



Evento: XXX Seminário de Iniciação Científica

USO EXACERBADO DE JOGOS ELETRÔNICOS E SEUS EFEITOS NA SAÚDE MENTAL DOS ADOLESCENTES¹

EXACERBATED USE OF ELECTRONIC GAMES AND THEIR EFFECTS ON THE MENTAL HEALTH OF TEENAGERS

**Luisa Azzolin Ávila², Nathallie Appel Dos Santos³,
Giulia Rodrigues Stormowski⁴, Camila Brudna Eickhoff⁵**

¹Projeto de pesquisa desenvolvido na UNIJUI a partir da LAPSM (Liga Acadêmica de Psiquiatria e Saúde Mental)

² Acadêmica do curso de Graduação em Medicina da UNIJUI; luisa.avila@sou.unijui.edu.br

³ Acadêmica do curso de Graduação em Medicina da UNIJUI; nathallie.santos@sou.unijui.edu.br

⁴ Acadêmica do curso de Graduação em Medicina da UNIJUI; giulia.stormowski@sou.unijui.edu.br

⁵ Médica Psiquiatria. Professora do Curso de Medicina da UNIJUI e Preceptora da Liga Acadêmica de Psiquiatria e Saúde Mental da UNIJUI

INTRODUÇÃO

Em 2022, entra em vigor a 11ª edição da Classificação Internacional de doenças (CID-11), e, com isso, a dependência em jogos eletrônicos recebeu destaque sob o nome do distúrbio de jogo de “*Internet Gaming Disorder*”. Não obstante, o vício em jogos eletrônicos foi incluído em 2013 no *American Psychiatric Association* (DSM-5) como um distúrbio de saúde mental a ser estudado. O fato que os jogos online entraram para o DSM-5 e para o CID-11, acende um alerta para o questionamento diante da linha tênue que separa o entretenimento da dependência.

O mundo virtual viabiliza inúmeras experiências diferenciadas, e o entretenimento do mundo dos jogos pode beneficiar adolescentes a partir da inclusão social virtual, criando uma comunidade com interesses em comum, laços de amizade, aproximando pessoas geograficamente distantes, colaborando para a melhora da autoestima e aprimoramento de habilidades. Entretanto, é clinicamente reconhecível e clinicamente significativo, quando o padrão de comportamento de jogo é de tal natureza e intensidade que resulta em sofrimento acentuado ou prejuízo significativo no funcionamento pessoal, familiar, social, educacional ou ocupacional (WHO, 2018). Por isso, para discorrer sobre esse uso exacerbado de jogos eletrônicos, que culmina em detrimento psíquico de adolescentes, é importante destacar que a modalidade, ou seja, o gênero do jogo tem relação com as implicações clínicas.



As apresentações que merecem ênfase são os MMORPGs (Massive Multiplayer Online Role Playing Game; jogos de multijogadores) e FPS (First Person Shooter; jogos em primeira pessoa como atirador). Ambas modalidades exibem a possibilidade de uma realidade longínqua, seja pela criação de personagens e execução de missões em tempos medievais, seja pela experiência como atirador em uma guerra contra o grupo adversário, respectivamente. Tais jogos online proporcionam experiências sem sair do conforto do lar, em ambientes seguros, sem consequências para as ações que são moralmente condenadas pela sociedade, o que permite uma fuga da realidade para evitar os problemas sociais de que esse grupo de adolescentes possam estar inseridos.

Portanto, esse trabalho objetiva elucidar os motivos que levaram a essa prática excessiva ter se tornado um transtorno reconhecido pelo DSM-5, bem como compreender a associação muito comumente difundida como inerente desse transtorno aos adolescentes.

