

PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA

PUC-SP

IVELISE FORTIM

**ASPECTOS PSICOLÓGICOS DO USO PATOLÓGICO DE
INTERNET**

DOUTORADO EM PSICOLOGIA CLÍNICA

São Paulo

2013

IVELISE FORTIM

**ASPECTOS PSICOLÓGICOS DO USO PATOLÓGICO
DE INTERNET**

DOUTORADO EM PSICOLOGIA CLÍNICA

Tese apresentada à Banca Examinadora da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, como exigência parcial para obtenção do título de Doutora em Psicologia Clínica, sob orientação da Profa. Dra. Ceres Alves de Araujo.

São Paulo, 2013

Banca Examinadora

Autorizo, exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, a reprodução total ou parcial desta Tese, por processo de fotocopiadoras ou eletrônicos.

Assinatura: _____ Local e Data: _____

Dedicatória

*A minha mãe Aidely e ao meu marido Luiz,
por todo o passado e presente que
culminaram nesta tese.*

*A Henrique, Gabriela e Lucas, para que façam
uso saudável da tecnologia no futuro.*

AGRADECIMENTOS

Para minha mãe Aidely, sem a qual certamente não teria chegado aonde cheguei. Para Luiz, meu marido, pelas inúmeras ajudas com tabelas, word, traduções, discussões e também pelo apoio na confecção da tese. Meus agradecimentos para os dois pelos exemplos de vida.

À minha orientadora Dra. Ceres Alves de Araújo, que gentilmente me aceitou como sua aluna, encarando o desafio de um assunto tão diferente. Quero agradecer de coração sua orientação e seus ensinamentos, tanto na técnica quanto na vida acadêmica, e dizer que elas serão sempre marcadas por este convívio.

À Profa. Dra. Noely, e ao Prof. Dr. Durval, que desde a graduação me acompanham na minha formação profissional e na minha jornada acadêmica. A contribuição de vocês é inestimável.

À Profa. Dra. Pollyana Mustaro, pelo apoio e por ter aceitado a empreitada de ler sobre saúde.

À Profa. Dra. Eloisa Penna, por suas preciosas contribuições no método e na revisão de literatura.

À Profa. Dra. Maria Paula Oliveira e ao Prof. Dr. Cristiano Nabuco, muito obrigada pela disponibilidade e contribuições no exame de qualificação.

Um grande agradecimento aqui fica para a equipe dos orientadores do NPPI- Núcleo de Pesquisas de Psicologia e Informática- PUC-SP, que por mais de 10 anos vem mantendo o serviço de orientação psicológica por email. Alguns como supervisores, estagiários ou aprimorandos, outros como voluntários eternos. Estes psicólogos pioneiros vêm fazendo um serviço muito importante e especial. Meus aplausos para todos; veteranos, novatos e os que não participam mais: Luciana Ruffo, Juliana Zacharias, Paulo Lopes, Guilherme Ohl, Katty Zuñiga, Andrea Nolf, Leonardo Cosentino, Erick Itakura, Maluh Duprat, Ana Luiza Mano e os novos estagiários.

À Profa. Rosa Farah, coordenadora do NPPI, pelo espaço, pioneirismo e ineditismo do serviço.

Gostaria de fazer um agradecimento muito especial à equipe do PROAD – UNIFESP, principalmente na figura do Prof. Aderbal Vieira, que me permitiu acompanhar sua equipe por um ano. A participação nesta equipe contribuiu enormemente para minha formação e para o

delineamento teórico da tese. Agradeço muito também aos outros membros da equipe multidisciplinar: Thais Maluf, Ana Malachowski, Marina Perrone, Eliana Ciasca, Marcio Silva, Ludmila Yoshida.

À Bianca Rovella, assistente de pesquisa que organizou o banco de dados, sem o qual este trabalho seria impossível.

À Profa. Yara P. Castro, pela ajuda na consultoria estatística.

Para os professores do programa: Liliana Wahba, Denise Ramos, Durval Farias. Obrigada pela contribuição na formação. Parabéns pelo pioneirismo de fundar uma formação em Psicologia Analítica na pós-graduação stritu sensu.

Às queridas amigas da PUC: Rita, Teca e Maria, com quem compartilhei angústias da tese e da vida acadêmica, mas também muitas alegrias.

Agradeço imensamente a bolsa dissídio e também o apoio financeiro da PUC-SP, por meio de um semestre de Bolsa CEPE.

A Silvana Parisi, contribuição inestimável na revisão bibliográfica.

Aos colegas de pós: Giselli, Denise, Olavo, Cristina, Carla, Gorba, Gil, Patricia, Thalita, Camila, Priscila, e tantos outros que me acompanharam na jornada; estudando, rindo, reclamando e confeccionando os trabalhos.

Para Monica, Henrique, Gabriela, Marco Antonio e a família do Luiz, que me chamavam para contrabalançar a vida com a tese. Para Hermes e Íris, que me lembravam de que existia hora para sair do computador e dar um passeio.

A Rovio e seus passarinhos bravos, por me ajudarem a relaxar e assim obter insights melhores depois.

Aos pacientes que escreveram suas mensagens para o NPPI. Sem o compartilhamento de suas histórias, essa tese não teria sido possível.

Por fim, a Deus, que tudo inicia, mas também tudo termina.

FORTIM, I. **Aspectos psicológicos do uso patológico de internet.** Tese de Doutorado em Psicologia Clínica – Pontifícia Universidade Católica de São Paulo. São Paulo, 2013.

Resumo

O objetivo deste trabalho foi o de compreender a vivência do uso patológico de internet (UPI) a partir do autorrelato de usuários que se declaram “viciados de internet”. Trata-se de pesquisa qualitativa, sendo um estudo documental, transversal e retrospectivo. Os dados foram tratados de duas formas: (i) usando um programa estatístico de análise de texto e (ii) usando categorias de análise, que foram posteriormente analisadas pela psicologia junguiana. A pesquisa foi realizada com uma amostra de 189 sujeitos. Foram utilizadas 278 mensagens enviadas por estes sujeitos, coletadas no período de 02/2001 a 06/2011. Os resultados indicam que, com relação ao uso abusivo principal da internet, os mais frequentes na amostra são para comunicação, para fins sexuais e para navegação. Os homens se sentem mais dependentes de comunicação, sexo e jogos, ao passo que as mulheres se consideram mais dependentes de comunicação e relacionamentos afetivos. Quatro aspectos psicológicos mais apresentados podem ser destacados. O primeiro é a dinâmica relativa ao controle: a internet dá ao usuário a sensação de controle grande sobre as relações com os outros e sobre a imagem de si mesmo. O segundo é que o UPI parece ser uma estratégia de *coping*, de enfrentamento de situações de estresse e ansiedade. O prazer obtido por algumas atividades na internet mostra ser adictivo, o que faz com que a vida fique restrita ao computador. O prazer parece ser advindo do controle das atividades, da capacidade de evasão que elas podem proporcionar, da facilidade e disponibilidade de materiais, da infinidade de informações e pessoas. O terceiro está ligado a característica de as atividades da internet serem vistas, ao mesmo tempo, como ilusórias e como reais; permitem um “meio” relacionamento com as pessoas. O quarto é que muitos sujeitos se utilizam da internet porque esta parece ter um papel libertador; seja de aspectos sombrios, de comportamentos sexuais, agressivos, seja de aspectos até conhecidos, mas pouco assumidos frente aos outros (como a timidez por exemplo). A internet parece dar a sensação ao usuário de que ali ele pode ser livre; pode ser quem quiser, sem censuras ou sanções sociais. Muitos usuários relatam consequências negativas graves, tais como prejuízos no trabalho, comprometimento social, prejuízos nos estudos, conflitos familiares e conjugais, descuido consigo mesmos e com seus dependentes. Conclui-se que a internet não é nociva em si, mas pode proporcionar um uso patológico com consequências graves para determinados usuários que estejam em situações fragilizadas e se utilizem da internet para alívio dos problemas.

Palavras-chave: Internet; uso patológico de internet; dependência comportamental; Psicologia Analítica; vício em internet

FORTIM, I. **Psychological aspects of pathological internet use.** PhD Thesis in Clinical Psychology – Pontifical Catholic University of São Paulo. São Paulo - Brazil, 2013.

Abstract

The aim of this study was to understand the experience of Pathological Internet Use (PIU) from self-reported users who declare themselves as "internet addicts". This is qualitative research, being a documental, transversal and retrospective study. The data were treated in two approaches: (i) using a statistical program for text analysis; and (ii) using categories of analysis, which were then analyzed by Jungian Psychology. The survey was conducted with a sample of 189 subjects. A total of 278 messages sent by these subjects were collected in the period from 02/2001 until 06/2011. The results indicate that the most frequent use seems to be for communicating, for sexual purposes and for navigation. Men seem to feel more dependent on communication, sex and games, while women consider themselves more dependent on communication and relationships. Four presented more psychological aspects can be highlighted. The first aspect is relative to the control: the internet gives the user a sense of great control over relationships with others and the image of itself. The second is that PIU appears to be a process of coping with situations of stress and anxiety. The pleasure obtained by some Internet activities shown to be additive, which means that life is restricted to the computer; pleasure seems to be coming from the control of activities, the ability to escape that they can provide, the ease and availability of sexual material, the infinitude of information and people. The third is related to the characteristic of the internet being seen at the same time as illusory as real, which enable a "half real" relationship with other. The fourth is that many individuals are using the internet because it seems to liberate shadow aspects, sexual behavior, aggressive and also another aspects which are known but not assumed to others (as in shyness), the Internet seems give the user the feeling that he can be free, can be whoever he wants without censorship or social sanctions. Many users report negative consequences, such as negatively impact at studies, work, family and marital conflicts, social impairment, carelessness with themselves and with children. It is concluded that the internet is not harmful itself, but may provide a pathological use with serious consequences for certain users who are in vulnerable situations and use the internet to alleviate problems.

Keywords: Internet, pathological Internet use; behavioral dependence; Analytical Psychology, Internet addiction

FORTIM, I. **Aspects psychologiques de l'utilisation d'internet pathologique.**Thèse de Doctorat en Psychologie Clinique– Pontificia Université Catholique et São Paulo. São Paulo - Bresil, 2012

Resume

Le but de cette étude était de comprendre l'expérience de l'utilisation d'Internet pathologique (UIP) des autodéclarées utilisateurs qui se déclarent comme «accros d'Internet». Il s'agit d'une recherche qualitative, avec une étude théorique, transversale et rétrospective. Les données ont été traitées de deux façons: (i) à l'aide d'un programme de statistiques pour l'analyse des textes et (ii) en cherchant à répondre à des catégories d'analyse, qui ont ensuite été analysés par la psychologie jungienne. L'enquête a été menée auprès d'un échantillon de 189 sujets. Un total de 278 messages envoyés par ces sujets, recueillies dans la période du 02/2001 jusqu'au 06/2011 ont été utilisées. Les résultats indiquent que par rapport à une utilisation abusive d' internet, le plus fréquent dans l'échantillon semblent être à communiquer, à des fins sexuelles et pour la navigation. Les hommes semblent se sentir plus dépendants de la communication, du sexe et des jeux, tandis que les femmes se considèrent comme plus dépendants de la communication et des relations amoureuses. Quatre aspects plus psychologiques présentés peuvent être mis en évidence. Le Premier aspect est présenté par rapport au témoin, l'Internet donne à l'utilisateur un sentiment de contrôle sur d'excellentes relations avec les autres et l'image de lui-même. Le Deuxième est que l'UIP semble être une stratégie d'adaptation, face à des situations de stress et d'anxiété. Le plaisir obtenu par certaines activités sur Internet avérées additives, ce qui signifie que la vie se limite à l'ordinateur ; le plaisir semble venir du contrôle des activités, la capacité d'échapper à ce qu'ils peuvent fournir, la facilité et la disponibilité des contenus à caractère sexuel, la pléthore d'informations et de personnes. Le Troisième semble être liée à la caractéristique de l'internet être vue en même temps, aussi illusoire que réel ce qui permet un «moitié» des relations avec les autres. Le Quatrième est que des nombreuses personnes utilisent l'Internet, car il semble avoir un rôle libérateur, est d'observer les aspects du comportement sexuel, les aspects agressifs pour être connus, mais supposée par rapport à d'autres (comme la timidité), l'Internet semble donner à l'utilisateur l'impression que sur elle il est possible d' être libre, peut être qui vous voulez sans censure ni sanctions sociales. Des nombreux utilisateurs rapportent des conséquences négatives, telles comme mauvaise performance aux études et au travail, altération du fonctionnement social, des conflits familiaux et conjugaux, l'insouciance avec eux-mêmes et les personnes à charge. Il est conclu que l'Internet n'est pas préjudiciable en soi, mais peut fournir une consommation pathologique, avec des conséquences graves pour certains utilisateurs qui sont en situation de vulnérabilité et d'utiliser l'Internet pour atténuer des problèmes.

Mots-clés: Internet, utilisation d'Internet pathologique, la dépendance comportementale, psychologie analytique, la dépendance à Internet

Sumário

1	Introdução.....	18
2	Objetivos.....	22
2.1	Objetivo geral.....	22
2.2	Objetivos específicos	22
3	Fundamentação teórica – Internet Addiction	23
3.1	Contexto histórico.....	23
3.2	Nomenclatura	26
3.3	Histórico	27
3.4	Definição	28
3.5	Critérios diagnósticos.....	34
3.6	Avaliação	38
3.7	Prevalência.....	41
3.7.1	População geral	41
3.7.2	Sexo e idade.....	43
3.8	Etiologia	44
3.8.1	Fatores biológicos.....	44
3.8.2	Fatores familiares e genéticos.....	46
3.8.3	Psicopatologia.....	46
3.8.4	Psicodinâmica	46
3.8.5	Comorbidades psiquiátricas	49
3.9	Tratamento	49
3.9.1	Tratamento farmacológico	50
3.9.2	Psicoterapia	50
3.9.3	Grupos terapêuticos	51
3.9.4	Auto-ajuda e Grupos de ajuda.....	52
3.9.5	Suporte via internet.....	52

3.9.6	Internação.....	53
3.10	Principais limitações das pesquisas	53
4	Propriedades adictivas da internet e suas principais dependências	55
4.1	Atividades sexuais na internet.....	57
4.2	Comunicação via internet	62
4.3	Compulsão à navegação	64
4.4	Jogos eletrônicos.....	64
4.4.1	MMOGs- Multimassive online games	65
4.4.2	Jogos de azar.....	67
4.5	UPI- Definição proposta para este trabalho	68
5	O fenômeno da dependência pela Psicologia Analítica	70
5.1.1	Arquétipos: o herói, a criança abandonada e o curador ferido	71
5.1.2	O dinamismo arquetípico de Dionísio	73
5.1.3	O dinamismo matriarcal	74
5.1.4	Sombra x Persona	77
5.1.5	Outras explicações.....	80
6	Método	83
6.1	Material para pesquisa bibliográfica	83
6.2	Características do estudo.....	83
6.3	Participantes	84
6.3.1	Seleção da Amostra	84
6.3.2	Critérios de inclusão	85
6.3.3	Critérios de exclusão	85
6.3.4	Número da Amostra	85
6.3.5	Amostra	86
6.4	Local de realização da pesquisa.....	86
6.5	Instrumentos.....	87

6.6	Procedimentos	87
6.7	Análise dos dados	87
6.7.1	Categorização dos participantes	87
6.7.2	Levantamento das frequências de palavras das mensagens	88
6.7.3	Levantamento das categorias de análise das mensagens.....	89
6.7.4	Nuvem de palavras	89
6.8	Cuidados éticos	90
6.8.1	Aprovação pelo comitê de ética.....	90
6.8.2	Termo de consentimento livre e esclarecido	90
6.8.3	Termo de consentimento para a realização da pesquisa.....	91
6.9	Limitações do estudo	91
7	Resultados e Discussão	93
7.1	Análise dos dados	93
7.2	Caracterização dos participantes.....	93
7.2.1	Sexo	93
7.2.2	Idade	93
7.2.3	Estado Civil.....	94
7.2.4	Localização.....	94
7.2.5	Profissão	95
7.3	Análise das mensagens	95
7.3.1	Como nomeia	98
7.3.2	Como descreve: físico	100
7.3.3	Como descreve: comportamento.....	102
7.3.3.1	Com relação a frequência do uso.....	102
7.3.3.2	Com relação aos aplicativos utilizados.....	103
7.3.3.3	Com relação ao uso abusivo principal.....	105
7.3.3.3.1	Comunicação.....	109
7.3.3.3.2	Sexo, Relacionamentos e Obsessão amorosa	110

7.3.3.3.3	Navegação, assistir filmes e ouvir música	114
7.3.3.3.4	Colecionar materiais	116
7.3.3.3.5	Jogos e Personagens	116
7.3.3.4	Com relação às consequências negativas	119
7.3.4	Como explica	123
7.3.5	Como se sente	129
7.3.6	O que dizem os outros.....	135
7.3.7	Pedido ou pergunta	137
7.3.8	Comorbidade relatada.....	140
8	Conclusão.....	142
9	Referências.....	148
10	Anexos	166
	Anexo I- Aprovação do comitê de ética	166
	Anexo I- Aprovação do comitê de ética	167
	Anexo - II Carta da Coordenação do NPPI e carta da Direção da Clínica.....	168
	Anexo III- Entrevistas concedidas pelo Núcleo.....	170

Índice de figuras

Figura 1-Busca do termo “sexo” no Google Trends.....	58
Figura 2-Resultados da Busca do termo “sexo” entre 2004-2011	58
Figura 3-Busca do termo “sexo virtual” no Google Trends	58
Figura 4-Resultados da Busca do termo “sexo virtual” entre 2004-2011	59
Figura 5- Nuvem de palavras - Nomes utilizados para designar UPI	99
Figura 6- Histograma de horas de uso	102
Figura 7- Nuvem de palavras- Pedido do sujeito	137

Índice de tabelas

Tabela 1- Escalas de avaliação do uso patológico de internet.....	40
Tabela 2- Índices de prevalência do uso.....	43
Tabela 3- Distribuição das mensagens recebidas entre 2001- 2011	86
Tabela 4-Sexo	93
Tabela 5-Idade	93
Tabela 6- Estado Civil	94
Tabela 7-Localização.....	94
Tabela 8- Profissão	95
Tabela 9- Número de indivíduos que forneceram a informação	97
Tabela 10- Subcategorias do item "Como descreve o comportamento"	98
Tabela 11- Termos utilizados para nomear o UPI.....	98
Tabela 12- Sintomas físicos apontados como fazendo parte do UPI	100
Tabela 13- Aplicativos mais utilizados	103
Tabela 14- Análise dos conteúdos mais frequentes apontados como motivo de uso abusivo	107
Tabela 15-Número de sujeitos que informaram uso abusivo distribuído por gênero.....	107
Tabela 16-Distribuição de uso abusivo	107
Tabela 17- Distribuição de usos abusivos por gênero	108
Tabela 18- Descrição das consequências negativas	119
Tabela 19- Distribuição da amostra informada nas categorias das consequências negativas	120
Tabela 20: Como explica ter desenvolvido UPI.....	124
Tabela 21- Principais sentimentos	129
Tabela 22-O que dizem os outros	135
Tabela 23- Comorbidade relatada pelo sujeito	140

Every form of addiction is bad, no matter whether the narcotic be alcohol, morphine or idealism.

