



Fundação Presidente Antônio Carlos - FUPAC/UBÁ
Graduação em Psicologia

**ESTUDO SOBRE O USO DA INTERNET E SUA RELAÇÃO COM A
DEPENDÊNCIA QUÍMICA**

Study on the use of the internet and its relationship with the chemical dependence

Isabela Patrícia da Silva Morgado¹; Taise Teixeira Sperandio¹; Melissa Fioravante².

¹ Acadêmicas do curso de graduação em Psicologia da Fundação Presidente Antônio Carlos - FUPAC/Ubá.

² Psicóloga. Mestre em Psicologia pela Universidade Federal de Juiz de Fora - UFJF; Professora do curso de graduação da Fundação Presidente Antônio Carlos - FUPAC/Ubá.

RESUMO

Atualmente, a internet tornou-se um recurso indispensável na sociedade, seja nos setores profissionais como também para lazer, entretenimento e comunicação. Como recurso indispensável para a sociedade contemporânea, a internet, além da interatividade, proporciona ainda, conforto e comodidade, sendo utilizada em larga escala, como forma de lazer e entretenimento, ainda facilitando a compra e venda de produtos em qualquer parte do mundo, promovendo o crescimento nos setores comerciais e profissionais. Assim, objetivo deste estudo é descrever a relação do uso da internet com características relacionadas a mecanismos de dependência química, caracterizando a analogia para este comportamento em pessoas. Com isso, o uso excessivo de internet traz em si uma sensação de prazer intenso num estado de êxtase inimaginável, que faz com que os usuários encontrem uma fonte prazerosa inesgotável.

Palavras Chave: Dependência, Internet, Psicologia.

ABSTRACT

At present, the Internet has become an indispensable resource in society, be it in the professional sectors as also for leisure, entertainment and communication. As indispensable resource for contemporary society, the internet in addition to interactivity, provides even, comfort and convenience, being used on a large scale, as a form of leisure and entertainment, even were facilitating the purchase and sale of products anywhere in the world, promoting growth in the commercial and professional sectors. Thus, the objective of this study is to describe the relation between the uses of the internet with characteristics related to mechanisms of chemical dependence, characterizing the analogy for this behavior in people. With this, the excessive use of internet carries in itself a feeling of intense pleasure in a state of drunkenness unimaginable, which causes users to find a pleasurable inexhaustible source.

Keywords: dependence, Internet, Psychology.

.....
Endereço para correspondência: Taise Teixeira Sperandio.

Av. Olegario Maciel 1274, 201, Industrial, Ubá – MG, CEP – 36500-000.

E-mail: taise.teixeira2012@yahoo.com.br

INTRODUÇÃO

Atualmente, a internet tornou-se um recurso indispensável na sociedade, seja nos setores profissionais como também para lazer, entretenimento e comunicação. Ela apresenta inúmeras vantagens para a sociedade: interatividade global, como programas de TV e rádio, utilização de redes sociais, como Facebook, Instagram, Wathsapp, dentre outras facilidades (Lemos & Santana, 2011).

Como recurso indispensável para a sociedade contemporânea, a internet, além da interatividade, proporciona ainda, conforto e comodidade, sendo utilizada em larga escala, como forma de lazer e entretenimento, ainda facilitando a compra e venda de produtos em qualquer parte do mundo, promovendo o crescimento nos setores comerciais e profissionais. Acompanha a internet, um grande progresso com inúmeros benefícios para a humanidade, justificando assim, o crescente aumento dos acessos à rede mundial de computadores (Graeml, Volpi & Graeml, 2004).

Das atividades realizadas na internet, observam-se crescimentos: em primeiro lugar, da comunicação; em segundo, da busca de informações e lazer; em terceiro, dos negócios financeiros e, em quarto, da educação. Destacam-se, dentro das atividades, os sites de relacionamento, o uso de microblogs como o Twitter, participação em listas de discussões e fóruns e a criação e manutenção de blogs e páginas de internet. O uso diário torna-se cada vez mais constante no ambiente brasileiro e habitual para os usuários (Centro de Estudo sobre as Tecnologias da Informação e Comunicação, 2014).

Especificamente, sobre o uso das principais redes sociais, como o Twitter e o Facebook, estas apresentam várias vantagens, pois proporcionam uma grande facilidade para a comunicação e permitem conexões entre pessoas de diversas localidades. Devido à grande quantidade de usuários, as redes sociais fornecem a todos os membros a possibilidade de descobrirem amigos de acordo com seus interesses e hobbies. Elas têm sido usadas para vários fins como, por exemplo: meio para encontrar ofertas de emprego, já que existem algumas especializadas em disponibilizar perfis profissionais, como por exemplo, segundo o site de busca Google, o LinkedIn, que é considerada a maior rede social profissional do mundo. As redes sociais podem também ser utilizadas como forma de fazer anúncios de internet, propagandas, e muitas estratégias de marketing, pois o consumo digital carrega uma grande potencialidade não linear, já que podemos explorar as mais diversas opções de oferta de conteúdo sobre o produto e/ou serviço, por meio da exploração interativa. No entanto, apesar da interatividade é preciso tomar cuidado com o fenômeno da entropia, ou seja, as

informações apresentadas em excesso, o que geralmente acontece quando simplesmente transferimos a lógica tradicional para o meio digital (Saba, 2014).

