets* tem a ilusória sensação de completude, alargando o campo do imaginário e reduzindo sua capacidade de simbolizar (Pimentel, 2000).

A idade dos participantes apresentou uma mediana de 21 anos (20-24). Não foi verificada diferença estatística da idade entre os gêneros ( $p= 0,357$ ).

Apenas dois alunos (1,2%) não fazem uso diário da internet e ou das redes sociais, provavelmente, fazem parte desse grupo, aqueles que, por não possuírem equipamentos, só têm acesso aos computadores da escola. Os que fazem uso, 28,9% expendem até três horas; 34,3% permanecem entre três e cinco horas na internet diariamente; e 33,2% dos respondentes ficam acima de cinco horas diárias.

Esses resultados revelam um total de 67,5% dos estudantes de Medicina que perdem um tempo significativo do seu dia usando a internet, provocando, provavelmente, perdas e danos em várias áreas de sua vida, porém sem se atentarem a isso.

Fazendo contraponto com os nossos resultados, uma pesquisa realizada na China em escolas diferentes revelou que 79,81% estavam com um celular no momento da pesquisa; gastam aproximadamente apenas 65 minutos por dia em atividades de entretenimento no celular e tem um gasto aproximado de 12 minutos em chamadas, mostrando, talvez, mais parcimônia no uso desse instrumento e mais disciplina que os nossos estudantes (Zheng et al., 2014).

O vício em internet na China é mais comum entre homens jovens no ensino médio, no entanto, a utilização dos *smartphones* como meio inovador do próprio uso da internet está difundido entre uma faixa etária muito ampla (da adolescência até a terceira idade, por exemplo) e predominante no sexo feminino (Lin et al., 2014).

Apesar de não ser possível classificar de forma precisa os danos fisiológicos e psicológicos causados pelo uso abusivo dos telefones celulares e seus inúmeros aplicativos, percebe-se que a desatenção é um dos efeitos mais prevalentes nos adolescentes. Justifica-se que ao manter o foco nas atividades executadas no celular e na internet, o adolescente perca interesse e capacidade de produção nas demais atividades que executa em seu cotidiano (Zheng et al., 2014).

Os alunos que nunca conseguem desligar os seus *smartphones* completamente e em quaisquer circunstâncias compõem quase metade da amostra (45,6%). Durante as aulas, entre aqueles que não desligam, apenas 33,7% não visualizam as redes sociais, e 14,8% dos alunos não conferem mensagens. Alguns estudantes (3,1%) admitem receber queixas dos professores.

Apenas 26 alunos declararam que desligam o celular completamente durante as aulas; só 21 destes, desligam nos treinamentos e estágios.

Um número reduzido de estudantes (10,7%) invariavelmente desligam seus equipamentos quando vão dormir, e entre os que deixam o celular ligado, se este tocar à noite ou notificar mensagens, 43,2% despertam e respondem; e se acordarem espontaneamente durante a noite, 47,3% costumam imediatamente verificar se há mensagens no celular e, entre estes que verificam, 53,1% respondem, ato contínuo, as notificações recebidas.

Houve associação de importância estatística de 25,6% entre aqueles que ao acordar na noite tem o hábito de checar se há mensagens no celular com a presença de sintomas no resultado do BDI ( $p = 0,016$ ) e associação de 44,9% com os resultados positivos do BAI ( $p = 0,006$ ).

Também houve associação de 61,4% entre aqueles que costumam verificar suas redes sociais ao acordar durante a noite com os que no teste BDI relataram que não dormem tão bem quanto costumavam ( $p = 0,031$ ).

Um detalhe comumente observado em indivíduos com vício em *smartphone* é a vibração/toque fantasma, ou seja, o indivíduo tem a sensação de que o aparelho vibrou/tocou e vai conferir; no entanto, isso não ocorreu. Esse fenômeno encontra-se em estudo pelos profissionais de saúde, e pensou-se que entrava na lista de fatores a serem avaliados para auxiliar na definição de vício em equipamentos desse tipo. No entanto, o estudo concluiu pela aplicação desse teste com a população em estudo que existe baixa correlação entre vibração/toque-fantasma e a incapacidade funcional e o comportamento compulsivo (Lin et al., 2014).

Esses dados implicam que muitos destes alunos têm a atenção completamente dividida entre as atividades cotidianas e acadêmicas, e os estímulos externos, os



mais variados, se pondo vulneráveis a sons e sinais, até mesmo durante o sono, provavelmente comprometendo a aprendizagem e o descanso noturno ou alternando seu ciclo normal vigília-sono (27,8%), uma vez que costumam perder o sono ou dormir menos por causa do uso excessivo da internet.

Estudos anteriores demonstraram que a utilização de mídia eletrônica, como a televisão, os computadores pessoais, a internet e os jogos de computador, está associada aos distúrbios do sono. Mas os jovens não são ainda conscientes dos efeitos adversos do uso de meios eletrônicos tanto na quantidade quanto na qualidade do sono e a influência forte sobre o humor e o bem-estar que podem acarretar em prejuízos acadêmicos (Wolniczak et al., 2013).

Estudo no Irã avaliou que pessoas que mantêm o aparelho celular ligado durante o período noturno têm maior propensão a apresentar falta de atenção nas suas atividades do que aqueles que o mantêm desligado nesse mesmo período (Zheng et al., 2014).

Atualmente, tem sido sugerido por estudos que a exposição à claridade do próprio *smartphone* na hora de dormir pode alterar o ritmo circadiano do sono, causando insônia e sonolência excessiva no dia seguinte (Wolniczak et al., 2013).

Foi aplicado em 418 estudantes, usuários do Facebook, de uma Universidade privada do Peru, dos cursos de Psicologia e Ciências da saúde, questionário adaptado de dependência de internet (IAT). Os participantes tinham idade média de 20,1 anos e 70% eram do sexo feminino, ou seja, uma amostra muito parecida com a nossa. A prevalência de dependência do Facebook daquela pesquisa foi de 8,6%, enquanto que a prevalência de má qualidade do sono foi de 55,0%. Nas análises dos questionários, os autores obtiveram os seguintes resultados: os dependentes de Facebook tinham cerca de

1,3 vezes maior prevalência de má qualidade do sono, do que no grupo não dependente. Os usuários do Facebook são viciados provavelmente por usá-lo em qualquer hora e lugar, e os padrões de sono são normalmente interrompidos por irem mais tarde para cama. Aquele estudo concluiu que os jovens com vício em Facebook têm o mesmo padrão equivalente ao vício em jogos online e podem desenvolver sentimentos de solidão e isolamento, que também foram associados à fragmentação do sono (Lin et al., 2014; Wolniczak et al., 2013).

O que autores concluem é que as pesquisas, até então, são capazes de apontar apenas associação, internet com sinais e sintomas de transtornos psíquicos, porém não trazem a informação de causalidade. Concluindo, um em cada dez alunos pode ter vício em Facebook, enquanto mais 55% tinham má qualidade de sono (Wolniczak et al., 2013).

O autor sugere que haja mais estudos para autenticar esses achados e desenvolver estratégias para otimizar o uso dessa rede social e, ainda, que se busquem alternativas para melhorar a qualidade de sono nessa população.

Os jovens da presente pesquisa (92,9%), quando estão com familiares, professores e ou amigos, têm dificuldade de desligar o *smartphone* completamente, e 78,1% têm o hábito de simultaneamente conversar com terceiros na internet. Sem-cerimônia, 60,2 % declararam que acessam a internet a qualquer momento desejado, mesmo quando estão conversando com os pais, amigos e namorados (as), revelando total falta de atenção e respeito aos que estão ao lado deles em momentos até mesmo os muito especiais, em detrimento de qualquer interesse ou de alguém que está distante e que às vezes não é sequer tão importante.