C.G.Jung

1 Introdução

Com a popularização das novas tecnologias em meados da década de 90, muitas questões surgiram com relação ao uso dos computadores e, especialmente, da internet¹. Novos comportamentos humanos parecem surgir; outros parecem ser apenas remodelados e modificados. O fato é que a ampla utilização da internet traz novas questões para a Psicologia. Entre as muitas questões que a rede suscita, uma tem se destacado na literatura mundial: o chamado vício em internet. Com muitas denominações diferentes – vício em internet; dependência de internet; uso patológico de internet, entre outros - o fenômeno que se dá é o mesmo: sujeitos que preferem a vida virtual à vida presencial. São indivíduos que podem ter crises ou ataques de fúria quando estão desconectados, faltam ao cuidado consigo mesmos e/ou com outros, podendo até levar a própria morte ou a de dependentes.

Os principais problemas relatados se referem a uma dependência psicológica, que inclui um desejo irresistível de usar a rede, sendo que o indivíduo é incapaz de controlar seu uso. Muitos indivíduos sentem uma modificação do estado de ânimo, ou seja, sentimentos de irritação quando não estão conectados e euforia assim que conseguem acesso. Quando desconectados ficam constantemente pensando na próxima vez em que conseguirão acesso e conversam unicamente sobre assuntos relacionados a internet. Têm preferência pela vida virtual, não se importando com aspectos da vida presencial, tais como sono, alimentação, relacionamentos offline. O privilégio da vida virtual em detrimento da presencial pode trazer muitas consequências negativas, tais como colocar em risco relacionamentos importantes (casamentos, relações entre pais e filhos, etc.), prejuízos escolares e de trabalho.

Não raro, a mídia relata casos em que usuários de jogos online morreram em suas cadeiras, por falta de comida, água, ou por permanecerem inúmeras horas na mesma posição (provocando trombose). O jornal *New York Times* noticiou, em setembro de 2009, um casal de viciados em jogos virtuais que deixou a filha, um bebê de 3 meses, morrer de fome – ao passo que a filha virtual que eles mantinham no jogo era muito bem cuidada².

Desde a década de 90 os pesquisadores têm se ocupado do tema. Entre os pioneiros encontra-se a autora Kimberly Young (1996), uma das primeiras a descrever os possíveis sintomas

¹ Como os termos de informática provenientes do inglês já estão sendo assimilados pela nossa língua, optou-se por mantê-los no texto sem o destaque de itálicos, para facilitar a leitura.

² Notícia: <http://tecnologia.terra.com.br/noticias/0,,OI4457346-EI12879,00-Cresce+numero+de+adultos+coreanos+viciados+em+internet.html>

desta nova patologia. Baseada nos critérios de jogo patológico, a autora criou a primeira escala para medir a chamada Internet Addiction, ou Vício de Internet. A autora se interessou pelo tema em uma época em que a internet era predominantemente texto. A ausência de estudantes às aulas e outros sintomas, tais como o empobrecimento da vida social offline motivaram esta e outros pesquisadores a estudarem o tema.

Atualmente, com a popularização da internet em grande escala pelo mundo, a preocupação com esta nova “doença” parece ter se alastrado para qualquer país com acesso. Famosa por seus tratamentos rígidos e violentos com relação a dependência de internet, a China tem sido alvo constante de matérias jornalísticas que mostram tanto as pesquisas sobre a grande população de viciados quanto os maus tratos que os jovens recebem em clínicas destinadas a tratar o problema³. A China tem tratado a dependência de internet como um grande problema de saúde pública.

Mas o que seria este novo fenômeno? Uma nova “doença” psiquiátrica?

A literatura internacional é bastante vasta sobre o tema. Entretanto, como apontam Abreu *et al* (2008) não existe consistência entre os profissionais com respeito a existência de uma dependência ou vício de internet. Os critérios de avaliação são diferentes, as escalas construídas para verificar a existência do problema são diferentes. Alguns autores acreditam que nem mesmo exista este diagnóstico.

Ainda não há um diagnóstico psiquiátrico estabelecido nos manuais nosográficos, tais como o CID-10 e o DSM IV-TR. Houve uma discussão sobre a possibilidade de incluir este diagnóstico no próximo DSM-V (BLOCK, 2008; PIES, 2009), mas o conselho de revisão decidiu que o vício em internet não seria definido como um novo diagnóstico devido ao número insuficiente de pesquisas. Entretanto, ele foi incluído no apêndice do livro, com o intuito de estimular maiores estudos sobre o assunto (JOVIÆ; ĐINĐIÆ, 2011).

Contudo, a literatura aponta que diversos profissionais concordam que o uso excessivo da internet e dos computadores tem trazido sofrimento e consequências negativas aos usuários (BAKKEN; WENZEL; GÖTESTAM *et al.*, 2009; ZBORALSKI; ORZECOWSKA; TALAROWSKA *et al.*, 2009).

³ Notícia: <http://oglobo.globo.com/tecnologia/com-10-milhoes-de-viciados-em-internet-china-cria-400-centros-para-dependentes-usa-ate-2911999>

Hoje, na cidade de São Paulo, três instituições oferecem serviços de atendimento e realizam pesquisas sobre o assunto: o AMITI, do Hospital das Clínicas de São Paulo; o PROAD, grupo mantido pela UNIFESP e o NPPI- Núcleo de Pesquisas de Psicologia em Informática, da Clínica Ana Maria Poppovic, da PUC-SP, do qual faço parte há 14 anos.

O NPPI foi criado em meados de 1997. A princípio, o núcleo era responsável apenas pela organização do website da Clínica Psicológica, mas, posteriormente, foi assumindo outros objetivos e desempenhando outras atividades. Atualmente, oferta campo de estágio aos psicólogos interessados na área de estudo e pesquisa da psicologia e informática, trabalha com o desenvolvimento e supervisão de novas modalidades de serviços psicológicos informatizados, como a Orientação Psicológica via e-mail, nas modalidades chamadas de “Orientação Psicológica para temas gerais” e “Orientação sobre Vício (sobre usos compulsivos de internet)”. Trata-se de um serviço de orientação psicológica breve e focal, onde os usuários podem mandar uma mensagem e são respondidos por uma equipe de psicólogos. O serviço se originou de forma espontânea, com o recebimento de mensagens enviadas para Clínica Psicológica que continham relatos de grande sofrimento e pediam ajuda⁴ (FORTIM; COSENTINO, 2007).

A partir do ano 2000, pautado pela Resolução CFP nº 003/2000, o serviço de orientação psicológica por e-mail foi oficializado. Sua oferta foi inserida na forma de um link dentro da home page que remete o usuário para as instruções de como usar o serviço, bem como para os preceitos éticos que o norteiam.

No ano de 2001 começaram a chegar as primeiras mensagens que faziam referência explícita ao tema do vício em internet. Ao longo dos anos, o número de e-mails de orientação sobre este tema foi crescendo, sendo que o serviço de orientação para estes casos foi oficializado em 2006⁵ (DUPRAT; ZACHARIAS; JOTTA et al., 2008; JOTTA, 2008).

Devido a reportagens e matérias jornalísticas que contêm entrevistas com membros da equipe do NPPI, muitos escrevem para pedir orientação, relatando suas histórias pessoais ou histórias de pessoas próximas, que acreditam sofrer com o vício de internet.

A equipe não se preocupa em fazer um diagnóstico preciso ou mesmo em fornecer um tratamento, mas sim em acolher o sofrimento pelo qual o sujeito está passando e que ele

⁴ O relato mais detalhado do serviço de orientação geral está no artigo: “Serviço de orientação via e-mail: novas considerações”, de Fortim e Cosentino, 2007.

⁵ O relato mais detalhado do serviço de usos compulsivos está no artigo “Orientação Psicológica via e-mail para casos de uso compulsivo do computador”, das autoras citadas.

atribui a sua inabilidade de se afastar da internet. O atendimento consiste em um acolhimento e em um encaminhamento, procurando entender melhor a questão apresentada pelo sujeito e, caso seja necessário, encaminhá-lo para um serviço de atendimento presencial.

Por fazer parte desta equipe desde 1998, surgiu o interesse pelo tema. E é surpreendente que, em praticamente 10 anos de serviço, os principais temas das orientações de vício permanecem. Apesar de toda mudança na tecnologia, da evolução do texto para o 3D e as webcams, os temas que viciam ainda são os mesmos: compulsão por pornografia, por jogos e por relacionamentos virtuais. As histórias tão interessantes contadas por estes usuários é que me motivaram a fazer a pesquisa, que visa trabalhar com os sujeitos do serviço de Orientação Psicológica para usos compulsivos de computadores do NPPI.

O diagnóstico psiquiátrico de vício, compulsão ou dependência de internet ainda é controverso. Apesar da polêmica, o que todos os autores concordam, **é que há sofrimento no uso excessivo da internet** (BERANUY; OBERST; CARBONELL et al., 2009; CHOU; CONDRON; BELLAND, 2005). O sofrimento pode ser do próprio sujeito, que não consegue controlar seu uso, pondo em risco assim relacionamentos importantes e a própria saúde física; ou de companheiros, pais ou mesmo amigos, que sentem que perderam o ente querido para a máquina (e o que ela pode proporcionar).

Apesar da farta literatura, existem poucos estudos que enfocam os aspectos psicodinâmicos desses usuários considerados como dependentes, e poucas tentativas de compreender o sofrimento dessas pessoas.

A proposta desta tese é compreender quais são os aspectos psicológicos que os usuários que relataram sofrimento por uso excessivo de internet apresentavam e que nomeavam como vício de internet. Não é proposta aqui resolver a polêmica em torno da existência ou não de um diagnóstico específico, mas sim compreender os aspectos psicodinâmicos, procurando dar um olhar junguiano a estes fenômenos.

Neste trabalho, será utilizado o termo “Uso Patológico de Internet” (UPI) para descrevermos estes casos. Acredita-se que o melhor termo para descrever o problema é “uso patológico”, pois é possível utilizar a internet de forma patológica (CHARLTON; DANFORTH, 2007; JOHNSON, 2009; MORAHAN-MARTIN, 2005). Entretanto, na revisão teórica foram mantidos os termos propostos por cada autor.

2 Objetivos

2.1 Objetivo geral

Compreender a vivência do uso patológico de internet a partir do autorrelato de usuários que se declaram como “viciados de internet” (termo utilizado pelos próprios sujeitos)

2.2 Objetivos específicos

- 1) Caracterizar a população que procurou o serviço de orientação psicológica por e-mail chamado “usos compulsivos de internet” (características da população e padrões de uso patológico), segundo informações fornecidas pelos usuários
- 2) Descrever aspectos psicológicos apresentados por estes participantes presentes em suas narrativas livres
- 3) Realizar uma leitura pela ótica da Psicologia Analítica de C. G. Jung dos aspectos psicológicos apresentados por estes participantes

3 Fundamentação teórica – Internet Addiction

3.1 Contexto histórico

A interação entre humanos mediada por computador é relativamente nova na história da humanidade. Entretanto, hoje faz parte da vida de milhões de pessoas. No Brasil, segundo pesquisa relatada pelo Ibope Nielsen Online, existiam cerca de 83,4 milhões de usuários com acesso a internet em setembro de 2012⁶.

Antes exclusividade dos meios acadêmicos, a internet se popularizou nas décadas de 80 e 90, e hoje se constitui como um dos grandes meios de comunicação da vida moderna. Diferente da época da internet com linha discada, exclusiva de pessoas de alta renda, o barateamento dos computadores e o amplo acesso a banda larga aumentou exponencialmente o número de usuários. A internet de banda larga permite acesso, a custos razoáveis, 24 horas por dia, 7 dias por semana. Além disso, muitos celulares permitem o acesso à internet, fazendo com que os usuários permaneçam constantemente conectados.

As novas possibilidades abertas pela internet trouxeram modificações fundamentais para a civilização contemporânea: desterritorialização, cultural global, acesso irrestrito à informação, quebra das noções de espaço e tempo. Foi criada uma nova cultura, a cibercultura. A popularização da internet trouxe transformações em todos os campos: político, econômico, social, cultural e pessoal, fazendo com que diversos campos da ciência, tais como a própria psicologia, reflitam sobre as mudanças trazidas por esta tecnologia (LÉVY, 1999).

Assim como o comportamento de comprar, o uso moderado de internet não parece ser um problema para a grande maioria dos usuários, fazendo parte fundamental da vida pós-moderna. Uma vez que esta tecnologia é tão indispensável, porque não estaríamos dependentes dela?

Nicolaci-da-Costa (2006) discute que todas as tecnologias geram dependência. Afinal, não estamos acostumados com a água, que não sai da parede naturalmente? Por que com a internet

⁶ Notícia: <http://oglobo.globo.com/tecnologia/acesso-internet-no-brasil-alcanca-834-milhoes-de-usuarios-6191143>

teríamos uma atitude diferente, de desconfiança, acreditando que a dependência que temos dela é nociva?

Turkle (2011) acredita que a civilização moderna está bastante dependente das novas tecnologias, especialmente dos celulares conectados à internet. Antigamente o computador pessoal era um “portal” para a entrada no mundo virtual; hoje, com os smartphones conectados à internet, as fronteiras entre real e virtual ficam borradas.

Segundo a autora, está cada vez mais difícil não atender ao chamado da tecnologia. Muitas pessoas sentem que “tem que atender o celular”, “tem que ver um SMS”; afirmam que é impossível desligar o telefone celular. O celular parece funcionar como um “membro fantasma”, como uma parte invisível de nós mesmos. Turkle acredita que muitas pessoas têm dificuldade em ter um eu separado da tecnologia, pois os celulares servem como um GPS psicológico e social: são um sistema de navegação para nossos selfs.

Aboujaoude (2011) aponta que a internet traz amplas modificações na personalidade dos seus usuários. Para o autor, o acesso a rede possibilitaria que diversas características pertencentes ao *id* (do conceito freudiano) pudessem ter espaço de expressão. A internet teria operado uma revolução, provocando nos sujeitos delírios de grandeza, narcisismo, impulsividade, regressão infantil, modificações na sexualidade e ilusão do conhecimento.

Muitos dos apontamentos do autor são coerentes e mostram como a internet pode ajudar a libertar o que ele chama de e- personality, ou seja, nossa personalidade online. Entretanto, o autor parece acreditar que há um “eu verdadeiro”, que poderia ser separado do eu online. Aboujaoude parece crer praticamente em uma dissociação entre estas personalidades, e também que a e-personality possa ter influências negativas sobre a “personalidade real”. Apesar da questão do “eu real” ser um ponto de muita discussão na área da psicologia e da psiquiatria, o autor argumenta que é complicado pensarmos em processos patológicos de dependência da internet, uma vez que esta gera transformações mais globais e sociais e que não precisam ser necessariamente patologizadas.

Os autores acima falam de uma dependência das novas tecnologias, mas no sentido mais amplo: somos dependentes de internet como somos dependentes da luz elétrica, das comodidades da vida moderna, dos meios de transporte, etc. Nesse sentido, todos somos dependentes de internet, uma vez que muitas das atividades cotidianas precisam deste meio.

Em uma civilização dependente de internet, não é tarefa simples definir o limite entre normal e patológico. O que define os limites entre os usos adequados e os inadequados? Número de horas online, tipos de uso?

Apesar de acreditar que há uma dependência em nível social, Turkle (2011) entende que o uso da palavra “addiction” para se referir a este assunto não é adequado, uma vez que implicaria em que a internet deva ser considerada como uma substância adictiva. Mas nós não podemos simplesmente nos livrar da internet, como aconteceria com uma substância nociva, proibindo nossas crianças de usar os celulares. Não devemos nos considerar vítimas de uma substância ruim. A autora propõe o conceito de “digital diet”, ou seja, de que deveríamos passar por uma dieta digital. Assim como podemos nos alimentar de maneira saudável ou ruim, deveríamos fazer um uso saudável da tecnologia. *“Temos que encontrar um meio de viver com as seduções da tecnologia e a fazer trabalhar para os nossos propósitos”* (p.294), ao invés de vivermos para mantê-las. Segundo a autora, nós não precisamos rejeitar ou denegrir a tecnologia; apenas precisamos colocá-la em seu lugar.

Determinados grupos sociais usam mais a internet que outros. Há uma tendência a patologizá-los, sem antes fazer importantes diferenciações nos padrões de uso. Por exemplo, os usuários que se utilizam mais desses recursos tecnológicos costumam ser chamados de heavy users, ou usuários pesados. Estes seriam determinados grupos que, apesar de passarem muitas horas na internet, não são considerados como usuários patológicos.

Charlton e Danforth (2007) questionam a quantidade de usuários considerada como “dependentes”, procurando fazer uma distinção entre dependência e alto envolvimento (heavy users) com relação aos jogos virtuais. O estudo conclui que o alto envolvimento com os jogos é um grau alto de uso do computador, mas este uso não é considerado patológico e não tem consequências negativas para o indivíduo. Portanto, o mesmo grau de uso do computador pode ser considerado como patológico em um usuário e não em outro.

Há que se ter um cuidado em não patologizar todo sujeito considerado como “heavy user”, mas é fato que existem usuários que sofrem consequências graves pelo excesso de uso. Assim, os termos “dependência de internet”, ou “uso patológico de internet” utilizados neste trabalho se referem a um quadro descrito pela psicopatologia e pela psiquiatria. É reservado apenas àqueles sujeitos que consideram as propriedades adictivas da internet tão sedutoras que podem provocar a perda do controle do comportamento, tendo consequências negativas graves e muitas vezes autodestrutivas. Este capítulo busca investigar quais são os critérios para se considerar um usuário como patológico.

3.2 Nomenclatura

O primeiro termo utilizado para descrever o problema foi *internet addiction*, pois acreditava-se que era possível fazer um paralelo com o uso drogas (YOUNG, 2008). Entretanto, houve críticas com relação a este termo, pois a internet não pode ser considerada uma substância. Assim, Young preferiu fazer o paralelo com o modelo de jogo patológico, chamando o novo fenômeno de uso patológico de internet. A princípio, a autora aplicou este termo a usuários que passavam cerca de 38 horas por semana na internet para fins não-acadêmicos ou relacionados a trabalho. Associado a isso, havia grande prejuízo escolar, intrigas entre casais e desempenho reduzido entre os empregados (YOUNG, 2008).