Com o avanço da internet, definido em WEB 1.0, 2.0 e 3.0 e sua utilização exagerada, problemas de saúde que ainda não haviam sido descritos, têm surgido. Este trabalho, cognominado estar ‘online’ vem questionar se em alguns casos, estar conectado por um tempo considerado mais do que o necessário, define que estar conectado se tornou um quadro de dependência diante das práticas virtuais e, questiona, quais critérios devem ser analisados para apontar o uso abusivo de internet ou “estar online” como um quadro de dependência.

A respeito da depressão e isolamento originados desse fenômeno, estudos já vêm sendo feitos em hospitais e consultórios, bem como, sobre a perturbação causada no ambiente de trabalho, daí, este trabalho apoiado na premissa de que, conforme Berner e Santander (2012), que consideram que a dependência de internet possa ser o novo fenômeno do século XXI.

Assim, o objetivo deste estudo é descrever a relação do uso da internet com características relacionadas a mecanismos de dependência química, caracterizando a analogia para este comportamento em pessoas.

Surgimento da internet

A rede mundial de computadores, Internet, surgiu em plena Guerra Fria, mais precisamente no final dos anos cinquenta e início dos anos sessenta. Criada com objetivos militares seria uma das formas das forças armadas norte-americanas manter as comunicações em caso de ataques inimigos que destruíssem os meios convencionais de telecomunicações. Nas décadas de 1970 e 1980, além de ser utilizada para fins militares, a Internet também foi um importante meio de comunicação acadêmico. Estudantes e professores universitários, principalmente dos EUA, trocavam idéias, mensagens e descobertas pelas linhas da rede mundial (Castells, 2003).

A Internet nasceu de um projeto de pesquisa militar, a ARPA - Advanced Research Projects Agency. Este projeto surgiu como resposta do governo americano ao lançamento do Sputnik pela ex-União Soviética (Lima, 2000).

Na década de 1970, com a revisão das limitações dos programas utilizados nos computadores em rede, o e-mail, correio eletrônico (eletronic mail), tornou-se o primeiro uso da Internet entre os pesquisadores, porque possibilitava que a comunicação entre eles fosse facilmente acessível, e também permitia com notável sucesso, a troca de informações dentro

das universidades. As aplicações comerciais da Internet começaram a acontecer nos anos 1980 com os primeiros provedores de serviço da Internet (ISP - International Service Providers) “*possibilitando ao usuário comum a conexão com a Rede Mundial de Computadores, de dentro de sua casa*” (Merkle e Richardson, 2000, p.179).

Foi somente no ano de 1990 que a Internet começou a alcançar a população em geral. Neste ano, o engenheiro inglês Tim Bernes-Lee desenvolveu a World Wide Web, possibilitando a utilização de uma interface gráfica e a criação de sites mais dinâmicos e visualmente interessantes. A partir deste momento, a internet cresceu em ritmo acelerado. Muitos dizem que foi a maior criação tecnológica, depois da televisão na década de 1950 (Castells, 2003).

A década de 1990 tornou-se a era de expansão da Internet. Para facilitar seu uso, surgiram vários navegadores (browsers) como, por exemplo, o Internet Explorer da Microsoft e o Netscape Navigator. O surgimento de provedores de acesso e portais de serviços *online*, contribuíram para este crescimento. A Internet passou a ser utilizada por vários segmentos sociais, como fábricas, empresas e os setores de comunicação que estão sempre em contato com a mídia, citando como exemplo: o rádio e a TV. Os estudantes passaram a buscar informações para pesquisas escolares, enquanto uma parcela de jovens utilizavam para a pura diversão em sites de jogos. As salas de “chat” tornaram-se pontos de encontro para um bate-papo virtual a todo e qualquer momento. Desempregados iniciaram a busca de trabalho através de sites de agências de empregos ou enviando currículos por e-mail. As empresas descobriram na Internet um excelente caminho para melhorar seus lucros e as vendas online dispararam, transformando a Internet em verdadeiros “shoppings centers virtuais” (Young & Abreu, 2011).

Segundo Kalinke (2005), a internet apresenta diversos benefícios e malefícios, quais sejam:

- Estimula o raciocínio lógico;
- Permite a interação;
- Desenvolve a prática da pesquisa;
- Melhora o vocabulário e a articulação na hora de passar uma mensagem;
- Aumenta a capacidade de concentração;
- Coloca-nos em contato com outras linguagens.

Com isso, o conhecimento trazido pela Internet é imenso e além de se ter a curiosidade e o senso crítico aguçado fazem-nos, sem querer, ler bem mais do que se precisasse visitar uma biblioteca. Além do que, conforme Seba (2014), que realizou uma pesquisa a nível

nacional para investigar o comportamento dos brasileiros na web. O estudo acabou revelando que 94% dos usuários de redes sociais do país preferem receber assistência através de canais de mídia sociais (Seba, 2014).