METODOLOGIA

Trata-se de um artigo qualitativo, exploratório de revisão de literatura, que tem como base as plataformas de busca Scielo, PubMed e Google acadêmico. Os descritores utilizados incluíram “jogos online”, “saúde mental” e “adolescentes”. A partir destes conteúdos foi fundamentado e estruturado o presente artigo, cumprindo os objetivos propostos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O crescimento progressivo da indústria de jogos aprimorou a qualidade do entretenimento, com alta resolução gráfica de narrativas, simulações de ambiente e complexidade da história, que levam a um alto grau de imersão no jogo. Consequentemente, a elaboração de jogos de funcionamento ininterrupto colabora para o desenvolvimento de dependência do indivíduo, cativando-o continuamente e estimulando a maior permanência no jogo. A atratividade dos jogos é tamanha que muitos adolescentes podem ser deslumbrados por uma realidade onde estão no controle, negligenciando problemas e frustrações, repercutindo na queda no desempenho acadêmico, supressão do sono, isolamento social, agressividade e comorbidades psiquiátricas.

Alguns estudos confirmam que a violência de jogos eletrônicos pode aumentar significativamente comportamentos, pensamentos e sentimentos agressivos, além de aumentar



a excitação psicofisiológica e diminuir a empatia e o comportamento pró-social, tanto em curto como em longo prazos (BREDA, 2014). Os fatores associados a manifestação da agressividade em jogadores estão vinculados ao perfil do indivíduo e a características do jogo, isso significa que, se o adolescente dispõe de fatores de risco para agressividade, os jogos podem potencializar esse comportamento. Por isso, é importante considerar a modalidade do jogo e seus efeitos sobre a agressividade: o impacto dos jogos cooperativos são mínimos comparados ao modo competitivo. Além disso, os jogos podem distorcer a visão da realidade, ocasionando menor empatia, dessensibilização diante de circunstâncias violentas e acarretar alteração das convicções morais. Nesse sentido, comportamentos antes moralmente inadmissíveis pelo indivíduo passam a ser vistos como verossímeis. Este mecanismo de dessensibilização também explica a associação entre o interesse por jogos violentos e o aumento na chance de estar envolvido em bullying e cyberbullying, tanto como agressor quanto como vítima (BREDA, 2014).

A partir do exposto, entende-se que é imprescindível a intervenção psiquiátrica no manejo do adolescente com dependência em jogos eletrônicos, pois a abordagem diagnóstica permite discorrer sobre características de personalidade, sociabilidade, além de outros transtornos psiquiátricos e clínicos. Para o diagnóstico do transtorno de jogos online, houve aprimoramentos desde sua elaboração inicial, baseada em dependência química em 1996. Atualmente, o DSM-5 define como critérios diagnósticos para “*Internet Gaming Disorder*” o uso persistente ou recorrente de jogos online associado a algum prejuízo ou sofrimento, além de 5 ou mais sintomas por 12 meses: o jogo torna-se a atividade mais importante do indivíduo, sintomas de abstinência ao se afastar dos jogos (como irritabilidade, ansiedade ou tristeza), tolerância (necessidade de passar cada vez mais tempo jogando), perda de controle sobre a participação em jogo, perda de interesse em outras atividades (como hobbies anteriores), uso excessivo dos jogos online apesar de reconhecer problemas psicossociais, mentir sobre a permanência nos jogos para familiares e terapeuta, uso do jogo como válvula de escape ou alívio (para sentimentos de culpa, ansiedade ou desamparo), colocar em risco ou ter perdas quanto a relacionamentos, trabalho, ensino ou oportunidades. É importante ressaltar que o tempo não é considerado um critério diagnóstico por ser uma medida indireta do transtorno, por não apresentar, muitas vezes, prejuízos em jogadores de uso intensivo.



Com relação ao perfil dos adolescentes, são os que mais apresentam predisposição em desenvolver dependência de jogos, pois exprimem, com maior prevalência, fatores como impulsividade, poucas habilidades sociais e empatia, e menor controle emocional, além de comorbidades psiquiátricas como depressão, ansiedade, transtorno de déficit de atenção, hiperatividade e transtorno compulsivo obsessivo, o que os torna mais vulneráveis a desenvolver hábitos problemáticos na prática de jogos. Dessa forma, adolescentes que já apresentam transtornos psiquiátricos iniciais têm maior relação de dependência com jogos eletrônicos, e concomitantemente, um transtorno é agravado pelo outro.