Os termos utilizados para descrever o problema podem ser muito diversos; as diferenças se devem às diferentes concepções quanto ao problema. Um mesmo autor pode utilizar diversos termos para nomear o mesmo problema, ou usar um termo que em sua essência difere da definição adotada, muitas vezes tornando a leitura confusa. Por exemplo, apesar de Young ter definido mais recentemente o problema como uma questão de Transtorno do controle do impulso, a autora por vezes se refere a ele como uma dependência de internet, utilizando o termo *addiction*, mesmo tendo abandonado o modelo semelhante a abuso de substância.

Atualmente, na literatura internacional, figuram vários termos. O mais utilizado certamente é *internet addiction* (BAI; LIN; CHEN, 2001; BAKKEN; WENZEL; GÖTESTAM et al., 2009; BERNARDI; PALLANTI, 2009; BLOCK, 2008; BYUN; RUFFINI; MILLS et al., 2009; CHO; LEE, 2004; DEJOIE, 2001; FERRARO; CACI; D'AMICO et al., 2007; GOLDBERG, 1997). As referências acima representam autores de diversos países.

Também é bastante utilizada a abreviação (PIU), que em alguns trabalhos significa *pathological internet use* (DEJOIE, 2001; KRATZER; HEGERL, 2008; MUNOZ-RIVAS; FERNANDEZ; GAMEZ-GUADIX, 2010; NIEMZ; GRIFFITHS; BANYARD, 2005; PETERSEN; WEYMANN; SCHELB et al., 2009) e em outros *problematic internet use* (BAKKEN; WENZEL; GÖTESTAM et al., 2009; CAPLAN, 2007; CEYHAN, 2008; CHO; KIM; KIM et al., 2008; DAVIS; FLETT; BESSER, 2002; EL-GUEBALY; MUDRY, 2010; HUANG, 2006; LIU; POTENZA, 2007; MOTTRAM; FLEMING, 2009; SHAPIRA; GOLDSMITH; KECK et al., 2000).

São encontrados também os termos *internet abuse* (MORAHAN-MARTIN, 2005); *internet dependency* (FORTSON; SCOTTI; CHEN et al., 2007; LAVIN; YUEN; WEINMAN et al.,

2004) ; *Computer addiction* (CHIRITA; CHIRITA; STEFANESCU et al., 2006; ORZACK; ORZACK, 1999; ORZACK; VOLUSE; WOLF et al., 2006; SHAFFER; HALL; VANDER BILT, 2000; WIELAND, 2005) ; *Harmful use of internet* (KORKEILA; KAARLAS; JAASKELAINEN et al., 2010); *Compulsive internet use* (EIJNDEN; SPIJKERMAN; VERMULST et al., 2009) *maladaptative internet use* (CHOW; LEUNG; NG et al., 2009).

Segundo a revisão bibliográfica realizada por Chou, Condron, Belland (2005) também são encontrados: *internet addiction disorder*, *compulsive online behavior*, *internet disorder*, *internet heavy using*. Abreu et al (2008) ainda apontam o uso dos termos: *Computer Mediated Communications Addicts e Computer Junkies*, entre outros.

No Brasil, os termos mais utilizados são “uso patológico de internet” (FORTIM, 2004b; PRADO, 1998; PRADO; HONORATO, 2000) e “dependência de internet” (STRAVOGIANNIS; ABREU, 2009; VIEIRA 2006), apesar da imprensa se referir largamente ao termo “vício de internet”.

3.3 Histórico

Ivan Goldberg, um psiquiatra americano que fundou uma BBS⁷ sobre saúde, resolveu fazer uma pequena brincadeira com os usuários de sua comunidade: fez uma paródia do uso de internet com o conceito de vício apresentado no DSM-IV. Chamando a isto de *internet addiction disorder*, o autor se assustou em perceber que aquilo havia sido levado a sério, pois recebeu inúmeros pedidos de ajuda de pessoas que diziam sofrer com o excesso de uso. Posteriormente, mudou o termo para “uso patológico de internet”, pois acreditava que o termo “adiction” não era o mais adequado (GOLDBERG, 1997).

Os primeiros estudos sobre o assunto foram realizados pela Dra. Kimberly S. Young, da Universidade de Pittsburgh Bradford (YOUNG, 1996). Neste trabalho, a autora investigou o vício em internet tendo como base uma versão adaptada do DSM IV para jogo patológico, que procurava separar os indivíduos em dependentes e não-dependentes. A pesquisa foi veiculada através de anúncios em jornais, newsgroups, avisos no campus universitário, entre outras formas e respondidas por voluntários. Os dados foram coletados por e-mail, telefone e

⁷ Bulletin Board System: Software, que permitia a conexão via telefone a um sistema através de um computador. Foi um dos primeiros sistemas para se acessar uma rede de computadores, tal como hoje se usa a internet.

entrevistas pessoais. Seus principais livros : *Caught in the net: how to recognize the signs of internet addiction – and a winning strategy for recovery*, de 1998, e *Tangled in the web: understanding cybersex from fantasy to addiction* , de 2001, são baseados na premissa da existência do vício de internet.

3.4 Definição

Existem algumas posturas quanto a existência ou não de vício de internet, e, no caso de sua existência, qual sua classificação correta. Muitos autores concordam que existe um fenômeno, mas não há concordância de como esse transtorno deva ser classificado: se como um transtorno específico ou se como uma comorbidade de outros transtornos.

Existem autores que acreditam que exista *dependência de internet*, ou seja, a própria internet seria capaz de ser um objeto de compulsão, vício ou dependência psicológica, não pelo objeto em si, mas sim pelos tipos de comportamento que a rede pode eliciar. Esta corrente é representada principalmente por Young (YOUNG, 2010; YOUNG, 1996; YOUNG, 1997; YOUNG, 1999a;1999b;2005;2007;2008; YOUNG; CASE, 2004; YOUNG; PISTNER; O'MARA et al., 1999; YOUNG; YUE; YING, 2010) que advoga a existência dessa questão como um transtorno. Em diferentes momentos da obra, a autora se refere aos termos internet addiction (IA) ou uso patológico de internet (PIU).

Sendo assim, Young (1999a) acredita que *alguns aplicativos da internet, por sua especificidade, podem gerar dependência*, enquanto que outros não. Segundo a autora, o termo “vício em internet” seria um termo genérico, que cobriria uma variedade de comportamentos e problemas de controle do impulso. A autora caracterizara 5 subtipos de vício: 1) Adicção a cibersexo , envolvendo uso compulsivo de sites de cibersexo e pornografia; 2) Adicção a ciber-relacionamentos, envolvendo relacionamentos virtuais ; 3) Compulsões da rede, que envolvem atividades como jogos de azar online, compras, leilões virtuais; 4) Excesso de informação, que envolve compulsão a navegação na internet e 5) Adicção ao computador, envolvendo jogos no computador. Ou seja, nesta visão, haveria vício em internet, mas dividido em diversos subtipos. Tratar-se-ia de um transtorno específico, a ser catalogado nos manuais nosográficos como uma nova patologia. Em suas obras mais recentes, a autora acredita que a melhor classificação seria de Transtorno do Controle do Impulso.

Kandell (1998) afirmou que a internet pode gerar dependência não importando qual a atividade realizada quando se está online. Hoje, essa definição é bastante utilizada entre autores da Ásia, em especial China, Coréia e Taiwan, que são influenciados pelas pesquisas de Young (CHOI; SON; PARK et al., 2009; KOO; WATI; LEE et al., 2011; LIU; GAO; OSUNDE et al., 2010; NI; YAN; CHEN et al., 2009; PARK; KIM; CHO, 2008; SEO; KANG; YOM, 2009; SHEK; TANG; LO, 2008; TAO; HUANG; WANG et al., 2010; ZHANG; AMOS; MCDOWELL, 2008; ZHAO; YU; ZHAN et al., 2008). Há uma extensa produção destes países sobre o assunto, além de pesquisas sobre a construção e validação de escalas que mensuram se o sujeito é ou não dependente de internet (KO; YEN; CHEN et al., 2009; KO; YEN; YEN et al., 2005) e sobre as correlações dos diagnósticos da IA com outras patologias. (KO; YEN; CHEN et al., 2008; YEN; KO; YEN et al., 2008; YEN; KO; YEN et al., 2007; YEN; YEN; CHEN et al., 2009).

Abreu *et al* (2008) concordam que estes sintomas devam ser classificados como um tipo de Transtorno do Controle do Impulso, sob o código F63.9, do CID - 10. O Transtorno do controle dos impulso sem outra especificação é uma categoria residual, à qual são relegadas síndromes que ainda aguardam validação – oniomania, impulso sexual excessivo, dermatotilexomania, automutilação recorrente e as chamadas dependências de tecnologia, como dependência de internet e videogame. Os autores se baseiam em Shapira *et al* (2003) que acreditam que a forma mais adequada de classificação seria a do Transtorno do Controle dos Impulso sem outra especificação e não mais uma adaptação aos critérios do jogo patológico. Além disso, autores como Beard (2005) já encontraram Transtorno de Controle do Impulso em pacientes dependentes de internet, corroborando a hipótese diagnóstica do transtorno (ABREU; KARAM; GOES et al., 2008).

Outros autores discordam que a dependência de internet possa ser um transtorno psiquiátrico específico, pois acreditam que a internet é apenas um instrumento para outros tipos de compulsão, havendo assim o chamado uso compulsivo de internet. Dessa forma, o diagnóstico mais adequado para alguém que passa horas colecionando pornografia na internet seria o de compulsão por sexo, sendo que o sujeito usaria a internet apenas como instrumento para a busca de material (WARDEN, 2004; WELLS; MITCHELL; FINKELHOR et al., 2006).

Davis (2001) acredita que exista um uso patológico de internet específico - com pessoas dependentes de um conteúdo específico (sexo, leilões online, etc). Esse uso específico aconteceria quando o sujeito já possui uma patologia pré-existente e se utiliza da internet para

alimentá-la. Entretanto, haveria também o uso patológico generalizado que envolveria um abuso multidimensional da internet, associado ao chat e a dependência de e-mails, sendo que este comportamento se daria exclusivamente online. O uso generalizado estaria associado a perda de tempo online e a procrastinação de outras tarefas.

Alguns autores nomeiam o transtorno como uma dependência comportamental. (CARBONELL; GUARDIOLA; BERANUY et al., 2009). Griffiths (2000;2001;2005) define dependência com seis critérios principais: *saliência*, *modificação de humor*, *tolerância*, *sintomas de abstinência*, *conflito e recaída*. *Saliência* ocorre quando a internet se torna a atividade mais importante na vida da pessoa e domina os seus pensamentos (preocupações e distorções cognitivas), sentimentos (desejos) e comportamento (deterioração de comportamento social). A *modificação do humor* refere-se às experiências subjetivas que as pessoas relatam ter como consequência de se envolverem em atividades na internet e pode ser vista como uma estratégia de enfrentamento (ou seja, elas experimentam uma sensação excitante ou, paradoxalmente, tranquilizante do "escape" ou "entorpecimento"). A *tolerância* é o processo pelo qual é necessária uma quantidade crescente de internet para alcançar os efeitos da modificação de humor. *Sintomas de abstinência* são os estados ou sensações desagradáveis, físicos ou psicológicos, que ocorrem quando o uso da internet é subitamente reduzido (por exemplo, tremores, irritabilidade, mau humor, etc.). *Conflito* se refere aos conflitos entre o usuário de internet e aqueles que o rodeiam, podendo haver conflitos interpessoais, conflitos com outras atividades (a vida de trabalho, social, hobbies, e outros interesses) ou conflitos do próprio indivíduo (conflitos intrapsíquicos e / ou sentimentos subjetivos de perda de controle), que estão relacionados a gastar muito tempo na internet. *Recaída* é a tendência para reversões repetidas aos padrões anteriores do uso excessivo de internet, apesar de períodos de abstinência.

O autor diz que as dependências tecnológicas são definidas operacionalmente como dependências comportamentais que envolvem a interação humano-computador. Elas podem ser passivas, como a televisão, ou ativas como os videogames e geralmente contêm elementos que contribuem para as tendências viciantes (GRIFFITHS, 2000).

Vieira (2006) também se refere ao transtorno como uma dependência não- química, e, assim como estes autores, entende que o diagnóstico de dependência de internet não invalida outros diagnósticos que o paciente possa ter – dependência em sexo, relacionamentos, ou em jogos virtuais. O autor entende que pode haver comorbidades: um dependente em sexo pode se utilizar da internet para obter material, não sendo classificado como dependente em internet e sim como compulsivo sexual. Entretanto, também haveria dependência específica em

conteúdos apenas disponíveis na internet, tais como atualizações constantes de notícias e redes sociais, por exemplo.

O autor também acredita que a adicção à internet é um fenômeno importante a ser estudado. Em primeiro lugar porque a internet seria a mais nova das adicções na história da humanidade. Diferente da compulsão por sexo ou jogo, a internet teria menos de 20 anos na história humana. Também se destaca por poder prover conteúdo a outras dependências já descritas pela psiquiatria, tais como conteúdo sexual, compras online, cassinos virtuais, comunicação constante, etc. Chrismore (2010) também concorda com esta posição.

Apenas à guisa de esclarecer as diferentes concepções acima, convém lembrar que as posturas dos autores também se relacionam com a indefinição do critério diagnóstico chamado “Transtorno do Controle do Impulso”. Segundo Grant (2008) haveria diferentes modelos clínicos para compreender esta categoria, de acordo com sua similaridade com outros transtornos. Assim, o Transtorno do Controle do Impulso pode ser entendido como similar tanto ao Transtorno Obsessivo Compulsivo quanto a dependência de substâncias. Neste último caso, seriam chamados de dependências comportamentais ou não- químicas, pois guardam muitas semelhanças com os processos de farmacodependências. O sujeito se tornaria dependente de um determinado comportamento que gera prazer, sendo incapaz de refrear seu impulso. O Jogo Patológico, por ser conhecido há mais tempo, é o transtorno mais estudado, sendo tomado como modelo para os novos tipos de adicção.

Ainda segundo Grant, os transtornos do impulso também podem ser entendidos como apenas sintoma ou resposta a outros transtornos, tais como Transtornos do Humor (em especial o Transtorno Afetivo Bipolar - TAB), o Transtorno Depressivo Maior e o Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH).

Assim, considerar a dependência de internet como um Transtorno do Controle do Impulso pode ter vários significados. Pode significar que o transtorno é tal qual as dependências químicas, sendo que a internet é considerada como uma espécie de droga; pode ser considerada uma dependência não- química ou comportamental, onde o sujeito tem comportamentos impulsivos e repetitivos; pode ser considerado como semelhante ao TOC, no qual o sujeito pratica o comportamento para se aliviar de um incômodo; ou pode ser considerado apenas como sintoma ou comorbidade do TAB e do TDAH.

Na contramão desses estudos temos também os autores que não acreditam que exista uma dependência tecnológica. Ou seja, por diversos motivos, *não existiria vício em internet*. Os teóricos que assumem essa posição argumentam que não há indícios para que se faça uma

classificação especial, uma vez que muitos pacientes podem ter outros diagnósticos psiquiátricos. Yellowlees e Marks (2007) não acreditam na necessidade de se classificar a dependência de internet como uma síndrome específica; concluem que é possível que os chamados dependentes de internet já tivessem problemas anteriores relacionados ao controle dos impulsos e que o comportamento anormal online responderia apenas a alguns conteúdos específicos, exigidos pela patologia já preexistente. Korkeila, Kaarlas, Jääskeläinen *et al*, (2010) também concordam com esta posição. Para Griffiths (2000) o uso excessivo na maioria dos casos é puramente sintomático e a internet é usada para compensar deficiências que o sujeito possa ter (falta de amigos, dificuldades de relacionamento, insatisfação com a própria aparência física, deficiências físicas, etc.).

Johnson (2009) acredita que não seria possível existir um vício ou compulsão a internet, uma vez que a internet é um ambiente. Segundo a autora, o mais adequado é pensar que este é um espaço frequentado também por pessoas com outras dependências já pré-existentes. A autora tece diversas críticas ao conceito de dependência de internet de Young, dizendo que sua escala para medir a dependência de internet foi criada em 1998, época em que a internet não era tão difundida e tão essencial como se mostra hoje; era uma atividade absolutamente opcional para a maioria das pessoas, muito diferente do que acontece atualmente.

Outra crítica tecida por Johnson é de que as premissas de Young são as de que o excesso de uso da internet é prejudicial e irá levar a danos caso haja prática de sexo virtual, pornografia, jogo e dependência de pessoas, que são consideradas como não- reais. Neste ponto específico, Young desvalorizaria as relações virtuais, considerando-as sempre como ilusórias, acreditando que estas não têm tanto valor como as relações offline.

Johnson ainda aponta que Young vê de forma negativa a utilização da internet para escapar de problemas. Muitas atividades servem para isso, e por que a internet deveria ser considerada como patológica? Muitas atividades que existem na internet já existiam antes do aparecimento da rede e não haviam sido patologizadas; a internet seria apenas um potencializador que ofereceria essas atividades incessantemente.

O pressuposto de Johnson é de que na verdade este uso da internet não se trataria de um vício, mas sim de um continuum de disposições. Em um pólo positivo, benéfico, estaria o gostar, que iria evoluindo em uma escala que incluiria a preferência, o hábito, a obsessão e o vício, sendo que este último seria uma polaridade destrutiva e negativa deste mesmo continuum. A autora acredita que a maioria das pessoas não tem propriamente um vício de internet, mas sim

que tem livre escolha de onde passar seu tempo livre, advogando a ideia que o alto envolvimento com a internet deve ser considerado como uma forma de lazer moderno.

Ainda, entre os autores que questionam a existência da dependência de internet como uma categoria específica, existe uma grande crítica sobre a forma que as pesquisas que se propõem a estudar o fenômeno são realizadas. As pesquisas empíricas apresentariam uma série de problemas de ordem metodológica. Os principais problemas se refeririam à utilização de critérios inconsistentes para definir viciados em internet; aos métodos de recrutar os participantes, que causariam um viés na amostra e à forma de examinar os dados, que não estabelecem relações de causa e efeito entre as variáveis (BYUN; RUFFINI; MILLS et al., 2009).