A internet infelizmente possibilita a difusão de crimes e a ocultação dos criminosos da informática; pode causar *dependência* nas pessoas, retirando a disposição delas para outras atividades; pode se tornar uma fonte de gastos muito grande se não souber usá-la de forma adequada; difunde a pornografia, o racismo e outros malefícios, expondo jovens e crianças.

Visto do período de seu surgimento até os dias atuais, pretende-se então, fazer um breve discurso sobre o uso excessivo da Internet, para chegar-se no ponto em que esse uso compromete a saúde e traz consequências, tal e qual (ou bem próximo disso), a *dependência química*.

O uso abusivo da internet

A internet tem se tornado cada vez mais presente na vida das pessoas, e junto a isso, tem se apresentado casos de uso abusivo e dependência tecnológica, o que levanta questões sobre os mecanismos envolvidos neste processo e os males à saúde que este pode causar.

Muitos são os termos utilizados para definir o uso compulsivo de internet, embora o mais popular, atualmente, pareça ser dependência de internet, sendo comuns os termos transtorno de dependência de internet, uso patológico de internet, abuso de internet, comportamento possibilitado pela internet, uso compulsivo de internet, compulsão de mídia digital e dependência virtual. Embora nesta lista não estejam todos os termos utilizados, a mesma (lista) exemplifica a complexidade que se enfrenta quanto a nomear tal fenômeno clínico (Young & Abreu, 2011). O termo adicção já não é tão usado em classificações psiquiátricas, psicológicas. Segundo estes autores, novos termos são empregados, dentre eles “abuso” e “dependência”, com o último significando aspectos de tolerância e abstinência, assim como outros indicadores de habituação fisiológica.

Especialistas, inclusive brasileiros, já evidenciam a preocupação com o uso abusivo das redes sociais. Dentre eles, Schiavo (2014), alerta que se a tecnologia dispõe o tempo da pessoa para um modelo de consumo, faz-se importante verificar, quando isso resolve ou cria problema na vida desta pessoa. Talvez, o fator mais preocupante por enquanto, seja a dificuldade de administrar os próprios afazeres diários, as responsabilidades cotidianas, ou o prejuízo que o fenômeno vem causando nas empresas, no ambiente de trabalho, através da ausência reuniões presenciais, trocadas por videoconferências, diminuindo assim, o contato

físico e pessoal entre as pessoas. Cita, ainda, que o assunto é parte das sessões terapêuticas nos consultórios, nas quais, uma das constatações é que pessoas com pouca habilidade social se sentem mais seguras na comunicação ‘*online*’, pois conseguem omitir a real identidade, escondendo também dificuldades psíquicas como timidez, depressão ou transtorno compulsivo, o que as tornam mais solitárias (Schiavo, 2014).

O Instituto de Psiquiatria do Hospital das Clínicas de São Paulo criou um grupo formado por quatro psicólogos, um psiquiatra e uma gerente de projetos científicos para analisarem a dependência de internet. Este grupo definiu como um dos critérios para apontar dependência, ter o trabalho e as relações sociais em risco pelo uso excessivo da tecnologia, que se reflete principalmente no isolamento e na superficialidade.

Internet e dependência virtual

Pesquisa de Lemos e Santana (2011), aponta que assim como existe a dependência química que consiste no uso de substâncias psicoativas, hoje já se fala também em dependência virtual que consiste no uso abusivo dos recursos tecnológicos envolvendo a internet. “*Os dados destas pesquisas demonstram que os jogos e as redes sociais são os recursos tecnológicos que mais têm viciado as pessoas atualmente*” (Lemos & Santana, 2011, p. 30).

As pesquisas de Graeml, Volpi e Graeml (2004), realizadas com usuários da internet, com o intuito de averiguar as causas do uso excessivo, demonstram dados relevantes em relação ao vício em recursos virtuais, ou melhor dizendo, a chamada dependência da internet. De acordo com o estudo, 86% dos internautas afirmaram que acessam esse recurso devido ao anonimato, 63% mencionaram a possibilidade ao acesso, 58% referiram à segurança e 37% o uso fácil de tal ferramenta. Segundo informações obtidas através dos usuários, há três áreas que estimulam e reforçam a utilização deste meio tecnológico: a busca por suporte social, realização sexual ou criação de persona (faceta social que o indivíduo apresenta ao mundo. Ao longo da vida apresentar-se-á mais de uma persona). Para tanto, o que se considera “estar online” para efeito deste trabalho é o uso efetivo de computador, celular, tablets e até aparelhos de televisão com a característica “smart” vinculados à rede social, seja através de Facebook, WhatsApp, Twiter, Instagram.

As pessoas, protagonistas do “estar online” serão as considerados verdadeiras “dependentes da internet”.

Dependência química

A dependência química deve ser tratada simultaneamente como uma doença médica crônica e como um problema social. Pode ser caracterizada como um estado mental e, muitas vezes, físico, que resulta da interação entre um organismo vivo e uma droga, gerando uma compulsão por tomar a substância e experimentar seu efeito psíquico e, às vezes, evitar o desconforto provocado por sua ausência. Não basta, portanto, identificar e tratar os sintomas, mas sim, identificar as consequências e os motivos que levaram à mesma, pensando o indivíduo em sua totalidade, para que se possa oferecer outros referenciais e subsídios que gerem mudanças de comportamento em relação à questão da droga (Organização Mundial da Saúde, 2001).

