



Estudo da UTAD alerta para perturbações patológicas no uso da Internet

As dependências no uso da Internet, associadas a sintomatologias psicopatológicas, foram alvo de um estudo realizado pela Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro (UTAD), cujos resultados acentuam as preocupações, em especial ao nível dos jovens. O estudo, intitulado “Adição à Internet: Relação com a Sintomatologia Psicopatológica e a Personalidade”, foi desenvolvido pelo psicólogo Luís Afonso Ferreira, no âmbito do mestrado em Psicologia Clínica, com orientação de Otília Fernandes e Inês Relva, docentes e investigadoras desta área do conhecimento.

A investigação, que teve como amostra 418 indivíduos de todo o país, sendo 166 do sexo masculino e 252 do sexo feminino,

realçou a adição à internet e o seu uso excessivo e desregrado como “fator precipitante para o desenvolvimento de sintomatologia patológica” ao nível da depressão, ansiedade, hostilidade e sensibilidade interpessoal. Ao mesmo tempo, alertou para a necessidade de “maior atenção por parte dos profissionais de saúde quanto aos hábitos desenvolvidos online e da perceção que o próprio indivíduo tem do seu grau de adição”.

Acerca da personalidade demonstrou-se também que “o neuroticismo elevado, caracterizado pela instabilidade emocional, e a baixa conscienciosidade, caracterizada pela falta de organização, disciplina e regras, evidenciam-se como fortes preditores da adição à Internet”. Mostrou ainda o estudo que determinadas atividades, nomeadamente os videojogos e as redes sociais, têm forte relação com a problemática, enquanto “atividades ligadas a recompensas imediatas e mecanismos de imersão, fantasia, socialização, competição e reconhecimento social, entre outros fatores que poderão servir como “isco” a indivíduos predispostos ao desenvolvimento de uma adição”.

Otília Fernandes, psicóloga clínica e uma das investigadoras responsáveis pelo estudo, encara os resultados como sinais de alerta em especial para os mais novos, que vivem colados aos smartphones e jogos. “O comportamento abusivo, qualquer que seja, e sobretudo na adolescência, que é um lugar de todos os perigos porque a identidade está ainda em busca de um caminho, deve ser considerado um sinal, um sintoma de que algo não está a correr bem”, justifica a investigadora.

“Basta muitas vezes – lembra também – um olhar atento e compreensivo e de disponibilidade para o jovem não se sentir só e poder falar do que o atormenta. Não é fácil, mas é possível, se tivermos em conta que qualquer dependência é sempre uma máscara, que, como tal, esconde e revela, bastando muitas vezes a nossa disponibilidade para estarmos com o jovem. Partilhar um problema já é meio problema resolvido. Só

restringir o uso não basta. Há muitas pessoas que advogam políticas de restrição sem terem o cuidado de acompanhar isso com políticas de compreensão, o que é profundamente errado.”