Uma parte considerável das pesquisas sobre o assunto provém da República da China. Muitas pesquisas parecem ter critérios diagnósticos severos quanto ao uso que os jovens deveriam fazer da internet. Além disso, não foi encontrada nenhuma pesquisa que fizesse menção à restrição feita pelo governo aos conteúdos da internet. Isso por si só já poderia se transformar em um viés de pesquisa. À guisa de exemplo, não foi encontrada nenhuma pesquisa que mencionasse cibersexo, uma vez que o governo restringe este tipo de conteúdo. A produção acadêmica chinesa é muito expressiva numericamente, sendo que muitas pesquisas são patrocinadas pelo próprio governo. Além disso, as clínicas destinadas ao tratamento do problema podem propor internações extremamente violentas, que se utilizam desde eletrochoques até violência física para “corrigir” os jovens viciados. Fica a dúvida se o governo da China tem interesses políticos no diagnóstico, com o intuito de reprimir o uso da internet pelos jovens.

No Brasil também encontramos pessoas que relatam problemas e consequências negativas do uso excessivo. A internet comercial chegou em 1995, e também aqui os estudiosos começaram a perceber as mudanças provocadas pelo uso da rede.

Prado (1998), em seu TCC “Pesquisa Internet e Comportamento: Um estudo exploratório sobre as características de uso da Internet, uso patológico e a pesquisa on line”, fez o primeiro estudo no Brasil sobre o uso da internet e suas possíveis possibilidades de vício. A pesquisa realizada mostrou que o chamado vício em internet parecia acontecer apenas nos dois primeiros anos de uso, sendo que a frequência diminuiria ao longo do tempo. Neste mesmo ano foi feita a primeira revisão bibliográfica sobre o tema, que questionava se a dependência de internet poderia ser classificada como uma nova categoria diagnóstica (RAZZOUK, 1998).

Os eventos realizados pelo Conselho Federal de Psicologia e pelo Conselho Regional de Psicologia de São Paulo deram origem a publicações de estudos pioneiros nesta área no Brasil. Prado e Honorato (2000) apresentam dois estudos, ambos realizados online. Prado diz que os usuários patológicos de sua amostra se utilizam mais de chat e de jogos online que os não-dependentes. Honorato acredita que o uso patológico de internet tende a desaparecer com o tempo e a experiência dos sujeitos, que progressivamente aprendem a lidar com a internet de uma forma mais adequada.

O assunto também foi abordado em livros de divulgação. Fortim (2004b) faz uma breve revisão sobre os principais sintomas apontados como uso excessivo ou patológico e Farah (2007) aponta que a dependência de internet, na verdade, é melhor entendida como sintoma de algum outro aspecto da vida que clama por atenção, conscientização e reorganização. Vieira (2006) também é um dos pioneiros ao tratar do assunto, entendendo a dependência de internet como uma comorbidade que não invalida o diagnóstico de outras dependências.

No sistema de revisão de pares, as publicações científicas são inauguradas por Nicollaci-da-Costa (2002), que discute sobre a negatividade do discurso da mídia, a qual vê a internet com seus efeitos patológicos e a positividade da experiência pessoal dos usuários entrevistados pela autora. Nesta época, a mídia brasileira noticiava com frequência os “malefícios” que a internet poderia proporcionar aos seus usuários. Preocupada com este discurso tão negativo, a autora entrevistou 20 usuários “pesados” de internet e identificou que, apesar do discurso negativo da mídia, muitos usuários sentiam a vivência de passar muitas horas online como positiva. Ela também se refere ao fato de que, nesta época, a desconfiança em relação a nova tecnologia parecia ser comparável a que já houve anteriormente com relação a televisão.

Abreu *et al* (2008) fazem a primeira publicação brasileira com alcance internacional, publicando na Revista Brasileira de Psiquiatria. Suzuki *et al* (2009) relatam que uma amostra de alunos da USP (15,8%) preencheu mais da metade dos itens na escala *Problem Videogame Playing* indicando consequências adversas associadas ao uso dos jogos eletrônicos (videogames, jogos de computador e internet).

3.5 Critérios diagnósticos

O primeiro critério que seria natural levantar quando se trata deste assunto é o de número de horas que o sujeito passa na internet em detrimento de outras atividades. Entretanto, este é um

critério muito discutido entre os autores. Inúmeros profissionais hoje passam a maior parte do tempo de seu trabalho online e permanentemente conectados à internet, independente do meio (computadores, celulares, etc.). A quantidade de horas de utilização de internet considerada como normal é ainda motivo de discussão na literatura. O uso de mais de 38-40 horas/semana ou 5-6 horas/dia pode se constituir como um indício de dependência (TAO; HUANG; WANG et al., 2010). Young (1998) considera patológico o uso de 40 ou 78 horas por semana na internet, que não sejam gastas com tarefas obrigatórias de trabalho ou acadêmicas. Na revisão realizada por Chou, Condron e Belland (2005), foram encontradas pesquisas que apontam como indício de dependência o uso de 20 – 25 horas por semana.

O critério, portanto, não deve ser meramente quantitativo, mas, principalmente qualitativo, embora a quantidade do tempo de uso das máquinas possa ser um dos indicadores do uso patológico. Muitos pesquisadores concordam atualmente que os critérios diagnósticos propostos para classificar alguém como viciado ou usuário patológico estão relacionados a prejuízos das suas relações, seja no plano social, familiar e/ou profissional (CARBONELL; GUARDIOLA; BERANUY et al., 2009; TAO; HUANG; WANG et al., 2010; ZBORALSKI; ORZECOWSKA; TALAROWSKA et al., 2009).

A primeira lista de critérios, realizada por Young (1998), considerava como dependente alguém que respondesse *sim* a cinco ou mais das perguntas abaixo:

1. Você se sente preocupado com a internet: pensa sobre as suas conexões anteriores ou antecipa as suas próximas conexões?
2. Você sente necessidade de usar a internet com crescentes períodos de tempo de conexão para poder atingir satisfação?
3. Você já fez tentativas repetidas de tentar, sem sucesso, controlar, diminuir ou parar de usar a internet?
4. Você se sente inquieto, mal humorado, depressivo ou irritado quando tenta diminuir ou parar o seu uso da internet?
5. Você fica online mais tempo do que tinha planejado?
6. Você desafiou ou colocou em risco a perda de relacionamentos significativos, trabalho, escola ou oportunidades de carreira por causa da internet?
7. Você já mentiu para membros da família, terapeuta, ou outros para esconder a extensão de seu envolvimento com a internet?

8. Você usa a internet como uma forma de escapar de problemas ou para se aliviar de um mau humor (exemplos: sentimento de solidão, culpa, ansiedade ou depressão)?

Sanchez-Carbonell, Beranuy *et al.* (2008), em sua revisão, sintetizam os principais sintomas categorizados pela literatura como vício em internet. Os autores dividem os sintomas nos itens a seguir: dependência psicológica, consequências negativas, tolerância e abstinência e outros sintomas. Segundo a revisão bibliográfica realizada por estes autores, a dependência de internet é categorizada como uma dependência psicológica que inclui desejo, ânsia ou impulso irresistível, com grande incapacidade de controle e impotência. A atividade se converte na atividade mais importante da vida do sujeito, dominando pensamentos e sentimentos; o usuário se preocupa com o que fez anteriormente na internet e com o que irá fazer quando conseguir a próxima conexão. Ao sujeito parece que nada é possível sem internet e que tudo gira em torno dela.

Também ocorre o prejuízo de atividades que não exigem o computador como mediação: as atividades sociais são limitadas, levando o indivíduo a isolar-se dos relacionamentos presenciais, dando preferência ou exclusividade para as interações virtuais.

A conduta persiste, apesar do desejo do usuário de controlá-la ou modificá-la. Uma vez conectado, o usuário tem dificuldades de interromper a conexão, passando mais tempo do que o pretendido, se utilizando de diversas desculpas para não desligar, aumentando assim o tempo de uso.

As consequências negativas estão relacionadas a prejuízos no trabalho, tais como faltas, baixo rendimento, se colocar em risco de demissão ou em situações constrangedoras pela incapacidade de controlar o uso. Também são contabilizados prejuízos financeiros, às vezes por compras de itens virtuais; outras vezes, a dependência é a própria compra online.

Prosseguindo com Sanchez-Carbonell, Beranuy *et al.* (2008), outra consequência é o descuido consigo mesmo. Falta de cuidados pessoais como banho, alimentação, sono, lesões por esforço repetitivo, problemas posturais e visuais são frequentes. É relatada também falta de cuidado com dependentes, como crianças e bebês, que passam a ter pouca importância para o usuário.

Ainda entre as consequências negativas, são relatados conflitos familiares. O uso excessivo faz com que o usuário descuide de relacionamentos familiares importantes, tais como o casamento, relação entre pais e filhos, relacionamentos com outros amigos que não os

virtuais. Podem ser constantes os conflitos por conta do uso excessivo, uma vez que as relações virtuais passam a ser muito mais importantes do que as presenciais.

Também são observados sintomas de abstinência físicos e psicológicos, tais como alterações de humor, irritabilidade, impaciência, inquietude, tristeza, ansiedade. É necessário que o sujeito fique cada vez mais tempo na internet para conseguir a satisfação desejada. Em casos extremos existe grande agitação motora, agressividade ou irritabilidade caso não se consiga a conexão.

Os sujeitos ainda apresentam um comportamento de ocultamento ou minimização da duração da conexão e da magnitude dos efeitos prejudiciais. Os sujeitos mentem para familiares e pessoas próximas, com o intuito de encobrir a extensão do seu envolvimento com as atividades online.

A APA - American Psychiatric Association (JOVIÆ; ÐINÐIÆ, 2011)⁸ sugeriu alguns critérios para que um usuário pudesse ser reconhecido como dependente de internet. Conforme esta recomendação oficial, a dependência em internet é definida como “uma forma maladaptativa de uso que leva a danos clínicos significativos e que assume a presença de pelo menos 3 ou mais critérios tais como definidos abaixo, no período de 12 meses.

1. Tolerância definida de duas formas:

- Necessidade de aumento do tempo gasto na internet, mais expressivo e contínuo, a fim de alcançar a satisfação,
- Efeito de prazer cada vez mais reduzido, com o uso contínuo da mesma quantidade de tempo gasto na internet .

2. Abstinência, que pode se manifestar de duas maneiras:

- Propriedades da síndrome de abstinência: a tentativa de cessar e reduzir o uso de internet é complicada e prolongada, onde dois ou mais seguintes sintomas são desenvolvidos depois de vários dias: agitação psicomotora, ansiedade, pensamentos obsessivos sobre internet, fantasias e devaneios sobre internet, movimentos voluntários e involuntários dos dedos, tal como

⁸ O texto original não foi encontrado, mas as autoras do artigo o creditam a APA.

acontece durante a digitação. Sintomas de 1b causam estresse e dificuldades na vida social, profissional, ou alguma outra esfera significativa da vida diária.

- O uso da internet está relacionado com a evitação de sintomas de abstinência.

3. A internet é acessada com mais frequência e é utilizada mais do que o planejado.

4. Há um desejo constante ou tentativa frustrada de cessar ou diminuir a quantidade de tempo gasto na internet.

5. Grande quantidade de tempo quando o indivíduo não está na internet é gasto através da realização de atividades relacionadas à internet.

6. Importantes atividades sociais, profissionais e recreativas são negligenciadas e reduzidas ao máximo devido ao uso da internet.

7. A internet é utilizada, apesar da consciência dos contínuos problemas físicos, sociais, profissionais ou psicológicos, (insônia, problemas conjugais, atrasos no trabalho, negligência com obrigações profissionais, sentimento de abandono por outros, etc.).

8. Fadiga ou nervosismo devido às tentativas de reduzir ou cessar o uso da internet.

9. A internet é utilizada como uma forma de escapar de problemas do cotidiano e de sentimentos como impotência, culpa, ansiedade e depressão.

10. O usuário esconde de seus familiares a verdade acerca de sua quantidade de uso.

11. O usuário continuamente retorna à internet, apesar dos custos exorbitantes do seu uso excessivo (compras online etc.)

3.6 Avaliação

A avaliação do transtorno tem sido feita por escalas de autorreferência e questionários diagnósticos. As primeiras escalas foram adaptadas das escalas de dependências de drogas e de jogo patológico, baseadas no DSM-IV. As formas de avaliação mais utilizadas são as

propostas por Young: o DQ (Diagnose Questionnaire) (1996) e o IAT (Internet Addiction Test) (1998). A maioria das escalas são suas variações e inúmeras adaptações.

A tabela abaixo sumariza os principais instrumentos encontrados em pesquisas sobre o assunto⁹.

Autor/Ano	Instrumento	Itens/ Escala
GOLDBERG (1996)*	Internet addiction disorder diagnostic criteria for addiction	7 itens
GRIFFITHS (1996)*	Criteria for addiction	6 itens
YOUNG (1996,1998) *	Diagnose Questionnaire- DQ	8 itens- sim ou não
BRENNER (1997) *	Internet-Related Addictive Behavior Inventory (IRABI)	32 perguntas - sim ou não
SCHERER (1997)*	Clinical symptoms of internet dependency	10 itens- sim ou não
MORAHAN- MARTIN ; SCHUMACKER (1997) *	Pathological Use Scale	13 itens- sim ou não
YOUNG (1998)	Internet Addiction Test - IAT	20 itens- escala Likert 6 pontos
CHEN ; CHOU (1999)*	Chinese Internet Addiction Scale (CIAS)	28 itens - Likert de 4 pontos
LIN ; TSAI (1999)*	Internet Addiction Scale for Taiwan High School Students (IAST)	20 itens - Likert de 4 pontos
CHOU ; HSIAO (2000)*	IRABI- versão chinesa (C-IRABI_II)	40 itens - Likert de 4 pontos
GREENFIELD (2002)	Virtual Addiction Test (VAT)	11 itens – sim ou não
DAVIS; FLETT; BESSER (2002)	Online Cognition Scale (OCS)	Questionário de 36 itens
FIRST (2004)	SCID - TCIm, Entrevista Clínica Estruturada para DSM-IV- Transtorno de controle do impulso não especificado	12 itens likert 3 pontos
KO; YEN; YEN et al. (2005)	Chen Internet Addiction Scale (CIAS)	26 itens
KO; YEN; CHEN et al. (2005)	Diagnostic Criteria of Internet Addiction for College, (DC-IA-C)	26 itens
BEARD (2005)	Screening Interview Assessing Problematic internet Use	72 itens
CAMPBELL; CUMMING; HUGHES (2006)	Internet Use Questionnaire (IUQ), and an Internet Effects Questionnaire (IEQ)	18 itens

⁹ A tabela foi adaptada, revisada e ampliada a partir de Chou, Condrón e Belland (2005). Os autores marcados com asterisco pertencem à tabela original.

HUANG WANG; QIAN et al (2007)	Chinese Internet Addiction Inventory- (CIAI)	42 itens
LU (2008)	Adaptação das Escalas Television Affinity (Rubin e Rubin's) e Movie Dependency (Palmgreen and Lawrence's)	N/I
DEMETROVICS; SZEREDI; ROZSA (2008)	Problems related to internet use	Questionário de 30 itens
VAS; GOMBOR (2009)	Problematic Internet Use Questionnaire (PIUQ)	N/I
CHOW ; LEUNG; NIG et al (2009)	Internet-user Assessment Screen	26 itens
KUSS; GRIFFITHS (2011)	Generalized Problematic Internet Use Scale (GPIUS)	39 itens- Likert de 5 pontos
MUSCANELL; GUADAGNO (2012)	Nichols Internet Addiction Scale (NIAS)	31 itens

Tabela 1- Escalas de avaliação do uso patológico de internet

As escalas têm questões polêmicas. Por exemplo, a Internet Addiction Test de Young tem perguntas que, como apontou Johnson (2009), talvez estejam desatualizadas. Entre os critérios que hoje podem ser questionados figuram: Você abre seus e-mails antes de qualquer atividade? Você passa mais tempo online do que pretendia? Essas questões hoje parecem questionáveis, uma vez que isso passa a ser a rotina de muitos profissionais. Além disso, como a internet está em frequente mudança, perguntas sobre aplicativos podem não ser relevantes: muitos jovens hoje abrem pouco o e-mail, mas ficam com frequência nas redes sociais. Outra questão: “Você faz amigos online com frequência?” parece desconsiderar que esta é uma nova possibilidade de interação, considerando-a como um comportamento patológico.

Outra crítica feita é de que muitos instrumentos não levam em conta os diferentes tipos de aplicativos que compõem a internet (BEARD, 2005). Além disso, hoje o acesso a internet é feito também pelo celular, deixando os indivíduos em conexão constante.

Poucas escalas têm estudos de validade sobre os parâmetros psicométricos, tais como o IAT (WIDYANTO; GRIFFITHS; BRUNSDEN, 2010; WIDYANTO; MCMURRAN, 2004) e a CIAI (HUANG; WANG; QIAN et al., 2007), não permitindo assim a confiabilidade em muitos dos instrumentos. Assim, os instrumentos de avaliação são apresentados em vários formatos (critérios, checklists ou escalas), com números diferentes de itens (de 6 a 42), usando uma variedade de métodos (lápiz e papel, pesquisa online, entrevista telefônica,

estudos de caso, etc), e avaliando diferentes tipos de participantes (universitários, alunos de ensino fundamental, população em geral) (CHOU; CONDRON; BELLAND, 2005), o que dificulta um consenso sobre o assunto.

3.7 Prevalência

As pesquisas sobre dependência em internet são encontradas em todo o mundo. Contudo há um complicador destas medidas: todas elas se referem a palavra prevalência (*prevalence*) não especificando os graus de incidência. Dessa forma, os valores apresentados pelas pesquisas catalogados abaixo são referidos como prevalência, acompanhando o termo original utilizado pelas pesquisas.

3.7.1 População geral

A tabela abaixo sumariza os índices de prevalência encontrados em pesquisas sobre o assunto¹⁰.

Autor/ano	País	Instrumento para avaliação do UPI	Amostra	Resultados
GREENFIELD (1999)**	EUA Canadá	Virtual Addiction Survey	17.000 respostas, com idade média de 33 anos, variando entre 8- 85 anos	6% foram considerados como dependentes
SCHERER (1999) **	EUA	Baseado em critérios de Jogo do DSM IV	531 universitários	13% foram considerados como dependentes
YANG (2001)**	Taiwan	Computer-Related Addictive Behavior Inventory (CRABI)	1.296 adolescentes entre 12-19 anos	10% dos estudantes foram considerados como dependentes
BAI; LIN; CHEN (2001) **	Taiwan	Young's Internet Addiction Diagnostic Questionnaire de 8 itens	251 clientes de uma clínica virtual	15% foram considerados como dependentes
WHANG; LEE; CHANG (2003)**	Coréia	Versão modificada do IAT de Young	13.588 usuários de um website. A idade média foi de 26 anos, variando entre 15- 50 anos	3,5% foram considerados como dependentes
KALTIALA-HEINO ET AL (2004) *	Finlândia	Young's Internet Addiction Diagnostic Questionnaire de 7 itens. Satisfação de 4 dos 7 critérios	7.229 adolescentes entre 12-18 anos	1,7% dos meninos e 1,4% das meninas foram classificados como dependentes. Entre os usuários diários (26%)

¹⁰ A tabela foi adaptada, revisada e ampliada a partir de Abreu et al (2008) . Os autores marcados com um asterisco pertencem a tabela original. Foram sumarizadas também as pesquisas citadas na revisão bibliográfica de YOUNG, YUE ET AL., (2010), que estão marcadas com dois asteriscos.