Um dos grandes desafios dos pesquisadores no campo da dependência química é compreender porque as pessoas se envolvem no uso de substâncias psicoativas mesmo sabendo que elas comprometem a saúde biopsicossocial dos usuários. *Além da necessidade de buscar constantemente a droga, a dependência causa mudanças acentuadas na interação do indivíduo com seus familiares, afetando suas relações sociais e até mesmo profissionais.* (Pratta & Santos, 2009, p. 211).

Segundo o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (2000), a característica primordial da dependência química corresponde à presença de um conjunto de sintomas cognitivos, comportamentais e fisiológicos, que evidencia que o indivíduo continua a utilizar uma determinada substância, apesar dos problemas significativos relacionados à mesma, tanto em termos de saúde, quanto pessoais e sociais. Sendo assim, existe um padrão de autoadministração repetida, o qual geralmente resulta em tolerância, abstinência e comportamento compulsivo de consumo da droga.

O uso de substância psicoativa traz em si uma sensação de prazer intenso num estado de êxtase inimaginável, que faz com que os usuários encontrem uma fonte prazerosa inesgotável. Com isso, acabam querendo repetir sempre o uso de forma cada vez mais constante (Araújo, Oliveira, Pedrosa, Miguel, & Castro, 2008, p. 208).

De acordo com Araújo *et al.* (2008), o *craving* pode ser entendido como um estado de motivação subjetivo que é influenciado de acordo com as expectativas associadas a um possível resultado positivo, podendo este estado induzir a uma resposta na qual o comportamento desejado esteja envolvido. Pode-se, ainda, caminhar para o entendimento deste construto, segundo os autores acima citados, definindo-se o *craving* como um termo que

engloba não somente o desejo, como a intenção que está envolvida em realizar este desejo, uma possível antecipação dos efeitos positivos associados à sua utilização e o alívio do sentimento negativo e dos sintomas relacionados à abstinência.

Com isso, Araújo *et al.* (2008) ainda dissertam sobre o fenômeno do *craving* ou fissura, no contexto da dependência química como: o *craving* pode ser classificado em quatro tipos: como resposta a síndrome de abstinência; como resposta a falta de prazer; como resposta condicionada a estímulos relacionados as substâncias psicoativas e como tentativa de intensificar o prazer de determinadas atividades.

Assim, o *craving* é visto pelo modelo psicossocial ou cognitivo a partir da expectativa antecipada que um indivíduo tem quanto aos efeitos que sentirá ao usar a substância, focalizando-se ali, ao contrário do modelo comportamental, a interpretação através da via cognitiva do fenômeno e não diretamente a partir das respostas fisiológicas a ele relacionadas. Araújo *et al.* (2008) citam a teoria da aprendizagem social de Bandura, que focaliza que a ocorrência de certo comportamento é influenciada pelas expectativas que se tem do seu resultado, do valor que se espera ganhar com este resultado e da situação em que o comportamento acontece.

Estudo do Centro de Estudo sobre as Tecnologias da Informação e Comunicação (2014), demonstrou que a dependência química se tornou um agravante social e um problema de saúde pública demandando inúmeras pesquisas que visem ampliar a teoria a fim de melhorar a prática de atuação.

“O uso de drogas traz à tona questões relacionadas diretamente ao campo da saúde, o que implica na necessidade de realizar uma reflexão sobre este fenômeno no âmbito das concepções sobre saúde, doença, vigentes ao longo da história do homem, bem como, no momento atual. Isso porque temas como saúde, doenças e drogas sempre estiveram presentes ao longo da história da humanidade, embora, cada período apresente uma maneira particular de encarar e lidar com estes fenômenos, de acordo com os conhecimentos e interesses de cada época” (Pratta & Santos, 2009, p.204).

Um dos fatores agravantes na dependência química é que, além de afetar a saúde física e mental, afeta da mesma maneira o convívio familiar e social daqueles que possuem este vício. Por este motivo, os profissionais que atuam neste contexto, devem ter interesse em desenvolver constantes pesquisas relacionadas à temática com o intuito de obterem bagagem e capacitação para intervirem de forma coerente e satisfatória, capaz de promover prevenção, reabilitação e promoção de saúde tanto para os usuários quanto para os familiares destes e para a sociedade de forma geral (Pratta & Santos, 2009).