Ou seja, além das obrigações do cotidiano que corrompem nosso tempo, afastando as pessoas, a internet

sedutoramente convida os seus usuários a um isolamento, empobrecendo mais ainda a convivência e a comunicação direta entre as pessoas que se amam e assim torna-se capaz de trazer para perto quem está muito longe e afastar quem está perto, provocando queixas, mágoas e solidão.

Considerando que sete alunos não têm *smartphone*, apenas seis alunos da amostra, entre os que efetivamente usam celular, privilegiam e valorizam as pessoas que estão diante de si, desligando ou ignorando seus aparelhos.

Entre os estudantes, quase metade deles (42,8%) costuma verificar suas redes sociais ao acordar durante a noite, e 64,8% acessam as redes durante as refeições, o que revela um grande índice de dependência e de ansiedade.

Feito um cruzamento entre dados, percebemos associação significativa de 43,1% entre aqueles que verificam suas redes sociais no período das refeições e os que apresentam sintomas de ansiedade no BAI ( $p = 0,005$ ).

A maior motivação (47,3%) para o uso do *smartphone* declarada pelos alunos é o uso do aplicativo *Whatsapp* e a imensa maioria deles (94,4%) faz uso deste sistematicamente e acredita (67,4%) que isso não prejudica o seu rendimento escolar e ignora os riscos que o aplicativo promove, uma vez que 34,3% costumam abrir o dispositivo, até mesmo enquanto dirigem.

Aplicativo popular, o *Whatsapp* se disseminou socialmente e, entre os seus usuários, apenas 11 pessoas afirmaram não manter grupos do tipo “Família”; sete alunos não mantêm grupos do tipo “Amigos”; e só um único estudante não mantém grupos do tipo “Colegas de Faculdade”.

O aplicativo *Whatsapp* muito popular em todas as idades e classes sociais é invariavelmente o recurso mais usado nos *smartphones*. Hoje os celulares são pouco

usados na função voz em uma ligação direta e convencional entre as pessoas.

O aplicativo promove múltiplos encontros virtuais, quer entre velhos amigos e colegas, quer com familiares. Este último grupo em especial é curioso, pois quando seus componentes estão fisicamente juntos não conseguem se entender nem dialogar, e o contato pessoal entre pais, filhos e irmãos é, muitas vezes, insuportável, sempre gerando conflitos os mais diversos; porém, via mensagens do aplicativo, é tolerado, em virtude desse distanciamento físico. Faz-se assim o contraponto da presença de uma ausência que impede, pela distância, que o sujeito sinta uma sensação de invasão e ao mesmo tempo busque mecanismos de reparação pela separação. Nas redes, os familiares parecem frustrar menos e satisfazer mais ao ideal desejado.

As pesquisas acadêmicas também são consideradas como razão para o uso da internet por 22,5% dos alunos, e as redes sociais foram declaradas como a terceira motivação mais frequente (18,6%), frisando que o uso do Instagram (49,1% dos alunos usam) é maior que o do Facebook (37,9%).

Por outro lado, o estudante que usa em excesso as redes sociais, entre outros dispositivos de internet, comprometendo horas de estudo e convivência familiar, é o mesmo que busca na internet informações complementares para as suas aulas. A internet está presente na rotina das pessoas por promover acesso à informação e facilitar a comunicação e segundo Wolniczak et al. (2013), na Espanha, cerca de 98% de adolescentes com idade entre 11 e 20 anos relataram fazer uso da internet, sendo as redes sociais mais utilizadas, a MySpace, o Twitter e o Facebook.

Em pesquisa com 195 jovens, 79,17% têm perfil no Facebook, e 13,89% utilizaram portais especializados relacionados com a sua profissão ou trabalho. Ninguém

marcou no questionário participação em serviços de namoro (Szczegielniak, Palka e Krysta, 2013). Enquanto na presente pesquisa com alunos de Medicina, estes citaram por ordem de uso na internet, os recursos do Snapchat, Skype, Twiter, Viber e Tinder. Este último, um aplicativo para encontrar pessoas para namorar.

A internet constitui-se facilmente uma fonte de vício, porque reúne diversos recursos e permite várias formas de atividade. Um papel importante é desempenhado pelo anonimato do utilizador, especialmente para os mais tímidos ou os que sofrem de fobia social, pois se torna um fator encorajador para as pessoas buscarem namoro ou sexo (Szczegielniak, Palka e Krysta, 2013).

Os sites de sexo e namoro estimulam as pessoas e favorecem a realização de fantasias e desejos, fomentando encontros, reais ou não, entre pessoas que partilham as mesmas expectativas: encontrar alguém interessante para namorar e/ou para liberar seus instintos mais primitivos, pervertidos ou não.

Pode-se imaginar que apenas os tímidos são os mais favorecidos pelas facilidades propiciadas pela internet e por isso ficariam mais dependentes dela; entretanto, uma pesquisa com alunos de graduação no Peru revelou que indivíduos extrovertidos relataram maior tendência ao vício para Facebook (Wolniczak et al., 2013).

Quase a totalidade dos estudantes de Medicina (98,2%) acredita que existem benefícios secundários ao uso da internet. E os principais benefícios atrelados ao uso da internet apontados são o acesso à informação (48,7%) e a facilidade de comunicação (44,2%).

As respostas são parecidas no mundo inteiro. As principais áreas de interesse relacionadas com trabalho/estudo dos entrevistados na Croácia na internet foram: economia/negócios (21,39%); educação (20,81%); ciências sociais (19,65%); ciências (16,18%); artes e cultura (12,14%); saúde (8,09%) e comércio (7,51%); entre outras (Szczegielniak, Palka e Krysta, 2013).

Entre os alunos da atual pesquisa, apenas 37,3% acreditam que a internet possa aumentar a cultura de alguém; entretanto 79,3% apontam que esta auxilia nos estudos e no trabalho, tornando-se ferramenta importante.

Ainda no quesito relacionado a benefícios do uso da internet, 11 alunos afirmam que a autoestima fica mais elevada com esses múltiplos contatos diários favorecidos, enquanto 92,9% negam completamente que haja esse tipo de ganho secundário ao uso da internet, por outro lado, 61,5% deles acreditam que a internet favorece uma maior sociabilidade e 58% afirmam que o uso da internet é capaz de criar e manter relacionamentos, como um benefício secundário, o que justificaria o uso do aplicativo *Tinder*, anteriormente citado. Entretanto, os amores suscitados no espaço virtual são livres, sem amarras e sem compromissos maiores. Os romances começam e terminam pela internet com uma rapidez avassaladora; não há espaço para envolvimento maiores por não suportarem as frustrações que a intimidade real impõe.

As conexões virtuais são extremamente sedutoras e tornaram-se parte da vida diária das pessoas, lhes dando uma liberdade, nunca dantes sequer sonhada, de ser quem elas desejarem ser. Constroem um perfil com exposições de dados e imagens as mais diversas, reais ou não, que embelezam e dão contorno a um corpo totalmente imaginário e que elevam a autoestima daquele sujeito, criando possibilidades de relações também imaginárias que prescindem do real do corpo e do espaço, exercitando uma nova modalidade, ainda não muito bem compreendida, de relações objetivas, e se constituem em uma estratégia de confronto com o real.

A falta de referências de alguém que se conhece nas redes virtuais, que causa medo e desejo, curiosidade e temor, em um campo em que não há certezas e tudo pode acontecer, dá ao sujeito a liberdade para exercitar a sua

fantasia e preencher lacunas, como se fosse um espaço potencial, tomando de empréstimo a teoria de Winnicott (1975).

Para Romão-Dias e Nicolaci-da-Costa (2012) o espaço potencial, justo por se situar entre a realidade externa e o mundo interno e não ser nem uma coisa nem outra, tem a capacidade de tornar-se livre de tensões promovidas pela realidade que exige e cobra e sem ao mesmo tempo estar submetido ao controle do mundo interno.