				4,5% dos meninos e 4,7% das meninas
YOO ET AL (2004) *	Coréia	Internet Adiction Scale de Young. Escore = ou maior que 80 para definir vício em internet	535 alunos do primário, com média de idade de 10 anos	0,9% foram classificados como dependentes (cinco crianças)
JOHANSSON ; GOTESTAM (2004)	Noruega	Young's Internet Addiction Diagnostic Questionnaire (YDQ) Satisfação de 5 dos 8 critérios	3237 jovens entre 12-18 anos	2% foram considerados como dependentes
NIEMZ; GRIFFITHS; BANYARD (2005)	Reino Unido	Pathological Internet Use Scale de Morahan-Martin e Schumacher	371 alunos universitários com idade média de 21 anos	18,3% foram considerados usuários patológicos
HUANG (2006) *	Taiwan	Critério: uso de 10 ou mais horas por semana	959 calouros da Universidade Nacional de Tsing Hua	7,2% foram considerados dependentes de chats e 5,1% foram considerados dependentes de jogos virtuais
KO ET AL (2006) *	Taiwan	Chen Internet Addiction Scale	3662 estudantes do ensino médio	19,3% foram considerados como dependentes
HA ET AL (2006) *	Coréia	Internet Addiction Scale (Young)	1291 estudantes, sendo 455 crianças e 836 adolescentes	13% das crianças e 20% dos adolescentes apresentaram score para a dependência
ABOUJAOUDE ET AL (2006) *	EUA	Instrumento de 8 perguntas, adaptado dos critérios de outros Transtornos do impulso (instrumento original não informado).	2513 adultos maiores de 18 anos	Prevalência variou entre 0,3% a 0,7%
PALLANTI (2006)	Itália	Internet Addiction Scale – Young- Modificada	275 estudantes do ensino médio, com idade média de 16 anos	5,4% foram considerados como dependentes de internet
BAYRAKTAR; GUN (2007)	Chipre	Pathological Internet Usage Scale (escala de Young de 1998)	686 adolescentes entre 12-17 anos	1.1% foram considerados como dependentes
CAO E SU (2007) *	China	Young's Internet Addiction Diagnostic Questionnaire (YDQ) Satisfação de 5 dos 8 critérios	2620 estudantes entre 12-18 anos	2,4% foram considerados como dependentes
YEN ET AL (2007) *	Taiwan	CIAIS- Chen Internet Addiction Scale	2114 estudantes do ensino médio entre 15-23 anos	17,9% foram classificados como dependentes
GHASSEMZADEH; SHAHRARAY; MORADI (2008)	Irã	Internet Addiction Test (IAT)- Persian version	1968 estudantes do ensino médio entre 14–16 anos	3,8% foram considerados como dependentes
PARK; KIM; CHO (2008)	Coréia do Sul	Young's Internet Addiction Scale (IAS) modificada	903 adolescentes	10,7% foram considerados como dependentes
SIOMOS; DAFOLI ET AL. (2008)	Grécia	Young's Internet Addiction Diagnostic Questionnaire (YDQ) Satisfação de 5 dos 8	2200 alunos entre 12- 16 anos	8,2% foram considerados como dependentes

		critérios		
BAKKEN; WENZEL; GÖTESTAM (2009)	Noruega	Young's Internet Addiction Diagnostic Questionnaire (YDQ) Satisfação de 5 dos 8 critérios	3.393 sujeitos entre 16-74 anos	1% foram considerados como dependentes
ZBORALSKI ; ORZECZOWSKA; TALAROWSKA (2009)	Polônia	The Internet Addiction Questionnaire (IAQ)	120 alunos de 13-18 anos	6% foram considerados como dependentes
FU; CHAN; WONG (2010)	Hong Kong	Young's Internet Addiction Diagnostic Questionnaire (YDQ) pontuação 5-8	208 adolescentes com idades entre 15-18 anos	6,7% foram considerados como dependentes
VAN ZALK; BRANJE; DENISSEN (2011)	Itália	Internet Addiction Test (IAT)	2.853 estudantes do ensino médio	7% foram considerados como dependentes

Tabela 2- Índices de prevalência do uso

3.7.2 Sexo e idade

Diversas pesquisas apontam que a maior prevalência do UPI é do sexo masculino (BAKKEN; WENZEL; GÖTESTAM et al., 2009; CEYHAN, 2008; CHO; LEE, 2004; GREENBERG; LEWIS; DODD, 1999; JANG; HWANG; CHOI, 2008; KO; YEN; CHEN et al., 2005; WU; CHENG, 2007).

Quanto à idade, de forma geral, a prevalência maior da adicção a internet parece ser mais baixa entre adolescentes, com índices que variam entre 4.6 a 4.7%. Esse número é maior na população geral de usuários de internet, com índices de 6 a 15% e sobe para 13 a 18.4% entre universitários. Segundo Young, a população de universitários tem mostrado prevalência maior na população em muitos estudos, em versões adaptadas dos critérios do DSM IV (YOUNG; YUE; YING, 2010).

Entretanto, como a própria autora aponta, existem problemas com relação aos estudos de prevalência. Alguns estão relacionados ao método de recrutamento da amostra e a inconsistência quanto aos critérios diagnósticos e as escalas para avaliação.

A maioria dos dados relativos a prevalência são obtidos por amostras auto- selecionadas, ou seja, pede-se para que o sujeito responda a um questionário sobre seu uso, obtendo-se assim os índices de UPI. Por este método obtém- se dados que variam entre 6% e e 66,4 % . Os estudos europeus mostram porcentagens mais baixas do que as encontradas na Ásia (SANCHEZ-CARBONELL; BERANUY; CASTELLANA et al., 2008).

Segundo Sanchez-Carbonell, Beranuy *et al* (2008) os dados não indicam que há uma epidemia, mas sim que parece plausível que uma minoria de pessoas, durante períodos mais ou menos prolongados de suas vidas, podem desenvolver sintomas clínicos, mal estar psicológico e deterioração social causados pela internet. A dependência de internet pode ser encontrada em qualquer grupo etário, classe social, educacional ou econômico. Quanto a faixa etária, parece atingir mais adolescentes e estudantes universitários, como visto nas pesquisas apontadas acima.

Entretanto, há uma grande crítica sobre estes estudos, pois os graus de incidência na população parecem variar de acordo com os diferentes critérios adotados para avaliar a dependência. Além disso, a incidência na população adolescente e universitária pode ser questionada. Praticamente não existem pesquisas com outros públicos. A maioria delas é realizada com esta população. Dessa forma, não é possível saber se esta é de fato a população atingida, ou se há um estereótipo que faz os pesquisadores só se interessarem por este tipo de população, uma vez que acredita-se que os jovens dominam a nova tecnologia e sejam mais propensos a desenvolver o transtorno. Não foram encontrados estudos sobre a prevalência da dependência de internet em idosos, por exemplo.

3.8 Etiologia

Fatores etiológicos são desconhecidos. Podemos pressupor uma etiologia multifatorial, que engloba fatores biológicos, psicológicos e sócio-culturais.

3.8.1 Fatores biológicos

Entre as compreensões biológicas existem abordagens que assumem a existência das chamadas personalidades adictivas, nas quais as mudanças no funcionamento de determinados fatores hereditários e congênitos levam a um desequilíbrio específico de compostos químicos e neuro-transmissores, sendo um dos possíveis modelos para o UPI.

O polimorfismo genético do gene que codifica o transportador de serotonina (SS5HTTLPR) foi encontrado em pessoas que abusam da internet, mas, como este polimorfismo pode

pertencer a diversas condições psiquiátricas, são necessários mais estudos sobre o assunto (YANG; TUNG, 2007).

Outra pesquisa sugere que os abusadores de internet, bem como os dependentes encontrados na amostra, apresentaram um padrão específico de atividade autonômica para quatro respostas fisiológicas: maior frequência cardíaca, elevação de frequência respiratória, menor temperatura de extremidades e menor condutância elétrica de pele (LU; WANG; HUANG, 2010).

Também há uma pesquisa com morfometria baseada em voxel (VBM). A densidade da massa cinzenta do cérebro foi comparada entre o grupo- controle de 18 adolescentes saudáveis e grupo clínico de 18 adolescentes com o diagnóstico de UPI. Foi demonstrado que a densidade da massa cinzenta foi significativamente menor no grupo clínico, especificamente na região do córtex cingular frontal esquerdo, córtex cingular posterior esquerdo, ínsula esquerda e no giro lingual esquerdo. Os dependentes de internet apresentaram deficiência de massa cinzenta em regiões que estão conceitualmente conectadas com as áreas responsáveis pela modulação do comportamento emocional. Segundo os autores, outros estudos sugerem haver correlação histopatológica entre o tamanho desta deficiência, que envolve a perda de contato sináptico, a densidade de neurônios alargada, e a diminuição de células gliais e de marcadores glial e o UPI (ZHOU; LIN; DU et al., 2009).

Outras pesquisas, ao classificar o UPI como um Transtorno do Impulso, acreditam que este deva seguir os mesmos mecanismos biológicos dos outros transtornos, tais como o de jogo patológico, inferindo que os mecanismos dos sistemas dopaminérgicos podem estar envolvidos (JOVIÆ; ÐINÐIÆ, 2011). Young, Yue e Yin (2010) em sua revisão, mostram que diversos pesquisadores sugerem que o sistema dopaminérgico aparenta ter um papel de regulação no humor por causa de seu papel na motivação e no sistema de recompensas. Mesmo havendo vários sistemas dopaminérgicos no cérebro, o sistema mesolímbico dopaminérgico aparenta ser o mais importante no processo motivacional. Nesta mesma revisão, os autores citam que Tao, Ying, Yue & Hao construíram um modelo neuropsicológico do UPI, acreditando que o sistema farmacológico ativado pelo cérebro é o mesmo da dependência química, na qual o sistema de recompensas do cérebro é ativado.

Kuss e Griffiths (2012) realizaram uma revisão bibliográfica sobre os estudos de neuroimagem feitos com dependentes de internet, encontrando apenas 18 artigos. Segundo os autores, as pesquisas feitas apresentam provas convincentes de que há semelhanças entre os diferentes tipos de dependência, especialmente a dependência de substâncias, em graus variados. No

nível molecular, a dependência de internet é caracterizada por uma deficiência global no sistema de recompensas que implica na diminuição da atividade dopaminérgica. No nível do circuito neural, a internet leva a neuroadaptação e mudanças estruturais, que ocorrem como consequência do aumento da atividade prolongada em áreas do cérebro associadas com a dependência. No nível comportamental, os dependentes de internet parecem ficar com restrições com relação ao seu funcionamento cognitivo em diversos domínios.

3.8.2 Fatores familiares e genéticos

Ainda não existem estudos que mostrem fatores genéticos no UPI. Mas pesquisas sugerem que as práticas dos pais com relação ao uso da internet dos filhos têm relação com o desenvolvimento do uso compulsivo de internet (EIJNDEN; SPIJKERMAN; VERMULST et al., 2009; YEN; YEN; CHEN et al., 2007). Adolescentes com UPI classificavam seus pais como mais intrusivos, mais punitivos e menos receptivos (XIUQIN; HUIMIN; MENGCHEN et al., 2010). Outra pesquisa aponta que atitudes parentais, comunicação familiar, coesão familiar e exposição a violência familiar (violência conjugal e violência entre pais e filhos) têm correlação com o UPI (PARK; KIM; CHO, 2008).

3.8.3 Psicopatologia

Como já foi discutido anteriormente, ainda não há consenso quanto a necessidade de classificação do fenômeno nos manuais psiquiátricos, e, caso aconteça, qual sua correta classificação. Entretanto, há correntes importantes que sugerem sua classificação como Transtorno do impulso sem outra especificação ou como uma dependência comportamental.

3.8.4 Psicodinâmica

Diversos fatores de personalidade são apontados como tendo correlação com o UPI. Por exemplo, Whang, Lee e Chang (2003) encontraram uma correlação significativa entre o grau

de dependência da internet e estados psicológicos negativos, como solidão, depressão e comportamento compulsivo.

Algumas das correlações mais encontradas são a baixa autoestima (HA; CHIN; PARK et al., 2008; KO; YEN; CHEN et al., 2005; KO; YEN; YEN et al., 2007; NIEMZ; GRIFFITHS; BANYARD, 2005; STIEGER; BURGER, 2010) e o sentimento de solidão (MATSUBA, 2006; OZCAN; BUZLU, 2007; WHANG; LEE; CHANG, 2003). Entretanto, Morahan-Martin (1999) em sua revisão de literatura, concluiu que as pesquisas não determinam se a solidão é sintoma do uso excessivo da internet, ou se a solidão provoca o uso excessivo. No entanto, ela sugere que a solidão é causada pelo uso excessivo da internet, afirmando que uma vez que a internet torna-se um substituto para a interação social da vida real, os usuários podem iniciar um círculo vicioso. Caplan (2007) entende que, na verdade, há uma relação entre fobia social - solidão - uso excessivo da internet, sendo que a solidão não é produto do UPI, mas sim da fobia social que muitos usuários apresentam.

Uma pesquisa submeteu usuários excessivos ao teste 16PF¹¹, e os dados encontrados foram que estes sujeitos eram facilmente afetados por sentimentos, eram emocionalmente mais instáveis, imaginativos, pensativos, autosuficientes e preferiam tomar suas próprias decisões (YANG; CHOE; BAITY et al., 2005). Também usuários excessivos submetidos ao teste de Inteligência Emocional apresentaram diferenças em alguns subcomponentes da inteligência emocional percebida. (BERANUY; OBERST; CARBONELL et al., 2009).

Segundo Sanchez-Carbonell (2008) algumas situações emocionais específicas e algumas características pessoais de alguns sujeitos podem ter correlação com o uso excessivo de internet. São sujeitos que atravessam determinadas situações específicas (separação, dedicação exclusiva ao trabalho); pessoas com limitação de comunicação ou de movimento; pessoas que utilizam a internet para conseguir suporte emocional, buscar estimulação sexual, companhia, ou amor; pessoas com transtornos mentais ou de personalidade; ex-aditos, como alcoólatras e farmacodependentes; pessoas com características de personalidade como baixa autoestima, sentimento de inadequação, necessidade de sentir-se querido e reconhecido, infelicidade, carências afetivas, insegurança, solidão, busca de sensações, propensão a fantasia, timidez, falta de habilidades sociais e propensão a criar uma identidade fictícia.

¹¹ Teste 16 PF: Investiga traços de Personalidade por meio de um inventário composto de 185 itens, compreendendo as escalas dos 16 fatores Primários de Personalidade e também um índice da Administração da Imagem.

Também foram encontradas correlações com baixa tolerância a frustração (KO; YEN; YEN et al., 2008); pessoas que precisam de busca contínua por sensações (sensation seeking) (LU, 2008); pessoas que praticam “interpersonal deception”, ou seja, que têm comportamento de enganar os outros quando estão online (LU, 2008); pessoas com alexitimia (DE BERARDIS; D'ALBENZIO; GAMBI et al., 2009).

Caplan (2003), que trabalha em uma perspectiva comportamental, acredita que há um déficit na habilidade de apresentação social que leva essas pessoas a se interessarem pela interação virtual, na qual existem menos riscos. Os dependentes que relatam mais dificuldade no controle de seus impulsos também relatam preferir a interação online como uma alternativa para as interações face a face.

Davis (2001) acredita que os dependentes de internet apresentam disfunções cognitivas, na forma de cognições maladaptativas, de dois tipos: pensamentos sobre si mesmos e sobre o mundo. Pensamentos sobre si mesmos podem incluir ruminções, visões negativas e dúvidas sobre si mesmos, sentimento de baixa eficácia, autoavaliação negativa e uso da internet dá-se para conseguir respostas mais positivas dos outros. Os pensamentos podem ser tais como “só sou bom ou tenho valor quando estou online”. As distorções cognitivas sobre o mundo envolvem generalizar eventos específicos para tendências globais. O indivíduo pode pensar: “a internet é o único lugar onde sou respeitado”, “ninguém me ama offline”; ou “a internet é minha única amiga”, tornando-a uma questão de tudo ou nada. Davis considera isso uma distorção cognitiva que aumenta a dependência de internet.

Young, Youe *et al* (2010) também acreditam que os dependentes são pessoas que se preocupam mais que as outras, tendem a se preocupar com eventos negativos e têm o que os autores chamam de “pensamentos catastróficos”. São pessoas que se sentem esgotadas, que podem experienciar problemas pessoais em sua vida presencial. A internet seria usada como um escapismo psicológico, que distrai o sujeito; como uma estratégia maladaptativa de enfrentamento de problemas.

Os autores ainda dizem que o usuário pode passar por ciclos de abstinência e recaídas. Muitos dependentes entram em um diálogo interno autodestrutivo que se utiliza de racionalizações para recair (ciclo de recaídas). O padrão começa com a racionalização de que o comportamento não é danoso, seguido por um período de arrependimento. O arrependimento é seguido de promessas de parar o comportamento com abstinência temporária, que pode durar dias, semanas ou meses. Entretanto, dificuldades e pressões no nível emocional fazem com que o usuário se apóie nas racionalizações para recair.

Outras características na psicodinâmica do transtorno podem variar com aspectos culturais. Por exemplo, Tao, Huang e Wang acreditam que as pressões por excelência acadêmica na China têm feito muitas crianças e jovens procurarem por algum tipo de compensação na internet (TAO; HUANG; WANG et al., 2010).

3.8.5 Comorbidades psiquiátricas

Muitas pesquisas apontam a correlação entre UPI e outros transtornos psiquiátricos (JANG; HWANG; CHOI, 2008). Davis (2001), por exemplo, acredita que algum tipo de psicopatologia é condição necessária para o desenvolvimento da UPI.

Entre as pesquisas encontradas, estas sugerem que há correlação com TDAH (YEN; KO; YEN et al., 2007; YEN; YEN; CHEN et al., 2009; YOO; CHO; HA et al., 2004) e transtornos depressivos (KO; YEN; CHEN et al., 2008).