Segundo Carlini, Galduróz, Noto, Carlini, Oliveira, Nappo, Moura & Sanchez (2005), onde traçam o perfil aproximado de consumo de drogas em todas as regiões do país: 9.109.000 pessoas (19,4%) já usaram algum tipo de droga, excluindo o álcool e o tabaco. O uso na vida de álcool foi de 68,7%, porcentagem maior que 35,5% da Colômbia, menor que Chile com 70,8% e EUA com 81,0%. Quanto à dependência do álcool é maior para o sexo masculino (17,1%), mas o feminino com 5,7% é um fator preocupante. Sobre o tabaco constata-se o total de 41,1% da população dependente, 46,2% para o sexo masculino e 36,3% para o sexo feminino. Essas porcentagens são inferiores às observadas no Chile (70,1%) e nos EUA (70,5%), porém mais que o dobro da Colômbia (18,5%). O álcool ressalta sua inserção cultural mais acentuada que o tabaco contando com ampla aceitação pela sociedade, divulgado na mídia com valorização social, atingindo 76% dos pesquisados. Ainda segundo Carlini et al. (2005), que apontam o uso da maconha no Brasil em 6,9% da população pesquisada. A cocaína e o crack foram de 2,3% equivalente a 1.076.000 pessoas. Os solventes apenas 5,8% do total. A análise sobre os medicamentos usados com fins de abuso como o estimulante tipo anfetaminas e anorexígenos foram 1,5%. Os ansiolíticos, como os benzodiazepínicos apresentam porcentagem de 3,3%.

Quanto ao perigo representado pelas drogas, o crack é largamente percebido como o mais letal, por 40% da população brasileira. Assumindo apenas a primeira menção, ele dispara com 70% como a droga mais perigosa, com larga distância da cocaína, mencionada como a segunda droga mais perigosa por 10% e a maconha e o álcool, ambos citados como mais perigosos por 6%. Cebrid (2005).

Fica nítido que o problema do vício em drogas tem escala ascendente, dificultando por demais o retorno do usuário ao “*status quo ante*”. Daqui em diante, ponderar-se-á, se também a dependência virtual, melhor dizendo, o uso abusivo de Internet, também ascende.

Dependência virtual e dependência química: semelhanças e diferenças

A proposta então, de comparar-se o estar “online” (uso abusivo das redes) com a dependência química tem ainda a pretensão de fornecer a Psicologia, mais instrumentos e ferramentas para o diagnóstico do ser humano e suas facetas, pois, como informa Cunha (2000), o psicodiagnóstico, na sua forma científica, consiste em um levantamento prévio de hipóteses que serão confirmadas ou não, através de passos predeterminados, com objetivos precisos e duração limitada. Nesses passos, integram-se a aplicação de técnicas e testes psicológicos com a finalidade de entender a dinâmica da personalidade do indivíduo.

A dependência de internet foi pesquisada pela primeira vez em 1996, em um estudo que examinou mais de 600 casos de usuários que apresentavam sinais clínicos de dependência, identificados por uma versão adaptada dos critérios do DSM - IV para o jogo de azar patológico (YOUNG, 1996, p. 239). Analisando semelhanças e diferenças é preciso lançar questionamentos que, se respondidos, ajudarão na definição do caso do paciente estudado, apontando o tipo de dependência.

As drogas são substâncias que provocam alterações físicas e psicológicas nas pessoas que as consomem. Entre as drogas estão incluídas as substâncias lícitas, como álcool, tabaco e alguns medicamentos, e as substâncias ilícitas, como a maconha, o crack, LSD, ecstasy, opiáceos, entre outras. (RONZANI et al, 2014)

Centros de pesquisa como o Centro de Estudo sobre as Tecnologias da Informação e Comunicação (CETIC) e o Grupo DELETE (Desintoxicação de Tecnologi@s), institucionalizado na UFRJ, primeiro centro no Brasil especializado exclusivamente no atendimento dos usuários abusivos e dependentes das tecnologias, bem como, no exterior (Equipe da Universidade de Waterloo no Canadá), abordam e estudam o tema e, cada vez mais, vem se comprovando a realidade da dependência da internet.

O questionário a seguir, desenvolvido, ajuda a investigar a dependência e o grau, entre leve, moderada e grave, como:

- Preocupação excessiva com a Internet
- Necessidade de aumentar o tempo conectado (online) para ter a mesma satisfação;
- Exibir esforços repetidos para diminuir o tempo de uso da Internet
- Apresentar irritabilidade e/ou depressão;
- Quando o uso da Internet é restringido, apresenta labilidade emocional (Internet como forma de regulação emocional);
- Permanecer mais conectado (online) do que o programado;
- Ter o trabalho e as relações familiares e sociais em risco pelo uso excessivo;
- Mentir aos outros a respeito da quantidade de horas conectadas.

Diante do exposto a respeito dos dois tipos de dependências, necessário se faz analisar semelhanças e diferenças entre as mesmas, ampliando o campo de conhecimento e quiçá, com mais ações e práticas no campo da Saúde Pública.

Características entre a dependência virtual e química: Semelhanças

Uma das semelhanças entre os dois tipos de dependência, é exatamente a questão do excesso. A este respeito colheu-se da literatura a questão do gravame: o agravante em relação à internet é o uso abusivo deste recurso. Isto ocorre quando as pessoas se utilizam dessa tecnologia ao ponto de influenciar negativamente a vida social, afetiva e profissional delas e dos outros indivíduos. Geralmente, quem utiliza a internet por muito tempo, acaba se distanciando das outras pessoas, se isolando do convívio social. Esse tipo de uso classificado como exacerbado é considerado como uso abusivo (SÁ, 2012; Graeml, Volpi & Graeml, 2004).