A velocidade dos novos tempos e a desgovernada busca pela felicidade geram a ilusão de que a tecnologia e as relações virtuais trarão a harmonia perdida e o mundo maravilhoso e perfeito da internet parece suprir o que lhes falta, oferecendo muitas facilidades e favorecendo relacionamentos online, que por serem virtuais não carecem de compromissos afetivos, que são ameaçadores e, por conseguinte, têm curto prazo de validade, curtem e descurtem com a mesma facilidade e velocidade (Bauman, 2004; Pimentel, 2000).

Alguns alunos (39,6%) disseram que já conquistaram novos amigos pela internet; 22,5% já se relacionaram amorosamente com alguém que conheceu pela internet e 6% já teve encontros sexuais favorecidos pela rede.

Ao mesmo tempo em que a internet favorece novos relacionamentos, 11 alunos (6,9%) apontaram a internet como algo que interfere negativamente nas relações amorosas. E 40,6% apontam as queixas do parceiro, porquanto estarem usando a internet em excesso. Os celulares e seus aplicativos também são usados por 39,2% dos alunos que têm relacionamentos afetivos, como mecanismo de controle destes.

O celular é visto como algo diretamente ligado a mais de 60% dos divórcios por meio das informações nele recolhidas. Outros usam para serem identificados, ou ainda para registrar o local onde se encontra e dar segurança para o parceiro acerca do seu destino (Navas et al., 2014).

Quanto às relações familiares, 21,2% dos alunos acreditam que o uso da internet interfere negativamente nestas, pois esses alunos admitem, portanto, que estão dando mais atenção aos amigos e amores virtuais do que àqueles com quem partilham a realidade do cotidiano, criando situações de vazios, ausências e queixas, uma vez que 79,7% informaram que os familiares reclamam sobre esse comportamento.

Enfim, o celular tornou-se um hábito generalizado e irritante socialmente na percepção daqueles que estão ao redor do usuário e para este, entre outras funções, um instrumento de alívio do stress (Navas et al., 2014).

Autores tentaram estudar alguns dos motivos que fazem os adolescentes se apegarem ao computador e se questionam se seriam a falta de carinho, os conflitos, a falta de monitoramento ou até mesmo os ressentimentos gerados em ambiente familiar. Impulsos e conflitos que poderiam se originar da própria fase de transição que é a adolescência talvez contribuam para o uso compulsivo da internet (Xianhua et al., 2013).

Perfis privados não são mais uma ferramenta de comunicação ou expressão; eles são uma nova forma de levar conhecimento sobre o que está acontecendo ao redor do mundo deslocando outras mídias. Eles também servem como uma ferramenta regular usada no trabalho e nos estudos. Concluiu-se que há uma grande diferença entre o vício em internet e os vícios existentes dentro da internet; o mesmo padrão se aplica a redes sociais (Szczegielniak, Palka e Krysta, 2013).

Os *smartphones* e *tablets* têm substituído o papel e a caneta como meio de comunicação dentro e fora das salas de aula. Esses dispositivos são considerados “papel e caneta sem fio”. Parece não existir mais interação humana para se apreciar algo escrito à mão, tampouco as pessoas não mais se ouvem, e as tarefas escritas passaram a ser apenas digitadas (Navas et al., 2014).



As escolas da Finlândia, país considerado modelo em educação, deram o primeiro passo para abolir a escrita manual e vai privilegiar o uso do teclado nas escolas e reduzir o ensino de caligrafia e letra cursiva, que já não terão a obrigatoriedade no ensino primário, a partir de agosto de 2016. Os alunos passarão a usar exclusivamente o computador e os *tablets* para a produção de textos em sala de aula (Rainho, 2015).

Alunos da presente pesquisa (8,7%) admitiram também que a internet interfere negativamente nos relacionamentos entre amigos e que 32,3% recebem queixas destes e dos colegas e às vezes recebem queixas de terceiros em geral (38%) quando gastam tempo excessivo online.

Houve associação de 30,6% entre as queixas de terceiros sobre o tempo excessivo do estudante na internet e o resultado do BDI positivo ( $p = 0,001$ ) e 50,8% com o BAI positivo ( $p = 0,001$ ).

Às vezes diante de tantas queixas generalizadas, alguns jovens (10,7%) se sentem constrangidos e tentam esconder o que estão fazendo e o tempo (7,7%) que estão gastando online.

Autores dão destaque para os resultados negativos de sua pesquisa, apontando o prejuízo acadêmico/escolar e ainda o uso compulsivo com tentativas sem sucesso de passar menos tempo conectado. Já os sintomas de retirada são demonstrados quando o indivíduo relata que fica desestimulado ou depressivo no período de tempo que não está online. São mencionados também a melancolia, a irritação, a sensação de vazio/falta de algo (Lin et al., 2014; Wallace, 2014).

Na presente pesquisa, a maioria dos alunos (67,5%) indica a internet como a vilã com relação aos estudos, uma vez que entretidos esquecem as tarefas a serem realizadas; ficam alienados na telinha dos seus celulares e computadores e perdem o interesse por atividades físicas (31,7%); abdicam do lazer (8,1%) e deixam de sair

para encontrar amigos, em razão de bate-papo na internet (5,9%). Nove deles admitem que o uso da internet os fazem esquecer até mesmo das refeições.

O nível de dependência é tão grande que, quando não estão conectados na internet, se sentem entediados (55,6%); ansiosos (45,8%); irritados (19,1%); tensos (10,5%); tristes (8,5%); sensação de esvaziamento (4,6%); apatia (3,9%); insônia (3,3%); medo de perder o contato com os amigos (2,6%); e alterações do apetite (3,9% aumentam o apetite e 1,3% perdem-no).

Quando são notificados sobre a chegada de uma mensagem, 33,9% não conseguem ficar tranquilos nem conseguem esperar com calma o melhor momento para responder; 23,2% ficam tensos quando sequer não visualizam o texto; e 19% sentem muita aflição quando veem, mas não podem responder a mensagem.

### *Ansiedade e depressão*

Foram realizados dois testes, Inventário de Ansiedade de Beck (BAI) e Inventário de Depressão de Beck (BDI), com esses mesmos alunos e foram detectados importantes resultados.

Os alunos de Medicina desse estudo apresentaram, diante dos escores do Inventário de Depressão de Beck, as frequências absolutas e relativas dos estados depressivos que variaram entre depressão mínima (82%), leve (15%) e moderada (3%). O Inventário de Depressão de Beck apresentou uma mediana de 6 pontos (3-10 que equivale a uma depressão mínima).

Os alunos que mais apresentam sintomas de depressão significativos no BDI são os dos primeiros dois anos do curso de Medicina (23,8%) com uma tendência a reduzir nos alunos mais adiantados; 13,4% entre alunos do terceiro e quarto anos; e 6,3% entre alunos dos dois últimos anos de faculdade ( $p = 0,038$ ).

As frequências absolutas e relativas dos escores do Inventário de Ansiedade de Beck na amostra geral variaram entre mínimo (65,8%), leve (23,6%), moderado (8,1%) e grave (2,5%) com uma mediana de 6,5 pontos (3-12 que equivale a mínimo — até 11; e leve — até 19) na amostra geral.

Também houve associação significativa entre o período do curso e o resultado do BAI, com respostas com características semelhantes às apresentadas no BDI, ou seja, os sintomas ansiosos tendem a reduzir com o passar dos anos, talvez com o fato de os alunos se acostumarem com a rotina e com o método PBL (metodologia ativa de ensino com ensino baseado em problemas) usado nessa escola que é uma novidade para alunos que vêm de escolas de método tradicional, variando de 43,4% nos dois primeiros anos, 27,4% nos anos intermediários e 13,3% no final do curso ( $p = 0,007$ ).

Os valores de cada questionário em relação aos gêneros são apresentados nas tabelas 1 e 2.