Também foi encontrada correlação com Transtorno Obsessivo Compulsivo (TOC) (HA; KIM; BAE et al., 2007; YANG; CHOE; BAITY et al., 2005); Fobia Social (CAPLAN, 2007); distúrbios do sono (CHOI; SON; PARK et al., 2009); impulsividade e Transtornos do impulso (CAO; SU; LIU et al., 2007) e múltiplas dependências (YOUNG, 2010). Black *et al.* (1999) apontam que cerca de metade dos sujeitos de sua amostra preenchia os critérios para um transtorno de personalidade, sendo o Transtorno de Personalidade *borderline* o mais freqüente, seguido pelo de antissocial.

Em alguns usuários foi encontrada uma história clínica de transtorno afetivo, ansiedade e abuso de substâncias. Neste sentido, os problemas psicológicos encontrados no UPI podem não ser uma consequência do transtorno, mas sim uma causa ou um problema concomitante da utilização excessiva da internet (BERANUY; OBERST; CARBONELL et al., 2009).

3.9 Tratamento

Como a definição do transtorno é divergente, tanto os objetivos quanto as formas mais adequadas de tratamento são diferentes. Orzack e Orzack (1999), afirmam que o objetivo do tratamento do UPI não pode ser o de abstinência, mas sim de um uso controlado, assim como

os transtornos alimentares, onde o objetivo é normalizar o uso. Outros autores, entretanto, podem propor uma abstinência temporária.

3.9.1 Tratamento farmacológico

Ainda não existem medicamentos cuja indicação seja precisa para o tratamento da UPI, sendo que as pesquisas tratam apenas de experimentos. Foi feita a administração de bupropiona (que sugere alterar o desejo e a atividade cerebral da mesma forma que as que foram observadas com dependência de substâncias) em um estudo com 11 sujeitos, obtendo-se melhora dos sintomas (HAN; HWANG; RENSHAW, 2010). Também é descrito um estudo de caso com a administração de naltrexone, com resultados de decréscimo na fissura pelo uso (BOSTWICK; BUCCI, 2008). Outro estudo foi realizado com a administração de escitalopram em 19 pacientes, tendo como resultado um uso decrescente da internet (DELL'OSSO; HADLEY; ALLEN et al., 2008).

Como os estudos sugerem que os índices de comorbidade são frequentes entre os dependentes de internet, outra forma de tratamento tem sido tratar dos outros transtornos associados (HUANG; LI; TAO, 2010).

3.9.2 Psicoterapia

A teoria psicológica mais utilizada para tratar o UPI é, segundo revisão realizada por Huang, Li e Tao (2010), a Comportamental Cognitiva. O objetivo é descobrir as cognições distorcidas, permitindo ao indivíduo reestruturar suas cognições. A segunda é a Terapia Motivacional, que permite a dependentes e seus terapeutas definir metas para eliciar a mudança de comportamentos. Trata-se de um estilo de aconselhamento diretivo que auxilia o paciente a compreender e resolver a ambivalência com relação aos processos da dependência. Também são apontadas a Terapia da Realidade, que é baseada em uma teoria que acredita que as pessoas são responsáveis por suas vidas e pelo que fazem; acreditando que os pacientes escolheram ser dependentes. Também é relatado o uso da Psicoterapia Cognitiva Naikan, um método psicoterapêutico japonês que combina meditação com a recuperação de memórias e reconstrução da vida trazendo as noções de cura e mudanças no self.

Os autores ainda apontam que a modalidade de terapia em grupo parece ser a predominante no tratamento de dependências. O processo de grupo parece favorecer a identificação entre os membros. No UPI, diversos estudos relatam se utilizar desta modalidade muitas vezes aos moldes dos programas de recuperação em 12 passos. A terapia familiar é outra modalidade utilizada, uma vez que entre os fatores etiológicos do UPI estão fatores familiares. As terapias multimodais também aparecem nas pesquisas, onde os indivíduos são submetidos a tratamentos que mesclam diversos formatos: terapia individual, de grupo, terapia familiar; e também a técnicas diversas, como psicodrama, terapia comportamental cognitiva, terapia motivacional e prontidão para mudança.

3.9.3 Grupos terapêuticos

Diversos programas são oferecidos na forma de grupos terapêuticos, muitas vezes à semelhança dos 12 passos dos Alcoólicos Anônimos.

No Brasil, são registrados apenas 2 serviços presenciais específicos para isso. O Ambulatório Integrado dos Transtornos do Impulso (AMITI), que é vinculado ao Instituto de Psiquiatria do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo (IPq/HC-FMUSP), presta atendimento psiquiátrico e psicoterapêutico aos pacientes com Dependência de internet (adultos, adolescentes e seus familiares). O ambulatório conta com um programa psicoterapêutico cognitivo estruturado, que consiste em 18 encontros com os usuários e com os pais dos adolescentes que também são atendidos semanalmente em grupo por outros profissionais da equipe. A cada encontro, os objetivos são expostos ao grupo, seguindo um cronograma adaptado à evolução do processo. Para o desenvolvimento do trabalho em grupo, são utilizados recursos audiovisuais, material bibliográfico e dinâmicas grupais para facilitar a reflexão e a comunicação entre os membros. Ao final do processo, segue-se a fase de follow-up por mais três encontros mensais (BAROSSO, 2009).

O Programa de orientação e atendimento a dependentes (PROAD), vinculado à Faculdade de Medicina da UNIFESP onde também são oferecidos serviços para o tratamento de dependentes. O serviço atende a pacientes de outras dependências comportamentais, tais como jogo, compras e sexo. Em um primeiro momento, os usuários participam de um grupo de acolhimento e são avaliados e acompanhados por um psiquiatra. Depois são encaminhados para grupos específicos, sendo que os dependentes de internet e de sexo participam do mesmo

grupo terapêutico, devido a semelhanças de comportamento e psicodinâmicas entre os dois grupos. Muitos dos pacientes que procuram o PROAD para tratamento de dependência de internet são dependentes de pornografia virtual. A abstinência completa não é necessariamente o objetivo e sim a maior compreensão da dinâmica envolvida no comportamento dependente, bem como o desenvolvimento de estratégias de redução de danos, que visam a libertação do indivíduo desse tipo de comportamento (VIEIRA 2006).

3.9.4 Auto-ajuda e Grupos de ajuda

Apesar de não figurarem na literatura científica, existem muitos livros de auto-ajuda que tratam sobre o assunto, trabalhando com “listas de dicas” para o sujeito se libertar de sua dependência. “Cyber Junkie: Escape the Gaming and internet Trap”, “The Digital Diet: The 4-step plan to break your tech addiction and regain balance in your life” ; “The Soft Addiction Solution” , são títulos de livros que se dispõem a ajudar os usuários a se recuperarem sozinhos. Alguns destes livros têm um viés religioso, especialmente cristão.

Também neste campo figuram os grupos de ajuda anônimos, como "Online Gamers Anonymous", e “Internet Addict anonymous” ou “ Webaholic anonymous”, no sistema de 12 passos dos Alcoólicos Anônimos.

3.9.5 Suporte via internet

O NPPI- Núcleo de Pesquisas de Psicologia e Informática ofereceu um serviço para usuários patológicos de internet de forma presencial entre os anos de 2000-2004. Devido a baixa procura do serviço, o núcleo decidiu fazer orientações focadas por e-mail. O serviço consiste em uma troca de 8 e-mails, sendo que ao final é esperado que o sujeito possa ser encaminhado para um serviço presencial. No serviço, como já descrito, o núcleo trabalha com o conceito de que o UPI também pode ser entendido como sintoma de outras questões psicodinâmicas e/ou psiquiátricas que se apresentam ao sujeito. O processo de orientação visa esclarecer estas questões , percebendo se há nele uma demanda para um atendimento presencial, realizado por outros profissionais.

3.9.6 Internação

Um dos tratamentos oferecidos é a internação. A proposta é que o sujeito seja afastado completamente de todos os aparatos tecnológicos, aprendendo a lidar com a vida sem o intermédio deles.

Existem clínicas nos Estados Unidos, Coréia e China. Nos EUA, a primeira clínica de internação é a Netaddiction Recovery, um centro de desintoxicação para dependentes (COLLIER, 2009). Na China, o Hospital Geral da Região Militar de Pequim realiza internações de cerca de três meses, em um tratamento que combina diversas modalidades, como psicoterapia individual, de grupo, farmacoterapia, educação, exercícios militares, experiências sociais e intervenção familiar (HUANG; LI; TAO, 2010).

Entretanto, paralelo a literatura científica, a mídia tem divulgado que na China proliferam as clínicas de internação compulsórias para jovens. Os internos são tratados com diversos métodos (sendo que alguns não têm qualquer reconhecimento científico) tais como caminhadas, dança, esportes, karaokê e elementos do programa dos 12 passos. O método mais polêmico é o de terapia eletroconvulsiva, considerada como dolorosa e desnecessária mesmo por outros autores chineses. Consideradas como uma atividade lucrativa, muitas clínicas ilegais oferecem seus serviços e tratamentos (STONE, 2009).

3.10 Principais limitações das pesquisas

A literatura sobre o UPI é vasta e abundante, mas apresenta diversas limitações importantes. Byun *et al.* (2009) e Czincz e Hechanova (2009) tecem várias críticas às pesquisas sobre dependência de internet. A principal, já apontada, é a falta de critérios para diagnosticar o UPI. Falta um consenso que aponte qual a definição e quais os critérios diagnósticos.

Conseqüentemente, acaba havendo falta de uniformidade nas escalas, o que se torna também um problema. Como já apontado, há inúmeras escalas. Poucas têm estudos de parâmetros psicométricos e diversas são adaptações de outras escalas que não se adequam a internet. Isso faz com que os números sobre prevalência e incidência fiquem muito discutíveis, uma vez que as escalas medem coisas diferentes (BYUN; RUFFINI; MILLS *et al.*, 2009; CZINCZ; HECHANOVA, 2009). Ainda sobre as escalas, uma limitação pouco comentada na literatura se deve ao fato de que este tipo de instrumento é autorreferente, o que pode trazer viés às

pesquisas, uma vez que não foi realizada uma avaliação externa e confia-se no relato do sujeito (SUBLETTE; MULLAN, 2012)

Outro viés importante é que um número muito grande de pesquisas tem como amostra estudantes universitários e adolescentes, sendo poucas as pesquisas que têm, na composição da amostra, outros tipos de populações (SUBLETTE; MULLAN, 2012).

Parecem existir diversos problemas metodológicos, como número reduzido de amostras e métodos de análises. Outra limitação muito importante a se considerar é que um grande número de pesquisas trabalha com correlações de fatores de escalas. O fato de haver correlações não implica em causalidades, e muitas vezes mostra diferenças mínimas entre grupos. Poucas pesquisas se preocupam com relações de causa e efeito. Também há carência de estudos longitudinais, que possam avaliar se o UPI é um transtorno de longa ou curta duração, bem como sua evolução (BYUN; RUFFINI; MILLS et al., 2009; CZINCZ; HECHANOVA, 2009).

Outra limitação é o fato de que a grande maioria das pesquisas psicológicas está baseada na abordagem comportamental cognitiva, havendo um número muito reduzido de outras linhas psicológicas pesquisando este assunto. Não foi encontrada nenhuma literatura que tratasse do tema do UPI pela vertente de outras correntes da psicodinâmica. As pesquisas se restringem a abordagem comportamental cognitiva ou a abordagem psiquiátrica da medicina.

4 Propriedades adictivas da internet e suas principais dependências

A internet é meio facilitador de muitas atividades diferentes. Hoje, boa parte da vida cotidiana é mediada por ela. Mas o que há na internet que a faz adictiva?

Weistein e Lejoyeux (2010), em sua revisão, mostram que a maioria das pesquisas concorda que o excesso de uso da internet está ligado a uma forma de *coping* (enfrentamento). Seria uma forma inadequada do manejo de stress.

Apesar de este parecer ser um fator comum, o uso patológico de internet pode se referir a comportamentos e atividades muito diferentes. Para Weiser (2001) não há sentido em falar sobre um UPI genérico e sim discriminar os diversos tipos de atividades, pois nem tudo o que é realizado na internet parece gerar dependência. Czincz e Hechanova (2009) concordam, dizendo que a maioria das pesquisas apóia a ideia de que o UPI está relacionado a um conteúdo específico.

Weiser (2001) acredita que é improvável que o uso da internet seja uniforme e que tenha efeitos universais em todos os usuários. Os efeitos psicológicos e comportamentais são produzidos pela interação de situações objetivas e pelas diferenças individuais. Os efeitos sociais e psicológicos da internet devem ser examinados como um conjunto extenso de variáveis, uma vez que os usuários de internet não são uma massa uniforme, tendo diferentes gostos e interesses. O uso da internet irá depender dos propósitos do usuário, de suas buscas em direção ao preenchimento de uma necessidade particular. Weiser considera que, antes de entender o paciente como um usuário patológico, é necessário compreender quais são as funções subjacentes ao seu uso.

Algumas classificações foram propostas por Young (1999a), Weisner (2001) e Mottran e Flemming (2009), com relação a finalidade com que se usa a internet.

Young (1999a), classifica como subcategorias de dependência da internet os seguintes usos:

- 1) Adicção a cibersexo , envolvendo uso compulsivo de sites de cibersexo e pornografia;
- 2) Adicção a ciber-relacionamentos, envolvendo relacionamentos virtuais ;
- 3) Compulsões da rede, que envolvem atividades como jogos de azar online, compras, leilões virtuais;

4) Excesso de informação, que envolve compulsão a navegação na internet

5) Adicção ao computador, envolvendo jogos no computador.

Weisner (2001) classifica os usuários em duas categorias; aqueles que se utilizam da internet para conseguir regulação sócio-afetiva (SAR) e aqueles que se utilizam para aquisição de informação e bens (GIA). Os usuários classificados como SAR compreendem aqueles que utilizam a internet para conversar, encontrar pessoas novas, encontrar seus semelhantes, procurar romance, atividades sexuais e jogar jogos interativos. Basicamente o uso é para se conectar com outras pessoas, seja de forma afiliativa ou afetiva. Já os usuários classificados como GIA se utilizam da internet basicamente para trabalhar, obter informações, fazer compras, obter conhecimento. O autor exclui algumas atividades dessas categorias, como ouvir música online e enviar e-mails.

Já Mottran e Flemming (2009) classificam os usuários em 5 grupos, fazendo uma distinção entre uso primário e uso secundário. O uso primário seria a principal atividade que o sujeito realiza na internet. Os grupos foram (a) Gamers, (b) Navegadores (Browsers), (c) Comunicadores, (d) Trabalhadores, e (e) Downloaders. Os autores modificaram um pouco o critério de Weiser, fazendo uma identificação de duas dimensões na internet. Um grupo foi chamado de profissional (trabalhadores) e o outro foi chamado de não-profissional (gamers, navegadores, comunicadores e downloaders).

Apesar das pesquisas apresentadas acima serem relativamente antigas, as classificações propostas pelos autores parecem, com poucas modificações, ainda se aplicarem ao uso da internet feito hoje. À época destas pesquisas, a internet tinha características diferentes: ainda não havia redes sociais, vídeos online, twitter, entre outros aplicativos mais modernos.

Entretanto, parece que as funções que esses novos aplicativos desempenham são as mesmas. Como exemplo, as redes sociais possibilitam muitas das atividades já descritas. Não se configuram como atividades essencialmente novas, mas sim como agregadoras. O Facebook, por exemplo, agrega serviços que antes eram dispersos: permite chat em tempo real; postagens em texto à antiga moda dos blogs; compartilhamento de fotos, como os fotoblogs; comentários em ambos os casos (características dos blogs); acesso a jogos; formação de grupos fechados para discussão de determinados assuntos, antes realizadas por e-mail nas newsgroups e listas de discussão; compartilhamento de informações, correntes, que antes eram enviadas por e-mail; mensagens privadas aos usuários, como e-mails, entre tantos outros aplicativos. A única novidade trazida pelas redes sociais parece ser a forma agregadora de encontrar as pessoas. Em um lugar só todos os perfis estão cadastrados e de fácil acesso.

De qualquer forma, as redes sociais mantêm sua função principal, que é a de facilitar a comunicação. Alguns autores já trabalham com o conceito de dependência das redes sociais, mesmo reconhecendo que seu papel fundamental é manter a comunicação com a rede social do usuário (KUSS; GRIFFITHS, 2011; WILSON; FORNASIER; WHITE, 2010).

Outra atualização que pode ser feita é com relação aos jogos. Segundo a Newzoo, em 2011 o número de jogadores brasileiros passou para 35 milhões. Entre estes jogadores, 27 milhões se utilizam de jogos casuais em sites; 24 milhões participam de jogos em redes sociais e 24 milhões participam de jogos multiusuários na internet (MMOs). Dessa forma, o universo dos games não fica mais exclusivamente dependente daqueles chamados de “gamers hardcore”, que se utilizam de MMO’s e consoles. Assim, o perfil atribuído àqueles chamados “gamers” na pesquisa de Mottram e Flemming (2009) pode ter mudado.

Outro apontamento que pode ser realizado é de que Weiser classificou as atividades sexuais como atividades que permitem relacionamentos. Algumas atividades sexuais, assim como os jogos, podem ser feitas de modo solitário e não se constituírem como atividades de cunho social.

A classificação proposta por Young parece mostrar-se atual, pois com pequenas modificações ainda parece explicar os diversos usos. Assim, foi levantada a bibliografia a respeito dos tipos de uso considerados como mais adictivos.

4.1 Atividades sexuais na internet

Na classificação de Young (1999a) a autora usa o termo “cibersexo”. Nesta época a autora se referia a relacionamentos virtuais, principalmente o uso dos chats por texto para conversas eróticas e consumo de pornografia. Atualmente, com a conexão de banda larga e os inúmeros dispositivos que surgiram (webcams, etc) as atividades sexuais pela internet foram se ampliando e hoje abarcam um grande número de comportamentos possíveis (YOUNG, 2008).