Graeml, Volpi e Graeml (2004), destacam que o uso da internet em excesso pode chegar ao ponto de afetar a vida social “a internet está gerando uma onda de isolamento social nos Estados Unidos e alimentando o fantasma de um mundo sem contato humano”, com isso, acabam querendo repetir sempre o uso de forma cada vez mais constante” (Araújo *et al.*, 2008).

Para relacionar com este tópico, pode-se destacar o conceito da Organização Mundial da Saúde (2001), e refleti-lo sobre a ótica contemporânea, no que diz respeito à dependência tecnológica: A Organização Mundial da Saúde (2001), define a dependência química como um estado psíquico e físico que sempre inclui uma compulsão de modo contínuo ou periódico, podendo causar várias doenças crônicas físico-psíquicas, com sérios distúrbios de comportamento. Pode também, ser resultado de fatores biológicos, genéticos, psicossociais, ambientais e culturais, sendo considerada hoje como uma epidemia social, pois atinge toda gama da sociedade, desde a classe social mais elevada a mais baixa (Organização Mundial da Saúde, 2001).

Vê-se que, ao retirar do texto da Organização Mundial da Saúde (2001), as palavras, química e físico, e substituímos a primeira por virtual, com facilidade ter-se-ia um conceito de dependência virtual. A mesma instituição que desde os idos de 97 cuida de definir dois tipos de dependência - Psíquica e Física - pode nos brindar com o primeiro, enquadrando-o, com segurança para a dependência virtual, bastando, no lugar das palavras uma droga, utilizar-se, Internet. Psíquica: quando o consumo repetido de uma droga cria a compulsão de usá-la pela satisfação que produz. A falta da droga deixa o usuário abatido, em lastimável estado psicológico. A pessoa sente a necessidade irreprimível do consumo, embora o organismo não necessite da droga para viver. Este efeito pode ser reforçado por uma exigência emocional ou pessoal do dependente.

Também, quanto aos mecanismos de ação e efeitos das drogas, na qualidade de Depressoras, conforme Carlini et al. (2005), muito do já descoberto pode ser aproveitado para a dependência de Internet, melhor dizendo, o estar “online”.

E o estar “online”, é produto do êxtase, da magia, do magnetismo que as redes sociais, quais sejam, o Instagram, Facebook, WhatsApp, entre outros como Youtube. Produto no sentido de que, canalizam o usuário, sensorialmente, mentalmente e porque não dizer, até fisicamente para o hábito de estar o máximo possível, conectado, com isso, provocando problemas de ordem comportamental que comprometam a saúde mental e, deve desde já, preocupar os agentes públicos (Araújo *et al.*, 2008).

Características entre a dependência virtual e química: diferenças

Já se evidenciou, neste trabalho, que o termo adicção vem caindo em desuso, porém, mais uma vez, mister se faz evidenciá-lo, pois, um dos trabalhos que respaldam o estudo, aborda com precisão e ótima contextualização o mesmo (Berner e Santander 2012).

Seria possível diferenciar entre duas maneiras como a internet se relaciona com comportamentos adictivos. Haveria então a adicção à internet primária, onde o objeto da adicção é próprio do mundo digital, enquanto que na adicção secundária novas tecnologias serviriam apenas como um meio pelo qual a pessoa satisfaz uma dependência que seria identificável mesmo fora da rede. Como exemplos de dependência secundária à internet, pode-se citar, ainda segundo esses autores, que: a adicção ao trabalho, ao sexo (mediante sites que facilitam às compras e ao jogo patológico, como cassinos online e sites de apostas esportivas).” (Berner e Santander 2012).

De acordo com Sá (2012), a descoberta do novo, da sensação indescritível de liberdade, a criação de uma identidade virtual, o anonimato e a facilidade de se relacionar estão entre os fatores que atraem milhões de usuários para os computadores. De suas casas, ou mesmo da rua, homens e mulheres, de todas as idades, experimentam a interatividade sem julgamentos externos. É a necessidade de ter contato com essas sensações acaba por se tornar excessiva, viciante.

De acordo com Lemos e Santana (2011), existem mudanças mais comuns em dependência de internet, pensamento, comportamento e emoção, dentre usuários. Pensamento: a) fluxo (o usuário acredita ter passado menos tempo que realmente passou conectado); b) preocupação excessiva (“Se eu não ficar online, algo ruim irá acontecer); c) ruminações (“Quando vou poder entrar [online] novamente?”); d) negação (“Eu não tenho problema

algun com a internet); e) expectativas irreais (“Quando eu entrar online minha vida vai ficar bem melhor”). Comportamentos: a) Evasão (quando confrontado por problemas cotidianos, a internet se torna uma forma de escapar); b) impulsividade (dificuldade em controlar o comportamento inapropriado). Emoções: a) fissura (urgência em utilizar a internet); b) culpa (quando o usuário visualiza o dano do uso inadequado). Os autores ainda mencionam estratégias para lidar com estes pacientes: a) o alvo do tratamento não deve ser a abstinência, mas o uso moderado, b) psicoeducação, c) auto-observação (entender a evasão como um mecanismo compensador, também reconhecendo seus gatilhos), d) planejamento do tempo, e) desenvolvimento de atividades off-line.