TABELA 1

Comparação do Inventário de Depressão de Beck entre os gêneros.  
Aracaju, 2015

Gênero	Medio (1° e 3° quartis)	Mínimo	Máximo	Valor de P
Feminino	6 (3-10)	0	24	0,706
Masculino	6 (3-9)	0	25	

\* Significância estatística ( $p \leq 0,05$ ): Teste Mann-Whitney.

TABELA 2

Comparação do Inventário de Ansiedade de Beck entre os gêneros.  
Aracaju, 2015

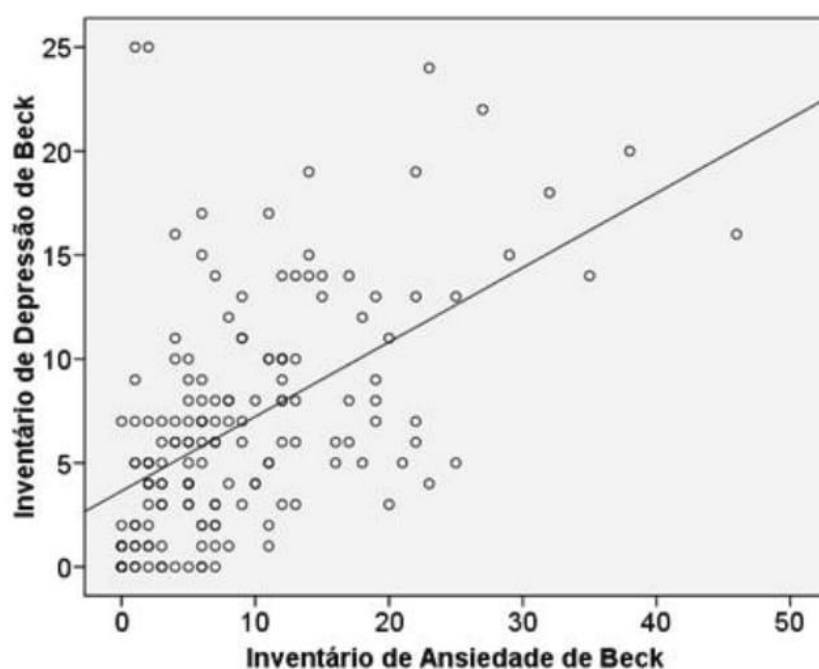
Gênero	Medio (1° e 3° quartis)	Mínimo	Máximo	Valor de P
Feminino	8 (4-14)	0	46	0,007*
Masculino	5 (2-8)	0	35	

\* Significância estatística ( $p \leq 0,05$ ): Teste Mann-Whitney.

Na análise de correlação entre o Inventário de Depressão de Beck e o Inventário de Ansiedade de Beck, foi encontrada uma correlação moderada e positiva ( $r = 0,55$ ;  $p = 0,001$ ) (Figura 1)

FIGURA 1

Análise de Correlação Linear de Spearman entre o Inventário de Depressão de Beck e o Inventário de Ansiedade de Beck. Aracaju, 2015



As pessoas tornam-se individualistas, isolam-se, passam horas diante de um computador, *smartphone* ou *tablet*. Elas se fecham em si mesmas. Entre os alunos que responderam que utilizam diariamente a internet entre cinco e oito horas, alguns deles apresentam ansiedade que varia entre mínima (69%), leve e moderada (13,8%) e grave (3,4%). Entre os alunos que usam a internet por mais de oito horas, 44% apresentaram ansiedade leve e 15,4% ansiedade moderada e nenhum aluno apresentou ansiedade grave. Com relação à depressão, dentre aqueles que usam a internet entre cinco e oito diárias,

76,7% têm depressão mínima, 20% depressão leve e 3,3% grave. Já os que usam mais de oito horas, 88% têm depressão leve e 12% depressão moderada (tabelas 3 e 4).

Com relação aos sujeitos da atualidade, quanto mais jovem, menos tempo estes gastam em atividades no ambiente social real. Os jovens por serem internet-dependentes são mais introvertidos e estão mais aptos a sofrer depressão. Autores mostram que adolescentes adictos de internet estão mais suscetíveis a apresentar depressão, fobia social, taxas elevadas de transtorno de déficit de atenção e hiperatividade e hostilidade (Lee et al., 2013; Khoshakhlagh e Faramarzi, 2012).

Um em cada oito americanos apresenta ao menos um indicador de uso abusivo de internet, segundo a equipe da *Impulsive Control Disorders Clinic*, da Stanford University School of Medicine, e o problema continua sendo mapeado para que haja subsídios acerca da fundamentação de como se devem tratar essas questões (Young, 2011).

Há três posicionamentos no meio científico sobre a classificação do uso excessivo de internet. O primeiro defendeu que deveria ter sido incluída no DSM-5 uma nova classificação, a de dependência comportamental, que incluiria não só o uso excessivo da internet, mas também o jogo patológico e compras compulsivas. Um segundo posicionamento afirma que a internet é um meio ambiente onde as pessoas que já têm alguma patologia de base (depressão e ansiedade) manifestam seus sintomas. Um ótimo exemplo citado é a correlação entre o transtorno de impulso e a internet, visto que a internet não é o centro do problema, mas sim o ambiente onde o sujeito manifesta seus sintomas. E o terceiro ponto de vista defende que o uso da internet faz parte da vida moderna, da mesma forma que o telefone e a geladeira, não se caracterizando vício, já que são essenciais no mundo contemporâneo (Hinich, 2011).

**TABELA 3**  
**BAI. Aracaju, 2015**

<b>Tempo</b>	<b>Mínimo</b>	<b>Leve</b>	<b>Moderado</b>	<b>Grave</b>
Menos de 1 hora	3 (50%)	3 (50%)	0	0
Entre 1 e 3 horas	32 (72,7%)	10 (22,7%)	0	2 (4,6%)
Entre 1 e 5 horas	38 (69%)	9 (16,4%)	7 (12,7%)	1 (1,8%)
Entre 5 e 8 horas	20 (69%)	4 (13,8%)	4 (13,8%)	1 (3,4)
Mais de 8 horas	12 (48%)	11 (44%)	2 (15,4%)	0

**TABELA 4**  
**BDI. Aracaju, 2015**

<b>Tempo</b>	<b>Mínimo</b>	<b>Leve</b>	<b>Moderado</b>
Menos de 1 hora	6 (100%)	0	0
Entre 1 e 3 horas	38 (80,9%)	8 (17%)	1 (2,1%)
Entre 1 e 5 horas	46 (80,7%)	8 (14%)	3 (1,5%)
Entre 5 e 8 horas	23 (76,7%)	6 (20%)	1 (3,3%)
Mais de 8 horas	22 (88%)	3 (12%)	0

Quanto à rotina e à dependência, daqueles alunos que responderam que ao acordar a primeira coisa que fazem é olhar o celular, 50 (58,1%) apresentaram escore mínimo, 24 (27,9%) leve, dez (11,6%) moderado e dois (2,3%) grave, no Inventário de Ansiedade de Beck, enquanto no Inventário de Depressão de Beck, 72 (80,9%) apresentaram escore mínimo, 14 (15,7%) leve e três (3,4%) moderado.

Há associação de 41,9% entre aqueles que veem o celular imediatamente ao acordar e o resultado positivo do BAI ( $p = 0,042$ ), revelando importante grau de ansiedade.

Entre os estudantes que responderam que antes de dormir a última coisa que fazem é olhar o celular, 73 (63,5%) apresentaram escore mínimo, 29 (25,2%) leve, dez (8,7%) moderado e três (2,6%) grave no Inventário de Ansiedade de Beck. Já entre aqueles que responderam à mesma pergunta e foram avaliados pelo Inventário de

Depressão de Beck, 98 (82,4%) apresentaram escore mínimo, 16 (13,4%) leve e cinco (4,2%) moderado.

Entre os alunos que responderam que o uso da internet interfere negativamente no quesito “Família”, 24 (72,7%) apresentaram escore mínimo, nove (27,3%) leve e nenhum moderado no Inventário de Depressão de Beck, enquanto no Inventário de Ansiedade de Beck 19 (57,6%) apresentaram escore mínimo, 12 (36,4%) leve, dois (6,1%) moderado e nenhum grave.

