



O estudante Caio Marques adora jogos e é fã de League of Legends, um dos games mais famosos da atualidade: “Como diz minha mãe, tudo em excesso faz mal”

OMS classifica vício em games como ‘distúrbio’

Os pais devem ficar atentos aos sinais que revelam a compulsão por jogos

A Organização Mundial de Saúde classificou a dependência em games como um distúrbio. Profissionais da psiquiatria confirmam o

crescimento da compulsão e jogadores consideram a medida um tanto exagerada, mas relatam ter passado vários dias em frente a

uma tela. O sinal de alerta vem quando o jovem troca atividades comuns do cotidiano pelos jogos, e os responsáveis devem acompa-

nhar de perto o comportamento dos filhos no mundo virtual para evitar que a diversão se torne um grave problema.

Uso desenfreado de jogos e gadgets vem crescendo

Acompanhamento dos pais é fundamental para identificar e tratar o problema, e os casos vêm se tornando comuns

A psiquiatra e professora do Departamento de Psiquiatria e Psicologia Médica da Faculdade de Ciências Médicas (FCM) da **Unicamp**, Renata Cruz Soares de Azevedo, diz que o uso excessivo de recursos eletrônicos tem aumentado. Segundo ela, a dependência em jogos eletrônicos compartilha de semelhanças com outras dependências, como em drogas ou álcool. A diferença, segundo a psiquiatra, está na ação apresenta-

da no cérebro, que, no caso das substâncias, é mais direta.

Renata afirma que o primeiro passo para fazer a avaliação do potencial dependente é a importância dos jogos na vida do indivíduo. Em seguida, segundo a psiquiatra, é necessário ver se ele possui algum outro quadro psíquico, como a depressão.

Não existe um tratamento com base em medicamentos para a dependência, apenas

que podem diminuir o comportamento compulsivo, além do tratamento para o outro quadro psíquico.

Segundo a psiquiatra, o mais importante no tratamento da dependência são os tratamentos psicoterápicos. Para a dependência em games, a Terapia Cognitivo Comportamental (TCC) é a mais indicada, e se assemelha ao tratamento usado em dependentes alcoólicos. "Com a TCC, o paciente

aprende a se controlar sem excluir o comportamento diretamente, aprendendo a fazer metas para suas conquistas pessoais em relação à dependência", afirma.

Entretanto, a psiquiatra afirma que o tratamento psicoterápico deve ser a última alternativa, depois de todas as mudanças em seu ambiente já tiverem sido feitas. Para Renata, é preciso se certificar de que o comportamento é específico

do indivíduo, ou se são características familiares. Segundo ela, por exemplo, caso a família "chegue todos os dias, sente cada um em seu canto do sofá e mexa em sua tela particular", é a modelagem familiar.

Entretanto, Renata adverte que os pais, principalmente de crianças que possuem um comportamento preocupante, devem estar atentos e tomar as medidas necessárias. A psiquiatra aconselha, por exemplo,

que o computador seja retirado do quarto em casos de sinais de dependência, e afirma que prestar atenção à classificação indicativa dos jogos é um dos principais deveres dos pais. "As classificações indicativas existem por um motivo, e é importante que os pais verifiquem quais são, e porque determinado jogo tem determinada classificação. É preciso respeitá-la", conclui Renata. **(BM/AAN)**