Durante muitos anos julgou-se que a palavra mais buscada da internet era “sexo”. Entretanto, hoje essa palavra parece não se configurar mais como sendo uma das mais buscadas. No Brasil, uma breve análise no “Google Insights for search”, mostra que as três palavras brasileiras mais buscadas no período de 2004-2011 são “Jogos”, “Orkut” e “Facebook” (em todas as categorias). A palavra “sexo” não aparece entre as 10 palavras mais buscadas no Google em nenhum desses anos. Entretanto, ao se aplicar o filtro “sexo”, a estatística mostra

que o número de buscas pelo termo é muito alto. Os termos que envolvem “vídeos” são os mais buscados. As figuras abaixo indicam os gráficos gerados por esta ferramenta:



Figura 1-Busca do termo “sexo” no Google Trends

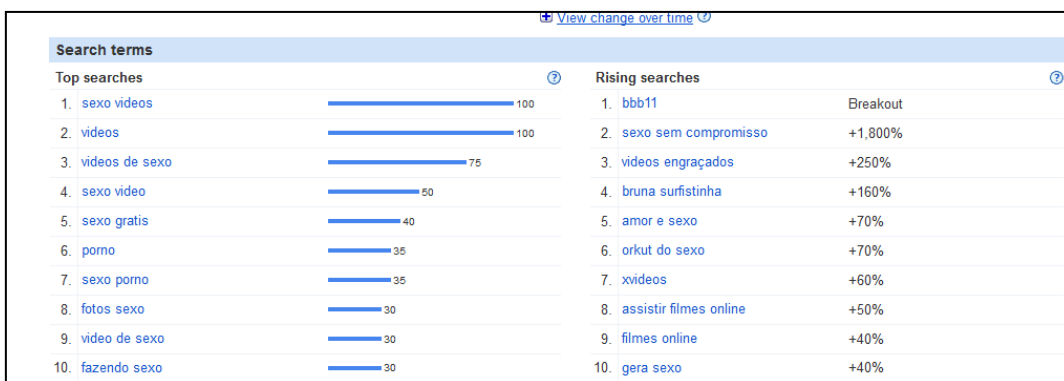


Figura 2-Resultados da Busca do termo “sexo” entre 2004-2011

Já o termo “sexo virtual”, no mesmo período, tem a seguinte procura:



Figura 3-Busca do termo “sexo virtual” no Google Trends

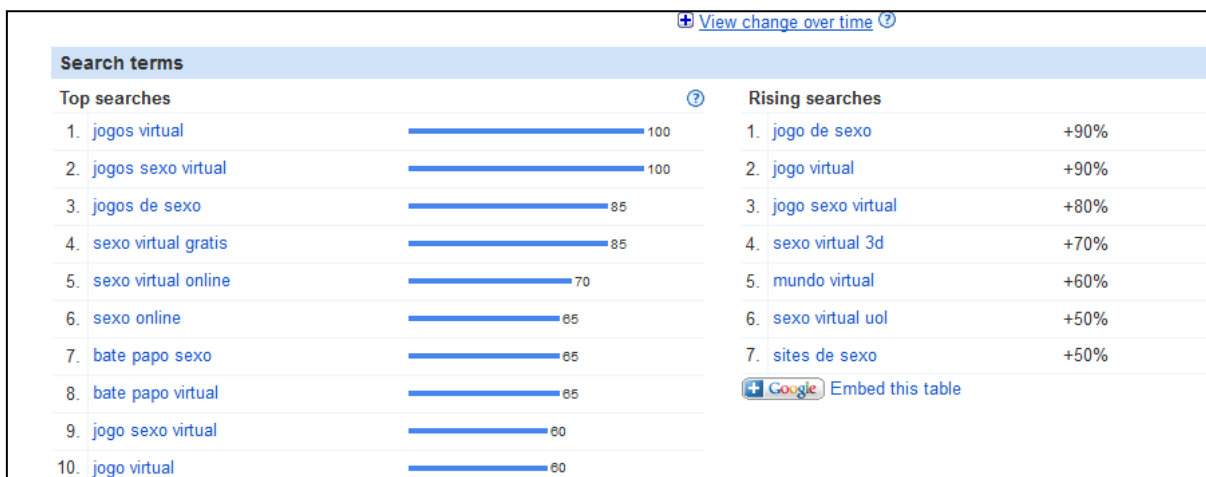


Figura 4-Resultados da Busca do termo “sexo virtual” entre 2004-2011

O impacto da internet na sexualidade humana pode ser sentido de diversas maneiras. Döring (2009), fez uma extensa revisão bibliográfica - cobrindo 15 anos de pesquisa - sobre como esses impactos aconteceram. A autora chama de “internet sexuality” ou de OSA (online sexual activities – atividades sexuais online) os conteúdos e atividades relacionados às práticas sexuais na internet. Ela classifica as atividades sexuais em seis áreas, mostrando como a internet trouxe modificações, novas configurações e possibilidades de engajamento em diferentes áreas do comportamento. São elas:

- 1- **Pornografia** - Utilização da internet para acessar material comercial e não comercial, bem como produzir, distribuir e discutir este material (texto, fotos, vídeos, etc)
- 2- **Sex shops** - Uso da internet para obter brinquedos e produtos relacionados a sexo.
- 3- **Trabalho sexual**- Uso para marketing das atividades tradicionais, como prostituição, turismo sexual e para as novas formas de trabalho sexual online, tais como shows via webcam. Este inclui uma interação em tempo real entre cliente e profissional, seja on ou offline. As interações são mediadas por trocas financeiras.
- 4- **Educação sexual** – Utilização para busca de informação sobre atividades sexuais, fóruns onde os pares se aconselham, ou buscam aconselhamento profissional.
- 5- **Contatos sexuais** – Uso para duas formas de contato: contatos individuais iniciados para praticas exclusivamente online (cibersexo) e contatos que levam a encontros offline. Os encontros ocorrem sem trocas financeiras.

6- **Subculturas sexuais-** Uso para encontrar indivíduos que mantêm preferências ou orientações sexuais que não são as tradicionais, e que têm dificuldade em encontrar pessoas parecidas. As atividades envolvem troca de informação, suporte social, ativismo e visam reunir os indivíduos em grupos. Essas minorias se utilizam de comunidades virtuais, websites, etc. para a manutenção do grupo.

A possibilidade de se usar a internet para atividades sexuais, por suas características específicas, parece ter grande potencial adictivo. Segundo Cooper (2000), a estimulação sexual na internet segue um padrão que o autor chama de Triple A Engine: *accessibility*, *anonymity* e *affordability* (acessibilidade, anonimato e acessibilidade econômica). Para os autores, estes são os três principais padrões que levam os sujeitos a ficarem dependentes. Além disso, Putnam e Maheu (2000) acreditam que no sexo virtual o reforçador do orgasmo é conseguido de maneira muito rápida e acessível, fazendo que o sujeito sempre procure por ele.

Entretanto, nem todos os usuários que buscam atividades sexuais na internet são considerados dependentes. Cooper, Delmonico e Burg (2000) destacam, em sua pesquisa, três grandes grupos de usuários que utilizam a internet para fins sexuais. A maioria dos usuários que acessa pornografia faz apenas um uso recreativo, procurando o material por curiosidade e para se satisfazer; não costuma ter problemas associados a comportamentos sexuais. Haveria outros grupos menores de usuários: os que ele considera como de risco e os compulsivos. Os usuários de risco são aqueles que não desenvolveriam uma patologia se não fosse a disponibilidade da internet. Esses indivíduos usam a internet em uma quantidade moderada de tempo, que pode se tornar compulsiva, caso o padrão de uso aumente. Os usuários que têm compulsão sexual acabam usando a internet como mais um fórum para suas atividades sexuais. Para pessoas deste grupo em particular, o poder do isolamento, fantasia, anonimato e a acessibilidade econômica, em interação com fatores de personalidade, podem aumentar o uso das atividades sexuais online até um ponto onde o sujeito se sente sem controle da situação. Ainda o autor relata que, com relação a gênero, há uma predominância do sexo masculino (79%).

Carnes, Delmonico e Griffin (2001) acreditam que existem cinco fatores importantes para se compreender a dependência de sexo virtual: acessibilidade, isolamento, anonimato, baixo custo e fantasia. O material sexual está acessível 24 horas por dia, 7 dias por semana. O acesso pode ser realizado de qualquer lugar: trabalho, lan houses, escolas, universidades, etc. O isolamento providencia a oportunidade perfeita para o sexo virtual, que propicia a entrada na fantasia de preferência, sem riscos de doenças sexualmente transmissíveis ou distração da

realidade. Separado do mundo externo, os usuários podem criar a justificativa e a racionalização necessária para convencer a si mesmo e aos outros de que seu comportamento é ao mesmo tempo de vítima e inofensivo. Ao mesmo tempo, propicia a oportunidade perfeita para desenvolver fantasias sexuais sem medo de rejeição.

Os autores também usam três critérios como indicadores de comportamento problemático na internet. Estes são compulsividade (perda da capacidade de escolher livremente entre continuar ou manter o comportamento), continuação apesar das consequências (continuar com o comportamento apesar de consequências adversas, tais como perda de saúde, emprego, relacionamentos, casamento ou liberdade) e obsessão (estar preocupado, com foco exclusivo no comportamento sexual, excluir parte da vida e pouca preocupação com as consequências do comportamento).

Young *et al* (2008) modificando um pouco os conceitos de Cooper, Delmonico e Burg, acreditam que há um padrão chamado de ACE : Anonimato, Conveniência e Escape. Sendo anônimo, o usuário se permite experimentar coisas diferentes online que não faria presencialmente. A conveniência está ligada ao fato de que essas fantasias são bem aceitas no ciberespaço. O escape está relacionado ao uso das atividades sexuais para escapar ou distrair-se de dificuldades e problemas pessoais. Segundo estes autores, estas são três fontes poderosas e sedutoras para a manutenção do comportamento sexual online e para a manutenção da dependência. Young entende que este comportamento pode ser um mecanismo de *coping* para lidar temporariamente com os problemas. Porém, esse mecanismo com o tempo fica improdutivo e danoso, pois começa a provocar outros problemas maiores. Outra motivação para o uso é que a internet propicia uma forma de liberação de desejos sexuais escondidos ou reprimidos.

Mas como diferenciar os dependentes de cibersexo dos dependentes de sexo tradicionais? Alguns autores entendem que não há uma discriminação relevante entre eles. Cooper (2000) acredita que existem usuários que já são dependentes de sexo e que também se utilizam da internet, mantendo o mesmo comportamento na vida offline. Haveria uma população de risco, porém, que não seria previamente dependente de sexo, mas que, devido às facilidades da internet, acaba por se tornar dependente exclusivamente de material virtual. Young (2008) faz questão de diferenciar o diagnóstico de compulsão por cibersexo do diagnóstico tradicional de compulsão sexual, dizendo que muitos dos dependentes fazem o comportamento exclusivamente online e não tinham nenhum outro diagnóstico de dependência sexual anterior a utilização da internet.

Uma das diferenças que podem ser apontadas é que na literatura o dependente de cibersexo é apontado como alguém que desiste de ter relações sexuais com o parceiro/ parceira (YOUNG, 2008), ao contrário dos dependentes de sexo tradicionais, que mantêm uma vida sexual ativa junto com seus parceiros e uma vida paralela (VIEIRA, 2006).

Independente das divergências de diagnóstico, as consequências negativas relatadas pelos pacientes se referem ao isolamento, aos conflitos conjugais e a falta de cuidado com a privacidade. Esta última pode atingir crianças e adolescentes, que podem estar na casa e se depararem com cenas de masturbação do dependente.

4.2 Comunicação via internet

Uma das principais funções da internet é a comunicação. Young chama a este tipo de adicção de ciber-relacionamentos. A comunicação pode ser de forma síncrona (instant messengers), assíncrona (tais como e-mails), e mista (tais como as redes sociais, que apresentam ambas as possibilidades). Com a entrada das redes sociais, os relacionamentos estabelecidos na internet não se configuram mais como apenas virtuais, como Young apontava no princípio da popularização da internet. Eles se desenvolvem entrelaçados de forma intensa com os relacionamentos offline.

Nos primórdios da internet, e ainda em diversos ambientes encontrados ainda hoje, a internet permite anonimato e muita interação por texto, além da possibilidade de encontro de uma gama muito grande de sujeitos. Levine (2000) acredita que os relacionamentos iniciados pela internet apresentam cinco componentes importantes: (a) proximidade e frequência de contato; (b) auto-apresentação (c) similaridade (d) reciprocidade e (e) expectativas e idealizações. Essas características da comunicação virtual dão o tom e fazem com que esse tipo de comunicação seja considerada como viciante por diversos usuários.

Algumas pesquisas mostraram que indivíduos solitários e deprimidos desenvolvem a preferência por interações online (CAPLAN, 2003; LAVIN; YUEN; WEINMAN et al., 2004; MILANI; OSUALDELLA; DI BLASIO, 2009; MORRISON; GORE, 2010; NEO; SKORIC, 2009). Entretanto, outros autores discordam e acreditam que as relações estabelecidas via internet são bastante semelhantes às offline (CAMPBELL; CUMMING; HUGHES, 2006; GROHOL, 1999; LEVINE, 2000; VAN ZALK; BRANJE; DENISSEN et

al., 2011). Parece não haver diferenças significativas no uso da internet para se comunicar entre homens e mulheres de diversas idades (THAYER; RAY, 2006).

Selfhout *et al.* (2009) fazem uma breve revisão sobre os principais atrativos da comunicação online. O autor mostra que suas características de comunicação um para um, em tempo real, com formato privado, parecem facilitar a comunicação e permitir um espaço para um bom treino de habilidades sociais para os adolescentes, sendo um meio relativamente seguro para essas práticas. O autor aponta também que, com o aumento da individualidade e a distância física entre os indivíduos nos países industrializados, há menos oportunidades para socialização, sendo que a internet facilita os contatos humanos (SELFHOUT; BRANJE; DELSING *et al.*, 2009)

Além das formas mais conhecidas de comunicação na internet (chats, emails, etc), o fim da década de 2000 traz como principal instrumento de comunicação as redes sociais. As mais conhecidas no Brasil são o Orkut e o Facebook. Alguns autores já falam sobre dependências específicas destas ferramentas, que em inglês são conhecidas como Social Networks (SNS) (ELPHINSTON; NOLLER, 2011; KUSS; GRIFFITHS, 2011).

Acredita-se que a maior motivação para o uso de redes sociais é manter e estabelecer relacionamentos construídos on e offline. Além disso, muitos usuários podem se utilizar dos perfis de forma egocêntrica, procurando mostrar-se do melhor modo possível. Ambas as possibilidades podem conter características adictivas. As mulheres parecem se utilizar das redes sociais mais para se comunicar, enquanto os homens procuram compensação social, aprendizagem e gratificações com relação a identidade social (KUSS; GRIFFITHS, 2011).

Além do computador, hoje os smartphones são utilizados para acessar a internet, propiciando um contato constante com as redes sociais. A comunicação é feita de modo on e offline, simultaneamente, pois se atende ao celular conversando com outras pessoas.

Encontrar companhia na internet também é um forte motivo para o uso. A internet oferece a possibilidade de encontrar parceiros e amigos e é motivada pela necessidade de companhia (MCMILLAN; MORRISON, 2006).

Assim como os relacionamentos sexuais, os relacionamentos amorosos também têm grandes mudanças com a entrada da internet. Diversas atividades podem ser realizadas, como, por exemplo, a busca por um parceiro amoroso (DELA COLETA; DELA COLETA; GUIMARÃES, 2008; DONNAMARIA; TERZIS, 2009); os namoros virtuais (CORNWELL; LUNDGREN, 2001); o romance entre avatares em mundos virtuais (CRAFT, 2012).

Os relacionamentos amorosos offline também foram impactados com o mundo virtual. O controle das atividades online do parceiro parece afetar muitos casais e trazer crises para os relacionamentos. O ciúme e as brigas relacionadas ao uso das redes sociais se tornaram frequentes (ELPHINSTON; NOLLER, 2011). As concepções do que considerar como “traição”, quando esta é mediada pelo computador ficam difíceis de definir (YOUNG, 2004).

As atividades relacionadas a conquista amorosa na internet são apontadas como tendo grande capacidade adictiva. Muitas vezes, a conquista online também envolve a busca de atividades sexuais, que já foram citadas anteriormente.

4.3 Compulsão à navegação

A navegação é uma das formas mais antigas do uso da rede. A busca por informações na internet parece ter grande potencial adictivo, e, portanto, Young chamou a esta atividade viciante como “excesso de informação”. As buscas têm o objetivo de procurar e adquirir informações, de forma ativa e com propósito. A satisfação é grande quando se encontra a informação desejada (MCMILLAN; MORRISON, 2006).

A internet é o maior repositório de informações que a humanidade já teve. Além da imensa quantidade de informação, a web tem como características o sistema de hiperlinks, onde um website leva a outro, e outro, rumo a uma navegação infinita. Navegar na internet é uma das principais atividades realizadas pelos usuários (VAS; GOMBOR, 2009; YANG; TUNG, 2007). A diversidade de idéias, assuntos, atitudes e opiniões divulgadas na internet mudam as perspectivas dos usuários constantemente (CHOU; CONDRON; BELLAND, 2005).

Entretanto, dentre as atividades consideradas como adictivas, a navegação costuma ser apontada como uma das menos utilizadas pelos considerados dependentes (CHAK; LEUNG, 2004).

4.4 Jogos eletrônicos

Young havia classificado a compulsão a jogos eletrônicos como “Compulsões do computador”. Entretanto, como os jogos mudaram desde então, preferiu-se agrupar, na categoria Jogos Eletrônicos, todos os jogos que exigem como mediação a internet, o que

inclui o jogo patológico, classificado por ela em outro item. Foram selecionados apenas os tipos de jogos mais frequentemente associados ao uso patológico de internet.

4.4.1 MMOGs- Multimassive online games

Os jogos conhecidos como MMOGs (Multi Massive Online Games) e os conhecidos como MMORPGs (Multi Massive Online Role Playing Games) são apontados como uma atividade de potencial adictivo muito grande, desde a época dos antigos jogos de texto, conhecidos como MUDs (Multi User Domain). Atualmente, o jogo mais conhecido é o World of Warcraft (WoW), jogo com tema sobre o universo de J.R.R. Tolkien, que conta com 11,4 milhões de jogadores no mundo todo, segundo a Blizzard Entertainment (BLIZZARD, 2012). Mas existem diversos outros jogos online que também são jogados em rede, com temáticas diversas.

Na Ásia, muitas pesquisas são conduzidas com relação a este assunto, pelo grande sucesso comercial que estes jogos fazem em países como Coréia e China. Devido a grande utilização e a seus consequentes problemas, o governo destes países dá grande incentivo às pesquisas na área. Esses jogos estariam contemplados na classificação que Young denominava como “Adicção ao computador, envolvendo jogos no computador”.

Esses jogos têm como características principais a imersão em realidade virtual primorosamente simulada, o contato social intenso com outros jogadores e sua permanência - independente do jogador, o mundo virtual continua existindo (SNODGRASS; LACY; DENGHAH II et al., 2011). Um MMORPG geralmente apresenta um lugar bem semelhante ao mundo real, mas com componentes mágicos e fantásticos. Os jogadores podem se envolver em uma variedade de interações com outros jogadores através de batalhas, comércio, vendas de itens valiosos, namoros e sexo virtual, aventuras feitas pelos programadores. O objetivo principal no início é melhorar o personagem, adquirindo armas e equipamentos. Com a interação social, os jogadores adquirem outros objetivos como participar de clãs, guildas, campeonatos, coleções de itens, aventuras em grandes grupos, missões, etc.(FORTIM, 2004a).