Entre os alunos que responderam que o uso da internet interfere negativamente no quesito “Lazer”, 11 (84,6%) apresentaram escore mínimo, dois (15,4%) leve e nenhum moderado no Inventário de Depressão de Beck. Desses mesmos alunos, seis (46,2%) apresentaram escore mínimo, cinco (38,5%) leve, dois (15,4%) moderado e nenhum grave no Inventário de Ansiedade de Beck. Compreende-se que aqueles que abdicam do lazer são mais deprimidos, ainda que mínima e levemente, do que os que gozam desse prazer.

Nas questões acima, percebe-se que a depressão leve e moderada é correspondente e concorre com a ansiedade. Já aqueles que têm uma ansiedade grave não necessariamente apresentam depressão.

Entre os alunos que responderam que o uso da internet interfere negativamente no quesito “Estudos”, 87 (82,1%) apresentaram escore mínimo, 15 (14,2%) leve e quatro (3,8%) moderado no Inventário de Depressão de Beck. Já no Inventário de Ansiedade de Beck, entre esses mesmos alunos respondentes a essa mesma pergunta, 66% apresentaram escore mínimo, 22% leve, 11% moderado e apenas 1% grave. Não existem dúvidas que a depressão influencia a capacidade de estudar, comprometendo o rendimento, e 34% daqueles que disseram que a internet compromete os estudos estão com depressão entre leve e grave, e a internet deve ser provavelmente apenas uma fuga.

Houve associação de 26,9% entre os resultados daqueles que admitem que o uso da internet interfere negativamente no seu cotidiano, em especial nos estudos, e aqueles que visualizam as redes sociais durante as aulas ( $p = 0,008$ ).

Houve ainda uma associação de 75,7% entre aqueles que durante as aulas costumam conferir mensagens e chamadas com os que simultaneamente visualizam as redes sociais ( $p < 0,001$ ).

Fazendo um cruzamento de dados, apenas 19,2% dos que não reconhecem o dispositivo *Whatsapp* como algo que prejudica o seu próprio rendimento tem resultado do BAI positivo ( $p = 0,029$ ), o que talvez implique uma negação do problema. Vide quadro 1, abaixo.

QUADRO 1

Associação feita com teste *Qui* quadrado com  $p = 0,029$ . Aracaju, 2015

Crosstab

			BAI CAT		Total
			Sem sintomas significativos	Com sintomas significativos	
Quest35_WhatsappPrejudica Rendimento	Sim, um pouco	Count	60	38	98
		Expected Count	64,3	33,7	98,0
		% within Quest35_WhatsappPrejudica Rendimento	61,2%	38,8%	100,0%
	Sim, bastante	Count	3	7	10
		Expected Count	6,6	3,4	10,0
		% within Quest35_WhatsappPrejudica Rendimento	30,0%	70,0%	100,0%
	Não	Count	42	10	52
		Expected Count	34,1	17,9	52,0
		% within Quest35_WhatsappPrejudica Rendimento	80,8%	19,2%	100,0%
Total	Count	105	55	160	
	Expected Count	105,0	55,0	160,0	
	% within Quest35_WhatsappPrejudica Rendimento	65,6%	34,4%	100,0%	



**TABELA 5**  
**Relação entre estar desconectado da internet e escores do BDI.**  
**Aracaju, 2015**

Na impossibilidade de estar conectado você apresenta	BDI ESCORE		
	Mínimo n (%)	Leve n (%)	Moderado n (%)
Tristeza	9 (69,2)	4 (30,8)	0
Insônia	4 (80)	1 (20)	0
Apatia	5 (83,3)	1 (16,7)	0
Irritabilidade	19 (65,5)	9 (31)	1 (3,4)
Ansiedade	52 (75,4)	14 (20,3)	3 (4,3)
Perda de apetite	2 (100)	0	0
Aumento de apetite	5 (83,3)	1 (16,7)	0
Tensão	9 (56,3)	7 (43,8)	0
Sensação de morte	0	1 (100)	0
Sensação de esvaziamento	3 (42,9)	4 (57,1)	0
Medo de perder amigos/contatos	2 (50)	2 (50)	0
Tédio	70 (84,3)	11 (13,3)	2 (2,4)
Outros sintomas	5 (83,3)	1 (16,7)	0
Nenhum dos sintomas	26 (96,3)	1 (3,7)	0

Houve associação de 80% entre aqueles que afirmaram que, quando não conectados à internet, a forma de abstinência se manifesta com a presença de insônia, com os que se queixaram no BDI de não dormir tão bem quanto antes, e uma associação de 20% entre aqueles mesmos alunos insones com a abstinência com os que no BDI responderam que acordam uma a duas horas mais cedo que habitualmente e têm dificuldade em voltar a dormir ( $p = 0,008$ ).

Houve associação de 34,5% entre os resultados daqueles que responderam que na impossibilidade de estar conectados na rede sentem irritabilidade e o resultado do BDI que aponta sintomas de depressão ( $p = 0,015$ ).

Houve associação de 43,8% entre os resultados daqueles que responderam que na impossibilidade de estar conectados na rede sentem tensão/estresse e o resultado do BDI que apontam sintomas de depressão ( $p = 0,013$ ) e entre estes mesmos respondentes tensos, houve associação significativa de 62,5% com o resultado do BAI ( $p = 0,009$ ).

Fazendo o cruzamento dos dados entre aqueles que ficam tensos quando visualizam uma mensagem que chega no celular e não respondem, nota-se que houve associação de 32,3% com o resultado positivo do BDI ( $p = 0,023$ ) e 58,6% com o resultado do BAI ( $p = 0,002$ ).

Já entre aqueles que, ao receber a mensagem, visualizam e não conseguem aguardar o melhor período para responder há uma associação de 26,8% com os resultados positivos do BDI ( $p = 0,037$ ) e 50,9% do BAI ( $p = 0,001$ ).

Ainda considerando aqueles que quando estão desconectados diante do sentimento de esvaziamento que dizem sentir, houve associação de 57,1% com o resultado do BDI ( $p = 0,023$ ) e de 71,4% do BAI revelando pessoas extremamente ansiosas ( $p = 0,043$ ).

**TABELA 6**  
**Relação entre estar desconectado e escores do BAI.**  
**Aracaju, 2015**

Na impossibilidade de estar conectado você apresenta	BDI ESCORE			
	Mínimo	Leve	Moderado	Grave
	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)
Tristeza	6 (46,2)	5 (38,5)	1 (7,7)	1 (7,7)
Insônia	3 (60)	2 (40)	0	0
Apatia	3 (60)	1 (20)	1 (20)	0
Irritabilidade	15 (53,6)	7 (25)	3 (10,7)	3 (10,7)
Ansiedade	41 (61,2)	16 (23,9)	7 (10,4)	3 (4,5)
Perda de apetite	2 (100)	0	0	0
Aumento de apetite	3 (50)	3 (50)	0	0
Tensão	6 (37,5)	7 (43,8)	3 (18,8)	0
Sensação de morte	0	1 (100)	0	0
Sensação de esvaziamento	2 (28,6)	1 (14,3)	2 (28,6)	2 (28,6)
Medo de perder amigos/contatos	1 (25)	2 (50)	1 (25)	0
Tédio	48 (60,8)	21 (26,6)	8 (10,1)	2 (2,5)
Outros sintomas	5 (100)	0	0	0
Nenhum dos sintomas	20 (80)	5 (20)	0	0

O sujeito dos tempos atuais é entediado com absolutamente tudo; não se estimula nem se sente desafiado no seu dia a dia, com oscilação de humor, uma busca intensa do prazer e de emoções sem se entregar a nenhuma paixão, sem objetivos maiores, não sabe o que quer, com um vazio enorme no lugar da demanda, no lugar da falta, portanto sofre de um mal-estar difuso e inominável e usa a internet para fazer suplência daquilo que lhe falta e, na ausência desta, agrava seu estado afetivo, com irritabilidade e sensação de esvaziamento.