Segundo Lopes (2013), alguns especialistas apontam como sintomas divergentes de pessoas dependentes de internet:

- Preocupação constante com o que acontece na internet quando está *offline*.
- Necessidade contínua de utilizar a web como forma de obter excitação.
- Irritabilidade quando tenta reduzir o tempo de uso.
- Utilização da internet como forma de fugir de problemas ou aliviar sentimentos de impotência, culpa, ansiedade ou depressão.
- Mentir para familiares para encobrir a extensão do envolvimento com as atividades on-line.
- Diminuição ou piora do contato social com amigos e familiares.
- Falta de interesse em atividades fora da rede.
- Comprometimento das atividades profissionais e acadêmicas, como perda do emprego ou não ser aprovado na escola.
- Lesões nas articulações dos dedos causadas pela intensa digitação.
- Duração dos sintomas acima descritos por período maior que seis meses.

Outras diferenças entre as dependências abordadas são: a de internet processa-se como produto legalizado, enquanto a química, no seu maior espectro figura como ilícita; a de internet goza, pelo menos enquanto não notada, de prestígio social, pois a sociedade praticamente impõe o seu uso, ou seja, há um reforço social em favor do uso, pois, é fato, que se a pessoa não utiliza, não tem uma página, ou algo pertinente, é colocada à margem, ignorada em certo sentido, socialmente. A mídia falada e televisada, bem como, a própria rede, a todo momento anunciam, sites, blogs, páginas pessoais e empresariais, apelando para os usuários. Com isso, a Internet se retroalimenta socialmente.

A dependência química, por sua vez, faz a operação inversa, pois é tida como uma vilã que se apossa da pessoa, ela degrada física, mental e socialmente e só o apelo comportamental, orgânico até, a faz cada vez mais forte.

Os dependentes de internet necessitam de ajuda profissional para que voltem a utilizar a tecnologia de maneira saudável. Daí a importância da própria pessoa se conter no uso de internet, sabendo usá-la de forma mais plausível, não se deixando dominar, reconhecendo que é possível, facilmente, se viciar é já ter um senso de alerta na perspectiva de evitar que isso ocorra.

CONCLUSÃO

Com isso, o uso excessivo de internet traz em si uma sensação de prazer intenso num estado de êxtase inimaginável, que faz com que os usuários encontrem uma fonte prazerosa inesgotável, onde a dependência pode alterar o comportamento psíquico, além disso, apresentar alterações biológicas, psicossociais, ambientais e culturais, pois atinge elevada gama da sociedade.

Assim, a internet apesar de ser uma realidade necessária, deve ser utilizada com critério para que o efeito pretendido, que deve ser o de alcançar objetivos em busca de respostas e de progredir, não seja ofuscado ou tomado pelo simples prazer de estar na rede, de alimentar um perfil ‘fake’ ou de um vigiar constante e supérfluo.

Espera-se despertar aqueles que, por ventura ou pesquisa, encontrarem esse material a fim de confirmarem se eles ou os que o cercam, estão absorvidos e encantados pelos poderes dos equipamentos que viabilizam a dependência tecnológica.

A internet funciona como elemento chave, por sua velocidade e praticidade. A dinâmica da cidade inviabiliza as mobilizações políticas tradicionais, pela forma como o trabalho ocupa o tempo das pessoas exaurindo-as e diminuindo a possibilidade de participação. O tempo que sobra é ocupado pela indústria do lazer e pela informação superficial dos telejornais, diminuindo ainda mais o interesse pela política. No entanto, através da internet é possível envolver as pessoas através das redes sociais, como ocorre no *Facebook*, nas consultas públicas ou ainda em outros mecanismos de participação. Além disso, a internet acaba por permitir que as experiências ultrapassem os limites dos municípios e cheguem a outros estados brasileiros, ou mesmo buscando ideias em outras cidades do mundo. O campo das políticas públicas está ampliando seu espaço de pesquisa incluindo temas emergentes e novas agendas de investigação. A incorporação da participação cidadã

dentro do processo de desenvolvimento de políticas é um dos desafios para as sociedades democráticas contemporâneas.

Quando não, que os agentes públicos, notadamente os que são responsáveis pelo cuidar, pela saúde, incluam em suas linhas guias, além dos cuidados com prevenção, também o do acolhimento, pois tal qual o acometimento de dependência química, o virtual, pelo nosso entender após este estudo, precisa estar contido, nos programas de saúde da família.