Compreende-se, enfim, que o jogo online é uma condição altamente heterogênea e depende de uma ampla gama de fatores psicológicos. É importante entender os motivos individuais e os fatores psicológicos dos jogadores para planejar intervenções eficazes (PAULUS, 2018). O tratamento consiste em psicoterapia, em especial em situações onde o adolescente não reconhece a dependência ou não se mostra motivado para o tratamento. O uso de psicofármacos só deve ser administrado caso houver comorbidades psiquiátricas suscetíveis a intervenção medicamentosa. Por fim, deve-se reforçar a monitorização e moderação dos jogos, retomar atividades escolares, estimular a interação familiar e social, para assim, evitar recaídas e incentivar mudanças e hábitos de vida saudáveis.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A intervenção psiquiátrica no manejo do adolescente com dependência em jogos eletrônicos é fundamental para corroborar um psicológico estável no futuro. Contudo, a real necessidade de uma abordagem profissional implicará em um correto diagnóstico, no qual o profissional esteja preparado, sendo este alguém que busque e acompanhe o progresso na internet e suas conexões, para identificar quando está diante de uma patologia, fazendo um diagnóstico e posterior tratamento de maneira eficaz.

Ademais, da mesma forma como o profissional da área da saúde deve conversar com o adolescente, também deve-se buscar a conscientização dos pais e tutores, se possível. Assim como a concepção dos pais acerca de uma vida saudável para os seus filhos contempla aspectos como alimentação, contato social e outro âmbitos, também cabe a eles o diálogo e a monitorização do uso exacerbado dos jogos, estabelecendo limites quando necessário, oferecendo também outras modalidades de lazer aos adolescentes, para o bem estar tanto físico quanto mental.



Palavras-chave: Jogos eletrônicos. Adolescentes. Saúde mental. Transtorno de jogo pela internet

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. Internet Gaming Disorder. [S. l.], 2013. Disponível em: https://www.psychiatry.org/File%20Library/Psychiatrists/Practice/DSM/APA_DSM-5-Internet-Gaming-Disorder.pdf. Acesso em: 2 ago. 2022.

BREDA, Vitor Carlos Thumé. Dependência de Jogos Eletrônicos em Crianças e Adolescentes. Revista Brasileira de Psicoterapia, [s. l.], ano 2014, v. 16, n. 1, 2014. Disponível em: <https://cdn.publisher.gn1.link/rbp.celg.org.br/pdf/v16n1a06.pdf>. Acesso em: 2 ago. 2022.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Inclusion of “gaming disorder” in ICD-11. [S. l.], 14 set. 2018. Disponível em: <https://www.who.int/news/item/14-09-2018-inclusion-of-gaming-disorder-in-icd-11>. Acesso em: 3 ago. 2022.

UFMG. Vício em games será considerado transtorno de saúde mental. [S. l.], 2 jan. 2020. Disponível em: <https://www.medicina.ufmg.br/vicio-em-games-sera-considerado-transtorno-de-saude-mental>. Acesso em: 3 ago. 2022.

PAULUS, Frank. Internet gaming disorder in children and adolescents: a systematic review. Developmental Medicine and Child Neurology. [S. l.], ano 2018, v. 60, 7, 2018. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/dmcn.13754>. Acesso em: 3 ago. 2022.

GONÇALVES, Matheus Kereski. Onde termina o uso recreativo e inicia a dependência de jogos eletrônicos: uma revisão da literatura. Aletheia, Canoas, v. 54, ed. 1, 2021. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-03942021000100017. Acesso em: 4 ago. 2022.

UFPE. Dependência de jogos eletrônicos: a possibilidade de um novo diagnóstico psiquiátrico. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rpc/a/D5Mn33HRgRQBZbbYdLGQzvM/?format=pdf>. Acesso em: 10 Ago. 2022

UERJ. Saúde Mental e Uso Excessivo de Jogos Eletrônicos e da Internet [S. l.], 2020. Disponível em: <https://educapes.capes.gov.br/bitstream/capes/571872/2/O%20Uso%20Excessivo%20de%20Jogos%20e%20da%20Internet%20e%20os%20Impactos%20%C3%A0%20Sa%C3%BAde%20Mental.pdf>. Acesso em: 10 Ago. 2022