Além desses critérios também foram avaliadas as alterações de humor relacionadas ao uso da internet, ou

seja, os indivíduos relataram que se sentem mais felizes e menos ansiosos quando estão “conectados”; também avaliou-se o grau de “escape” do indivíduo, isto é, se ele usa a ferramenta da internet para fugir de problemas na realidade e outro aspecto avaliado foi a preferência e bem-estar nas relações com pessoas *online* do que face a face (Wallace, 2014).

A ansiedade e o tédio, com passagem pela irritabilidade que alguns alunos apresentam quando estão desconectados, conforme apresentado nas tabelas 5 e 6, são frequentes tanto nos que têm sinais positivos pelo BDI, variações com escores mínimos a moderado, quanto naqueles avaliados pelo BAI, variando até o escore grave.

As manifestações da neurose nos dias atuais se caracterizam por um mal-estar difuso, um sentimento de esvaziamento interior; as coisas não têm um sentido, e o sujeito vive sem um projeto maior de vida. Vive-se o momento da apatia e do tédio (Pimentel, 2000).

Perder o sono ou dormir um número de horas a menos pelo fato de se distrair com o uso excessivo de internet é comum tanto entre os deprimidos quanto com os ansiosos, até mesmo entre estes últimos, os graves.

TABELA 7

Perder o sono por uso da internet e ansiedade. Aracaju, 2015

	BAI ESCORE			
	Mínimo n (%)	Leve n (%)	Moderado n (%)	Grave n (%)
Sim	23 (50)	15 (32,6)	6 (13)	2 (4,4)

TABELA 8

Perder o sono por uso da internet e depressão. Aracaju, 2015

	BAI ESCORE			
	Mínimo n (%)	Leve n (%)	Moderado n (%)	Grave n (%)
Sim	34 (72,3)	11 (23,4)	2 (4,3)	0

Os motivos que levam uma pessoa a utilizar a internet, com frequência, podem estar associados a fatores que aumentem os sentimentos positivos ou para diminuir os sentimentos negativos que o sujeito tem referentes a si mesmo. A internet hoje, extremamente sedutora pelas facilidades que oferece, impõe adaptações e parece exigir uma conectividade e aproximação entre as pessoas (Bischof-Kastner, Kuntsche e Wolstein, 2014).

Com a internet, ocorre o mesmo que com o jogo, ou seja, o significado de estar jogando está atrelado a uma necessidade que reflete na sensação de se sentir vivo. Nos dias atuais, o sujeito só existe se estiver na rede. É lá que ele adquire uma identidade com o seu perfil divulgado que torna possível ser reconhecido e ser parte de uma tribo social, pois no mundo virtual existir é ser visto e estar conectado, ver e ser visto, vendo e curtindo. Trata-se de uma nova subjetividade (Pontes et al., 2014).

Há até mesmo uma necessidade de uma grande exposição, quer de temas corriqueiros, revelando o humor diário dos usuários das redes sociais, quer de questões ou cenas mais íntimas trazendo os seus seguidores na rede para dentro de sua casa e de sua vida. Rompem os limites entre o público e o privado. Publicam os famosos *selfies* (fotografias de si mesmos) com uma grande preocupação estética, revelando padecer de um exibicionismo

importante e ainda são minuciosos nos detalhes de sua vida e de seu cotidiano. Não se sabe se se trata ou não de uma patologia ou simplesmente algo próprio da contemporaneidade em que o sujeito busca reconhecimento e popularidade mensurados pelos múltiplos cliques de fama (número de curtidas ou *likes*).

Exibicionistas e *voyeurs* alimentam lado a lado, em uma via complementar, as pulsões sexuais parciais e permitem a livre expressão de traços perversos, próprios do humano e que dessa forma são aceitos socialmente.

Existem espaços para todo tipo de digressão e reflexão acerca da internet e suas implicações na saúde mental. Block (2008) considera, conceitualmente, a dependência da internet como um transtorno do tipo compulsivo com características que muitas vezes envolvem os jogos usados excessivamente, preocupações amorosas ou sexuais e mensagens nas redes sociais e tem quatro características básicas:

- Uso excessivo com perda de percepção da passagem do tempo ou negligência com outras tarefas.
- Abstinência com sentimento de raiva, tensão ou depressão.
- Tolerância incluindo a necessidade de buscar recursos tecnológicos cada vez mais avançados, mais memória para o equipamento, mais aplicativos ou mais horas de uso.
- Repercussões negativas com brigas, mentiras, desempenho insatisfatório, isolamento social e fadiga.

Algumas das características descritas acima podem ser reconhecidas entre os sujeitos da atual pesquisa, pois são ansiosos, funcionam com o celular de forma compulsiva, perdem muito tempo fazendo uso dos seus equipamentos, se sentem, quando em abstinência de uma conexão à rede, tensos, irritados, com uma sensação de esvaziamento, entediados, depressivos, com isolamento social e reconhecem que existe comprometimento do seu

desempenho escolar com queixas, até mesmo dos professores e de alguns colegas.

Pode-se aventar que os pais e professores perderam, de alguma forma, a sua autoridade diante dos filhos e alunos. Falência da lei. Provavelmente os adultos não estão sabendo conduzir os jovens perante essa grande sedução que a internet nos expõe, porque eles próprios estão sendo arrastados por essa grande onda de conectividade e uso das redes sociais e por isso não reconhecem os limites.

No Brasil tramita na Câmara dos Deputados o Projeto de Lei n. 104/15, de autoria do deputado Alceu Moreira do Rio Grande do Sul, que tem o objetivo de proibir o uso de aparelhos eletrônicos portáteis nas salas de aula. Esse projeto reflete a imaturidade dos envolvidos que não foram educados para usar esses dispositivos em horários apropriados, incluindo os próprios professores. Há um exercício de tolerância perversa banalizando as regras básicas que não carecem do legislativo e que são contrariadas fomentando transgressões (OAB-SP, 2015).

Percebe-se um certo desconforto na vida social provocado pelo uso abusivo e apontado pelas queixas que esses usuários recebem. Nota-se ainda uma intolerância ao se retirar ou se reduzir o uso da internet, bem como uma percepção distorcida da realidade. Os indivíduos considerados dependentes são incapazes de tolerar frustrações na sua vida pessoal e têm no mundo virtual uma fuga para liberar suas ansiedades (Poli e Agrimi, 2012).

São quatro as categorias ou as dimensões dos sintomas obsessivos-compulsivos, quais sejam: depressão, ansiedade, sensibilidade emocional e hostilidade que se manifestam como distúrbios do sono, problemas alimentares, apatia, distúrbios de atenção, somatização, sensação de fracasso, mentiras, aumento da sensibilidade emocional, irritação e até agressão (Hinich, 2011).

Todos os aspectos citados por Hinic (2011) como característicos de um quadro compulsivo concernente ao uso da internet estão presentes em maior ou menor proporção entre os participantes da presente pesquisa, mas ainda assim não se sabe exatamente qual a dimensão do problema.

Quando a expressão *Internet Addiction Disorder* foi introduzida em 1995, ninguém imaginaria que seria levada tão a sério. As redes sociais se tornaram uma rotina diária natural para muitas pessoas de todos os ambientes e em todas as idades. Onde quer que as pessoas estejam elas sempre estarão conectadas, e a internet pode facilmente interferir com hábitos saudáveis (Szczezielniak, Palka e Krysta, 2013; Beato, 2010).