REFERÊNCIAS

- American Psychiatric Association. (2000). *Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM – IV-TR)(4a ed)*. Porto Alegre/RS: Artmed.
- Araujo, R. B., Oliveira, M. S., Pedroso, R. S., Miguel, A. C., & Castro, M. G. T. (2008). Craving e dependência química: conceito, avaliação e tratamento. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 57(1), 205-209.
- Ballone G. J. & Moura E. C. (2008). *Compulsão à Internet, Mito ou Realidade*. Psiqui Web. Disponível: www.psiqweb.med.br/site/?area=NO/LerNoticia&idNoticia=104
- Berner, J. E., & Santander, J. (2012). Abuso y dependencia de internet: la epidemia y su controversia. *Revista chilena de neuro-psiquiatria*, 50(3), 181-190.
- Carbonell, X., Grarner, C., Beranuy, M., & Chamarro, A. (2009). *Fomento del uso saludable de las tecnologías de la informacion y comunicacion en familia y escuela*. En: Echeburua, E., Labrador, F.J. & Becona, E. (edts). *Adiccion a las nuevas tecnologias en juveniles y adolescentes*, Madrid: Pirámide, 205-219.
- Carlini, E. A., Galduróz, J.C., Noto, A.R.; Carlini, C.M., Oliveira, L.G., Nappo, S.A., Moura, Y.G., & Sanchez, Z.V.D.M. (2005) - II levantamento domiciliar sobre o uso de drogas psicotrópicas no Brasil: estudo envolvendo as 108 maiores cidades do país. *Páginas & Letras*, 01, 465 - 472.
- Castells, M. (2003). *A galáxia da internet: reflexões sobre a internet, os negócios e a sociedade*. Rio de Janeiro: J. Zahar.
- Castells, M. (2005). *A sociedade em rede*. São Paulo: Paz & Terra.
- Centro Brasileiro de Informações sobre Drogas Psicotrópicas. (2005). *Livreto informativo sobre drogas psicotrópicas*. Publicado e distribuído pela SENAD, Secretaria Nacional Antidrogas, Brasília: Secretaria Nacional Antidrogas.
- Centro de Estudos sobre as Tecnologias da Informação e Comunicação - CETIC. (2014). Recuperado em 10 novembro, 2015, de www.cetic.br/informação.
- CUNHA, J.A. (2000). *Psicodiagnóstico*. Porto Alegre: Artmed, 2000.
- Demo, P. (2009). “Tecnofilia” & “Tecnofobia”. *Rev. Educ*, 35(1), 4-17.
- Echeburua, E., & Amor, P. J. (2001). Adicción a Internet o adictos a Internet. En: Moreno, P., Blanco, C., Páez, V., y Saiz, J. (edts). *Psiquiatria e Internet: Aprendiendo a utilizar Internet*, Barcelona: *Artes Médicas*, 131-148.
- Graeml, K. S., Volpi, J. H., & Graeml, A. R. (2004). O Impacto do uso (excessivo) da Internet no Comportamento social das pessoas. *Revista Psicologia Corporal*, 5, 2-6.
- Kalinke, M. A.(2005). *Internet na educação*. Curitiba: Chain.
- King, A. L. S. (2014). *Nomofobia: Dependência do Computador, Internet, Redes Sociais? Dependência do Telefone Celular?*. São Paulo: Editora Atheneu.

Lemos, I. L., & Santana, S. M. (2011). Dependência de jogos eletrônicos: a possibilidade de um novo diagnóstico psiquiátrico. *Revista de Psiquiatria Clínica*, 39(1), 28-33.

Lemos, I. L., Abreu, C. N. de, & Sougey, E. B. (2014). Internet and video game addictions: a cognitive behavioral approach. *Archives of clinical psychiatry*, 41(3), 82-88.

Lima, F. O. A.(2000). *Sociedade digital: impacto da tecnologia na sociedade, na cultura, na educação e nas organizações*. Rio de janeiro: Qualitymark.

Lopes, A. (2013). Dez sintomas da dependência de internet. Fonte: Recuperado em 11 setembro, 2015, de www.ctviva.com.br/dez-sintomas-da-dependencia-de-internet.

Merkle, E. R., & Richardson, R. (2000). Digital dating and virtual relating: Conceptualizing computer mediated romantic relationships. *Family Relations*, 49, 187-192.

Organização Mundial da Saúde. (2001). *Transtornos devido ao uso de substâncias*. Em *Organização Pan-Americana da Saúde & Organização Mundial da Saúde (Orgs.). Relatório sobre a saúde no mundo. Saúde Mental: nova concepção, nova esperança*, Brasília: Gráfica Brasil, 58-61

Pratta, E. M. M., & Santos, M. A. (2009). O processo saúde-doença e a dependência química: interfaces e evolução. *Psicologia, Teoria e Pesquisa*, 25(2), 203-211.

Ronzani, T. M., & Pollyanna S. S. (2014). Prevenção ao uso de álcool e outras drogas no contexto escolar. Juiz de Fora : *Ed. UFJF*, 1-162.

Sá, G. M. (2012). A frente do computador: a Internet enquanto produtora de dependência e isolamento. *Revista da Faculdade de Letras da Universidade do Porto*, 24, 133-147.

Saba, C. F. (2014). *Marketing na Era Digital e Cases*, Faculdade de Economia, Administração, Contabilidade e Atuariais da PUC, São Paulo/SP, Brasil.

Torrente, E., Piqueras, J. A., Orgilés, M., & Espada, J. P. (2014). Association of Internet addiction with social anxiety and lack of social skills in spanish adolescents. *Terapia psicológica*, 32(3), 175-184.

Young, K. S. (1996). Internet addiction: the emergence of a new Clinical disorder. *Published in CyberPsychology and Behavior*, 1 (3.), 237-244

Young, K. S., & Abreu, C. N. (2011). *Dependência de internet. Manual e guia de avaliação e tratamento*. Porto Alegre: Artmed.