Alguns estudos vão na contramão do senso comum, ou seja, afirmam que a internet, mesmo sendo usada de forma indiscriminada, o tempo todo, porquanto as demandas da atualidade, não adocece as pessoas, mas pessoas com alguns transtornos tornam-se vulneráveis diante do uso contínuo e tornam-se compulsivas. Existem diversos fatores de risco para o desenvolvimento do vício, dentre eles: sexo masculino, baixa autoestima, depressão, hostilidade e instabilidade emocional (Wallace, 2014).

Pesquisa com 755 cidadãos americanos revelou que o vício de internet pode estar associado ao uso de substâncias (principalmente álcool) e de algumas condições psiquiátricas, tais como: transtorno de humor, compulsão e de personalidade (You, Potenza e White, 2013).

Por outro lado, é importante frisar que para diferenciar esses sintomas que alguns chamam compulsivos, como o transtorno obsessivo compulsivo (TOC), alguns autores relatam que o uso excessivo da internet causa sensação de prazer e até euforia, o que não é uma característica comum do TOC, mas de uma ansiedade avassaladora em busca do objeto de satisfação. Outro ponto que fortalece o diagnóstico de vício é de que mesmo tendo o



conhecimento do mal causado, o paciente não consegue parar (Hinich, 2011).

Fica o questionamento, que deve ser objeto de futuros estudos, se o aventado vício ao qual nos referimos acerca do uso da internet trata-se mesmo de compulsão ou de qualquer outro transtorno psicopatológico. Ainda se questiona se os *smartphones* não seriam em algum momento, usando conceitos de Winnicott (1975), um objeto transicional em que a internet teria, para alguns, a função de espaço potencial e ser um lugar para brincar e para exercitar a criatividade.

Para as autoras Romão-Dias; Nicolaci-da-Costa, (2012), o conceito de brincar para Winnicott, não só faz parte da saúde, mas também pode ser aquilo que dá ao sujeito um sentido de existência e que isso pode ser comparado a alguns usos que são feitos da internet pelos adultos. O mundo virtual, para as autoras, pode produzir um alívio de tensão que se assemelha ao alívio de tensão experimentado no espaço potencial. Ou seja, para as autoras, por meio do brincar, o sujeito pode sentir que é um ser no mundo, que existe, que está vivo, e esse sentimento de estar vivo é um aspecto do brincar com destaque para a criatividade.

O uso exacerbado e descontrolado dessas ferramentas talvez seja apenas uma nova expressão da modernidade, ainda não de toda assimilada, ou não muito bem compreendida, e sem barreiras, e por isso mesmo o seu uso desenfreado (criativo ou alienante) é confundido com uma patologia. As autoras acima mencionadas advogam que ainda que haja preocupação com os possíveis prejuízos que o uso abusivo da internet promova existe a possibilidade de um uso positivo e enriquecedor e que nem sempre o espaço virtual é lugar que fomenta as experiências patologizantes. Ao contrário, argumentam que a internet pode representar um importante espaço para o brincar e para a criatividade.

Uma observação importante, portanto, é que devemos sempre saber se há uma patologia de base transformando o uso da internet em sintoma, além de diferenciar se a natureza do processo é compulsiva ou viciante (Hinic, 2011).

Os estudos trazem o vício em internet como um alto risco, podendo ocorrer déficit de atenção, hiperatividade, depressão, transtornos de personalidade, entre outros. Também revelam que existe um uso generalizado de internet mais acentuado entre os mais jovens e há uma separação entre as gerações bem como uma passagem do mundo real para o virtual (Poli e Agrimi, 2012).

Porquanto o uso da internet ser abrangente como ferramenta de comunicação e aprendizagem, entre outras possibilidades, o uso abusivo dela não deve ser entendido por si só como uma doença, mas como um fator que, quando aliado a outros fatores de riscos psicológicos e psiquiátricos, como a presença concomitante de depressão ou de outros transtornos do humor e ainda o uso da internet como mecanismo de fuga dos problemas do cotidiano, pode favorecer e desencadear um comportamento viciante (Hinic, 2011; Wallace, 2014).

Observa-se que grande parte dos estudos que procuram mensurar o vício na internet se baseia na aparente incapacidade de controlar o tempo de uso, a obsessão pela conectividade, e o estado de mau humor ou de irritabilidade quando é vivenciado algum tipo de afastamento da mesma. Nota-se que os sintomas avaliados para a definição de um estado de vício na internet se assemelham com os critérios utilizados para o diagnóstico de transtorno por uso de álcool ou de outras substâncias (You, Potenza e White, 2013).

Por outro lado, diante de uma sociedade que depende da internet para diversas atividades acadêmicas ou profissionais, fica difícil diagnosticar o vício em internet pela quantidade de tempo de uso. Assim sendo, o

prejuízo funcional da vida diária é que será um parâmetro diferencial para tal diagnóstico.

É necessário elucidar algumas dúvidas como: é um distúrbio autônomo ou sinal e sintoma de outra morbidade de base? É um vício ou um comportamento patológico?

Em 400 escolas de ensino médio em Seoul, Korea, um total de 73.238 alunos (38.391 meninos e 34.847 meninas) respondeu questionários com variáveis sobre estado de saúde mental, incluindo depressão, estresse e infelicidade percebidas. **Desses, 3,0% foram classificados como tendo um alto risco para a internet.** Em relação ao estado de saúde mental, o grupo de alto risco apresentará índices de 57,1% para depressão, 66,7% para estresse e 32,4% se diziam infelizes (Lee et al., 2013).

O DSM-5, no qual a *American Psychiatric Association* (2013) descreve e diagnostica as doenças mentais, não reconhece esse distúrbio ainda, porém é uma condição associada à perda de controle sobre o uso da internet, com resultados psicossociais e físicos que surtem impacto na vida acadêmica, laboral e social (APA, 2013; Wallace, 2014; Young e Abreu, 2010).

Dessa forma, não há uma utilização correta do termo com relação ao uso problemático da internet, que está incluso em um grupo conhecido como “vícios comportamentais” e que é definido como “comportamentos realizados com pouco ou nenhum controle e que tem consequências prejudiciais” (Starcevic, 2013, p.16).

Os organizadores do DSM-5 reconhecem que existem comportamentos que promovem dependência, mas são ambivalentes se a internet pode ser classificada entre eles, e afirmaram ainda não existir muitas pesquisas; por isso deixaram apenas uma recomendação em um apêndice com o objetivo de encorajar novos estudos (APA, 2013).

Para fornecer algum tipo de projeto de intervenção e medida preventiva quanto ao uso de internet, é preciso

entender como o fenômeno da tecnologia implica um comportamento problemático ou disfuncional. É preciso conhecer os motivos que levam as pessoas a utilizar a internet. Alguns instrumentais foram criados para mensurar os aspectos motivadores que levam as pessoas a fazerem uso da internet de forma constante. Porém, esses instrumentais ainda resultam em lacunas nas suas mensurações (Bischof-Kastner, Kuntsche e Wolstein, 2014).

A verdade é que não se sabe o que é normal. Apesar da proliferação de investigação sobre esse fenômeno, o campo de pesquisa é dificultado pela utilização de critérios inconsistentes e não padronizados para avaliar e identificar o uso abusivo da internet que tem causado vício (Pontes et al., 2014).

Pelo fato de alguém estar *online* todos os dias não significa que seja um dependente. Não existem normas ou números seguros em pesquisas que afiancem a normalidade e o sentido disso ainda. Ou seja, o diagnóstico de um distúrbio é extremamente complexo, pois a internet é um avanço tecnológico que oferece visíveis e importantes benefícios, diferente do uso do álcool, por exemplo, e os sinais de dependência ficam escamoteados ou justificados sob o véu das facilidades do cotidiano promovidas pelos dispositivos. Assim o melhor método para detectar algum distúrbio por uso abusivo de internet é promover novas pesquisas para entender esse fenômeno.

Somos contemporâneos de uma grande revolução científica, tecnológica e comportamental. A nossa subjetividade sofre grandes transformações no mundo atual, e a tecnologia da comunicação e o uso da internet interferem nisso.

Com a consecução do nosso trabalho de pesquisa, desenhamos as razões pelas quais nos preocupamos com o uso excessivo da internet por ter efeitos deletérios sobre os adolescentes em diversos âmbitos, podendo

ser relacionado com depressão, ansiedade, distúrbios do sono, irritabilidade, entre outros sintomas.

As limitações do presente estudo foram: a ausência de provas de uma relação causal ou relação temporal entre o risco de dependência de internet e comportamentos problemáticos. Ou seja, a principal limitação deste trabalho e dos anteriores até então reside no fato de que conseguimos apontar apenas associação e não causalidade.

Nós, psicanalistas, precisamos estar atentos a essas metamorfoses e temos de nos oferecer para sermos interlocutores com esses segmentos da sociedade pós-moderna, se formos capazes de sair do discurso e se não sucumbirmos à nova realidade em que esse homem pós-moderno quer resolver seus problemas de forma imediata e indolor, gozando rápido e sem obstáculos e de preferência sem limites. A psicanálise não interdita o gozo, mas aponta a desarmonia entre o sujeito e o seu gozo.

## REFERÊNCIAS

- APA – AMERICAN PSYCHIATRY ASSOCIATION. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental disorders – DSM-5*. 5th.ed. Washington: American Psychiatric Association, 2013.
- BAUMAN, Z. *O amor líquido: sobre a fragilidade dos laços humanos*. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2004.
- BEATO, G. Internet addiction: what once was a parody may soon be diagnostic. *Reason.com*. August-september 2010. Disponível em: <<http://reason.com/archives/2010/07/26/internet-addiction>>. Acesso em: 24 maio 2015.
- BECK, A. T.; STEER, R. A. *Beck Anxiety Inventory*. San Antonio, TX, USA: Psychological Corporation, 1993.
- BECK, A. T.; STEER, R. A.; GARBIN, M. G. Psychometric Properties of the Beck Depression Inventory: Twenty-Five Years of Evaluation. *Clinical Psychology Review*, n. 8, p. 77-100, 1988.

BECK, A. T.; WARD, C. H.; MENDELSON, M.; MOCK, J.; ERBAUGH, G. An inventory for measuring depression. *Archives of General Psychiatry*, n. 4, p. 53-63, 1961.

BISCHOF-KASTNER, C.; KUNTSCHKE, E.; WOLSTEIN, J. Identifying problematic internet users: development and validation of the internet motive questionnaire for adolescents (IMQ-A). *J Med Internet Res.*, n. 16, v. 10, p. 230-245, out. 2014.

BLOCK, J. J. Issues for DSM-5: internet addiction. *American Journal of Psychiatry*, n. 165, p. 306-307, 2008.

BRASIL. *Resolução n. 466/2012*. Disponível em: <<http://conselho.saude.gov.br/resolucoes/2012/Reso466.pdf>>. Acesso em: 2 fev. 2015.

CUNHA, J. A. *Manual da versão em português das Escalas Beck*. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2001.

HINIC, D. Problems with 'internet addiction' diagnosis and classification. *Psychiatria Danubina*, Zagreb, n. 2, v. 23, p. 145-151, may 2011.

KHOSHAKHLAGH, H.; FARAMARZI, S. The relationship of emotional intelligence and Mental Disorders with Internet addiction in Internet users university students. *Addict Health*, n. 4, v. 3-4, p. 133-141, 2012.

LEE, J. S. J.; NOH, H. M.; PARK, Y. S.; AHN, E. J. Associations between the risk of internet addiction and problem behaviors among korean adolescents. *Korean J Fam Med.*, n. 2, v. 34, p. 115-122, mar. 2013.

LIN, Y. H.; CHANG, L. R. et al. Development and Validation of the Smartphone Addiction Inventory (SPAI). *PLoS ONE*, n. 9, v. 6, 2014: e98312. doi: 10.1371 / journal.pone.0098312 .

NAVAS, J. F.; TORRES, A. et al. ¿'Nada' o 'un poco'? ¿'Mucho' o 'demasiado'? La impulsividad como marcador de gravedad en niveles problemático y no problemático de uso de alcohol e Internet. *Adicciones*, v. 26, n. 2, p. 146-158, 2014.

OAB – SP. ORDEM DOS ADVOGADOS DO BRASIL – São Paulo. *Projeto de lei quer eliminar celular e tablets nas salas de aula*. Disponível em: <<http://www.oabsp.org.br/noticias/2015/04/projeto-de-lei-quer-eliminar-celular-e-tablets-nas-salas-de-aula.9972>>. Acesso em: 21 jun. 2015.

PIMENTEL, D. Psicanálise: um século de sonhos. *Revista Estudos de Psicanálise*, n. 23, p. 72-78, set. 2000.

POLI, R.; AGRIMI, E. Transtorno de dependência da internet: a prevalência em uma população estudantil italiana. *Nord J Psychiatry*, v. 66, p. 55-59, 2012.

PONTES, H. M.; KIRALY, O. et al. The conceptualisation and measurement of DSM-5 Internet gaming disorder: The development of the IGD- 20 Test. *Plos One*, n. 9, v. 10, p. 110-137, out. 2014.

- RAINHO, P. Finlândia: escolas dão o primeiro passo para abolir a escrita manual. *iOnline*. 26 dez. 2014. Disponível em: <<https://www.epochtimes.com.br/finlandia-escolas-dao-o-primeiro-passo-para-abolir-escrita-manual>>. Acesso em: 20 jun. 2015.
- ROMÃO-DIAS, D.; NICOLACI-DA-COSTA, A. M. O brincar e realidade virtual. *Cad. Psicanál.- CPRJ*, Rio de Janeiro, v. 34, n. 26, p. 85-101, jan./jun. 2012.
- STARCEVIC, V. Is Internet Addiction a Useful Concept? Australian & New Zealand. *Journal of Psychiatry*, n. 1, v. 47, p. 16-19, 2013.
- SZCZEGIELNIAK, A.; PALKA, K.; KRZYSTA, K. Problems associated with the use of social networks: a pilot study. *Psychiatria Danubina*. Zagreb, Croatia, v. 25, n. 2, p. 212-215, 2013.
- WALLACE, P. Internet addiction disorder and youth. *EMBO reports*, n. 15, p. 12-16, 2014. doi: 10.1002/embr.201338222.
- WIDYANTO, L.; MCMURRAN, M. The psychometric properties of the internet addiction test. *Cyberpsychology Behav.* v. 7, n. 4, p. 443-50, 2004.
- WINNICOTT, D. W. (1971). *O brincar e a realidade*. Rio de Janeiro: Imago, 1975.
- WOLNICZAK, I. et al. *Association between facebook dependence and poor sleep quality: a study in a sample of undergraduate students in Peru*. School of Medicine, Faculty of Health Sciences, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas – UPC, Lima, Peru. v. 8, p. 1-5, mar. 2013.
- XIANHUA, W. U.; XINGUANG, C. et al. Prevalence and factors of addictive internet use among adolescents in Wuhan, China: interactions of parental relationship with age and hyperactivity-impulsivity. *PLOS ONE*, n. 4, v. 8, april 2013 | [www.plosone.org](http://www.plosone.org) | e61782. 8p.
- YOU, Y.; POTENZA, M.; WHITE, M. Problematic internet use, mental health and impulse control in an online survey of adults. *J Behav Addict*, n. 2, v. 2, p. 72-90, 2013.
- YOUNG, K. S.; ABREU, C. N. et al. *Internet addiction: a handbook and guide to evaluation and treatment*. NY: Wiley, 2010.
- YOUNG, K. S. et al. *Dependência de internet: manual e guia de avaliação e tratamento*. Porto Alegre: Artmed, 2011.
- ZHENG, F.; GAO, P. et al. Association between mobile phone use and inattention in 7102 Chinese adolescents: a population-based cross-sectional study. *BMC Public Health*, v. 14, p. 1022-1029, 2014.