Sublette e Mullan (2012) fizeram uma revisão bibliográfica, sintetizando quais são os principais efeitos de se jogar online, mostrando quais os efeitos positivos e negativos. O impacto dos videogames online nas vidas sociais dos jogadores parece ser ambivalente: ao mesmo tempo em que aumentam a socialização online, a offline fica reduzida, pois os

jogadores preferem se comunicar online do que face a face. Outros estudos apontam que apenas em casos de dependência existem alterações na vida social dos jogadores. As autoras apontam que, apesar do sensacionalismo da mídia, há evidências inconclusivas de que o uso regular de MMOGs causem efeitos negativos na vida psicossocial dos jogadores. Quanto a questão da violência nos jogos, é possível que as pessoas já consideradas como mais agressivas procurem entretenimentos mais violentos, mas não há evidências de que os games causem atitudes violentas e agressivas.

Entretanto, as autoras apontam que existem pesquisas que mostram que alguns jogadores usam o videogame para outras finalidades além do entretenimento, tais como escapar da vida real. Também não existem evidências de que há efeitos negativos na vida acadêmica e nem no trabalho dos jogadores comuns, sendo estes problemas específicos dos dependentes. Apenas sujeitos classificados como dependentes ou usuários patológicos sofrem de consequências negativas como perda de sono, conflito, tolerância, abstinência, ansia e recaída.

Assim como nas atividades sexuais, a grande massa de jogadores parece não ter problemas, mas há um pequeno grupo afetado pela dependência deste tipo de jogo (HUSSAIN; GRIFFITHS, 2009a; YEE, 2006). Charlton e Danforth (2007) consideram que talvez seja inapropriado usar alguns critérios prévios para dependência quando se pesquisa as dependências tecnológicas. A pesquisa diferencia quais seriam os critérios essenciais dos critérios periféricos para o diagnóstico. Os autores fazem esta diferença pois acreditam que itens como saliência, tolerância e euforia são critérios importantes, mas não cruciais e fazem parte do uso adequado de jogos. Portanto há uma importante distinção entre os jogadores de MMOGs que são considerados como tendo alto envolvimento daqueles considerados como dependentes.

É consenso entre diversos pesquisadores que o excesso desses jogos é prejudicial e pode trazer muitas consequências negativas aos usuários, tais como problemas físicos (fadiga, dor física, redução do tempo de sono, pular refeições) ; problemas na vida pessoal (conflitos com a família e/ou amigos, baixa interação social) e problemas acadêmicos e profissionais (falta às aulas ou ao trabalho, desempenho ruim) (GRIFFITHS, 2008; HSU; WEN; WU, 2009; HUSSAIN; GRIFFITHS, 2009b; LIU; PENG, 2009; PETERS; MALESKY, 2008; SMAHEL; BLINKA; LEDABYL, 2008). As consequências negativas podem ser diversas, tais como sentimentos de isolamento, depressão, baixa autoestima (SCHMIT; CHAUCHARD; CHABROL et al., 2011).

Os games podem ser vistos como atividades que proporcionam uma regressão à infância. Para Aboujaoude (2011) o uso excessivo e a dependência de jogos virtuais faz com que o jogador se sinta novamente na infância, onde os erros são mais tolerados. Seria uma nostalgia das ações sem grandes consequências, uma vez que nos jogos virtuais é possível “morrer” e “errar” inúmeras vezes. O uso dos jogos traria uma infantilização dos adultos, que ficam muito tempo ocupados com isso, deixando de lado atividades adultas e responsáveis. Isso também implicaria em que eles deixam de ser modelos adultos para as crianças e jovens.

Snodgrass *et al* (2011) entendem que a experiência que o usuário tem no WoW seria similar a um “transe xamânico”, experiência de cura conhecida em muitas culturas. Este transe, ou “vôo mágico”, como os autores se referem, seria uma forma de lidar com stress e sentimentos negativos e teria efeitos benéficos e positivos em muitos sujeitos. Entretanto, outros sujeitos abusariam deste mecanismo, tornando-se assim dependentes desta experiência, que de benéfica passaria a ser negativa.

Turkle (2011) acredita que não há nada de errado com os jogos de computador. Mas eles devem ser vistos como uma diversão, e não como uma alternativa à vida. Para ela, jogos como World of Warcraft ou Civilization podem proporcionar uma experiência similar aos de jogos de cassino: seu objetivo não é ganhar, mas apenas estar lá. Assim como os viciados em jogos de azar, os jogadores MMOGs apenas querem jogar, pois ficam confortáveis neste padrão. Os jogadores investem em um novo padrão psíquico, pois os jogos são um lugar onde as coisas acontecem de maneira diferente, mas sempre da mesma forma. O jogo os deixa tão ocupados que não há espaço para mais nada.

4.4.2 Jogos de azar

Na língua inglesa, há uma diferenciação de termos quando se trata do assunto “jogos”. O termo “gaming” fica reservado ao universo dos jogos eletrônicos e é diferente da experiência conhecida como “gambling”, que se refere aos jogos de azar e de apostas a dinheiro. Em português, entretanto, para ambos os casos traduz-se como “jogo”.

Existem diversos trabalhos que se referem ao jogo patológico exercido exclusivamente online. As pesquisas apontam que os motivos para tornar o jogo online atrativo estão relacionados à sofisticação dos softwares de jogos; o sistema integrado que permite acesso a dinheiro de forma digital; o realismo; o sistema de apostas remoto e as competições entre os jogadores.

Também são apontados como facilitadores do jogo patológico pela internet os seguintes pontos: a possibilidade de fazer as apostas de casa ou do trabalho, simultaneamente a outras atividades; o acesso 24 horas por dia; possibilidade de jogar de forma anônima; diminuição do preconceito social. Os autores também apontam que o uso da internet para jogar é baixo, comparado a outras formas, tais como cassinos e loterias (BRODA; LAPLANTE; NELSON et al., 2008; GRIFFITHS, 1999; GRIFFITHS, 2003; GRIFFITHS; PARKE; WOOD et al., 2010; GRIFFITHS; PARKE, 2010; LABRIE; KAPLAN; LAPLANTE et al., 2008; LAPLANTE; SCHUMANN; LABRIE et al., 2008; NELSON; LAPLANTE; PELLER et al., 2008).

4.5 UPI- Definição proposta para este trabalho

Pensar o uso patológico de internet não é tarefa fácil, pois muito há que se pesquisar ainda sobre o assunto. Há três pressupostos fundamentais nos quais este trabalho se baseia. O primeiro é pensar o UPI como um transtorno específico, passível de ser catalogado um dia. O segundo é que, apesar de ser específico, tem alto grau de comorbidade com outros transtornos. Fica muitas vezes impossível diferenciar a dependência de internet da dependência de sexo ou de jogo patológico. Esses transtornos já existem, mas parecem utilizar a internet como catalisador.

Creio também ser um diagnóstico específico porque pensar na dependência de MMOGs e na de navegação, sem a internet, não tem sentido. Estas são atividades viabilizadas unicamente na plataforma online. Não há registrado na literatura a dependência por RPGs de mesa ou a dependência por livros.

O terceiro pressuposto é que não é possível se pensar em UPI sem conteúdo específico. Apesar de parecer haver alguns usos patológicos generalizados, o mais usual é que os pacientes apontem como problemático algum determinado conteúdo, como por exemplo sexo, jogos de RPG online e comunicação com os outros. Isso não quer dizer, entretanto, que os sujeitos restrinjam seus usos. Podem se utilizar da internet de diferentes formas, mas consideram que o problema são alguns usos específicos. Por exemplo, o usuário muitas vezes refere utilizar e-mails, entrar em redes sociais, baixar músicas e filmes, mas aponta que o uso problemático é a sala de chat.

É importante compreender qual a função que a internet desempenha na vida do sujeito, sem se ater especificamente aos diversos aplicativos. À guisa de exemplo, os usuários podem se

utilizar de chats, fazer download de vídeos eróticos e usar a webcam com fins de conseguir excitação sexual. Portanto, o uso da internet deve ser compreendido pela sua função- neste caso, obter prazer sexual.

Ainda, o termo “uso patológico de internet” foi escolhido pela crença de que a internet não é, em si, maléfica ou ruim. No entanto, existem usuários que podem dar um uso patológico a internet, enquanto outros dão um uso saudável e adequado. O critério para considerar alguém como usuário patológico será o de que o uso tem consequências graves, negativas e autodestrutivas para a vida do sujeito.

5 O fenômeno da dependência pela Psicologia Analítica

Há poucas referências específicas a dependências, tanto químicas como não- químicas na obra de Jung. Em “Estudos psiquiátricos” (1903/2011), o autor relata uma série de casos, onde faz referência ao alcoolismo e a “deficiência moral” de quatro pacientes. Apesar de Jung não se referir a estes casos como uma patologia específica, muitos dos casos aos quais Jung se refere como “diagnósticos de deficiência moral”, talvez hoje pudessem ser entendidos como dependências. Independente de outros diagnósticos que os pacientes pudessem ter, é possível que houvesse a manifestação de dependências químicas (o alcoolismo) e não- químicas. Será que a Senhorita C. (§206), por exemplo, hoje poderia ser diagnosticada como compradora compulsiva, pelo relato de seu comportamento? A paciente gastava muito mais do que possuía sem preocupar-se com sua situação financeira; “sentia-se compelida ainda por muito tempo a comprar chocolate quando passava perto de uma confeitaria. Distribuía então os chocolates às crianças na rua”; “para satisfazer suas paixões, tomava emprestado dinheiro de qualquer um e da forma mais leviana”. Jung aponta que esta paciente não apresentava alcoolismo, mas sim que este havia sido substituído por um “forte abuso de doces” - talvez um transtorno alimentar compulsivo?

Mas, nesta época, não era assim que Jung entendia estes casos. Considerava-os como uma distímia maníaca. Para ele, o alcoolismo, a criminalidade e a insanidade moral eram sintomas dependentes do estado hipomaníaco. A contribuição importante de Jung nesta época foi entender estes casos com um fator emocional preponderante, e não como uma questão de debilidade mental. Considerava que estas eram pessoas com *temperamento excessivamente sanguíneo* e que o processo intelectual estava calcado no processo emocional, contra o qual os argumentos e juízos racionais não eram capazes de influenciar a vontade.

Posteriormente, em “Tipos Psicológicos” (1921/1991) afirma que o alcoolismo é um dos perigos da personalidade extrovertida, uma vez que ela é dependente da realidade exterior e promove uma superadaptação a ela. No inconsciente pode haver uma ruptura em que os elementos subjetivos sofrem repressão. Uma vez reprimidos por razões culturais, poderiam levar a neurose ou ao abuso de narcóticos como o álcool, morfina, cocaína etc. Entretanto, Jung entendia que os homens eram mais suscetíveis ao alcoolismo e outros vícios do que as mulheres, pois eram exteriormente mais fortes devido a sua lógica e objetividade masculinas.

A compreensão de Jung era de que as dependências como o alcoolismo poderiam ser um problema espiritual. É conhecida a troca de cartas entre Jung e Bill Wilson, um dos

fundadores dos Alcoólicos Anônimos. Bill cita o caso de Roland, um paciente que Jung atendeu e que era alcoólatra. Jung teria dito que talvez a única esperança para o paciente fosse uma experiência espiritual ou religiosa- uma conversão. Jung responde a essa carta dizendo que *“A ânsia dele por álcool equivalia, num nível inferior, a sede espiritual do ser pela plenitude- ou, em linguagem medieval, pela união com Deus”* (apud Bauer,1982,p.157).

Como diz Bauer (1982) talvez seja mais frutífero buscar na obra de Jung os dinamismos arquetípicos que expliquem melhor os padrões de dependência, ao invés de procurar referências específicas sobre a questão.

Nos estudos dos pós- junguianos há pouca literatura sobre as dependências comportamentais, sendo que os autores se preocuparam mais com as dependências químicas: álcool e drogas. Portanto, a revisão que se segue procura apreender quais são as principais explicações para o fenômeno da dependência na literatura junguiana, tomando por modelo a dependência química. É evidente que existem diferenças pelo fato das dependências não-químicas não envolverem o uso de substâncias e sim comportamentos, mas, para muitos autores, o mecanismo do comportamento adictivo é bastante semelhante em ambos os casos. Assim, serão citados autores junguianos que tratam da questão das dependências farmacológicas, por estas fornecerem um importante paralelo com a questão das dependências comportamentais. Portanto, as especificidades do consumo de fármacos não entram em destaque na revisão.

Parece haver quatro grandes troncos de explicação, dentro da Psicologia Analítica, para o fenômeno das dependências. Seriam eles: o arquétipo do herói e seus ritos; uma relação com o dinamismo arquetípico dionisíaco; uma relação de simbiose / ruptura com o dinamismo matriarcal e uma relação entre Persona e Sombra. Em seguida, outras explicações também são colocadas.

5.1.1 Arquétipos: o herói, a criança abandonada e o curador ferido

Zoja (1992) em seu clássico livro “Nascer não basta”, entende que a questão da dependência e do uso de drogas está relacionada com a falta de ritos de passagem formais em nossa sociedade. No mundo em que vivemos, o consumo de substâncias parece ser um eco inconsciente dos antigos rituais de entrada, onde o jovem era promovido a uma posição superior. O consumo de drogas estaria relacionado a uma necessidade de transcender e de uma nostalgia do sagrado. A dependência de drogas faria, de forma inconsciente, o papel de uma experiência religiosa para o homem comum. *“Pode-se”,* com ela, *“experimentar o*

numinoso: por isso, qualquer outra experiência passa a ser insignificante e a pessoa se volta para a droga” (ZOJA, 1992, p. 122).

Zoja acredita que no dependente há a presença de uma instância arquetípica personificada no que é chamado de “herói negativo”, que seria representado na necessidade arquetípica de transcender o próprio estado a qualquer preço, mesmo a custa de meios danosos para a saúde física. As drogas representam uma fuga a outro mundo, como uma ingênua e inconsciente tentativa de conseguir identidade e papéis definidos, mesmo que negativamente. O autor aponta que isto não é uma fuga da sociedade, mas sim uma tentativa desesperada de ocupar um lugar nela.

Zoja ainda aponta que a dependência poderia ser decomposta em três elementos: a tolerância orgânica, o hábito psicológico (uma forma de condicionamento) e uma tendência arquetípica, um elemento sacro: uma tendência a rituais, a ideologização e ao esoterismo nos atos de consumo. As drogas seriam vistas fantasiosamente, como uma dimensão a mais na vida psíquica que a estreiteza da vida cotidiana nos impede de tocar, mas que por intermédio de formas apropriadas podem se revelar a nós. Considera que a experiência da droga e da dependência é comum em homens que não conseguem aceitar a condição humana da vida, com suas frustrações e contrastes.

Assim como Zoja, Palomo (2006) entende que a problemática com a dependência química remeta a uma analogia com o herói, que na tentativa de impulsionar o ego no sentido da transformação aprisiona-se quando em contato com o numinoso. Os rituais de descida do espaço luminoso da consciência em direção a penumbra do inconsciente dão-se de maneira repetitiva em diversas etapas da vida, como o movimento arquetípico de estruturação e ampliação da própria consciência. O uso de substâncias químicas constitui um importante facilitador de tais vivências, podendo ser compreendido como uma forma contemporânea de ritualizá-las. Entretanto, nas dependências estamos falando de um herói inflado, identificado com o poder transformador que glorifica a façanha, mas que se esquece do sacrifício necessário para consegui-la. O autor sugere que o dependente tem um ego que se identifica com o arquétipo do herói, mas nega as etapas necessárias e difíceis para a transformação de si mesmo.

Também Bloise (2006) entende que há paralelos entre o mito do herói e a questão da dependência x independência dos pais. Na adolescência a independência é uma conquista, e nessa crise podem ocorrer tendências regressivas com a reativação dos antigos padrões de dependência. A dependência de drogas surgiria nesta fase como uma tendência regressiva.

Os três autores acima fazem questão de levar em conta a dança com a morte que a droga proporciona, como uma experiência de morte e renascimento.

Addenbrooke (2011) acredita que aparecem três arquétipos principais na questão da adicção: o arquétipo da criança perdida, incorporada por quem foi abandonado e traumatizado na infância; o arquétipo do herói negativo, incorporado por aqueles que seguem um caminho de excitação durante a adolescência e o arquétipo do curador ferido, incorporado por aqueles que não são mais dependentes, mas que, por já terem passado por essa experiência, trabalham para ajudar os outros.

5.1.2 O dinamismo arquetípico de Dionísio

Bauer (1982) acredita que o dinamismo arquetípico das consciências apolínea x dionisíaca seria a melhor forma de entender a questão das dependências. Segundo a autora, Jung aponta que o elemento dionisíaco, que contempla a embriaguez e a possessão teria sido reprimido pela igreja cristã, que transformou esses elementos no demônio.

Os dependentes seriam pessoas possuídas pelo lado escuro do arquétipo dionisíaco negligenciado. Bauer acredita que o alcoolismo é um modo de agir anti-Persona. Muitos dependentes teriam a configuração de mostrarem-se com uma Persona apolínea e rígida, e viverem na Sombra seus aspectos dionisíacos e de libertação. Por intermédio do álcool seria possível vivenciar essa Sombra negligenciada. O álcool seria uma ponte para um mundo onde tudo pode acontecer, onde não é necessário manter a Persona e é possível assumir “um outro eu”.

Outro ponto importante que a autora levanta é que esse outro eu gera a questão do segredo e da manutenção de uma vida paralela. Os dependentes experimentam o lado jubiloso de Dionísio, o grande libertador, mas em seguida seus aspectos mais sombrios, como a loucura, a selvageria e a destrutividade. São ligados a ele pelos laços do segredo, da compulsão e da adoração.

Loureiro e Lescher (2006) mostram como o dinamismo arquetípico relacionado a Dionísio está ligado a experiência do prazer, cuja natureza revela-se essencialmente na experiência libertadora de ser um outro, na necessidade humana de suspensão temporária de um eu tarefeiro. Pode ser também a experiência de ser tomado por um novo ritmo, pela intensidade da vida erótica, pela libertadora vivência de esquecer-se de si mesmo. Segundo os autores, *“não há fronteiras claras, mas embaralhadas, porque Dionísio rege a ilusão, é o deus de*

múltiplas máscaras que sorri e se irrita, que dá o sono benevolente ou dá o assalto dilacerante do homem, sem nenhuma previsibilidade; que pode possui-lo de forma terrível ou benevolente.” (p.23) Nas dependências, haveria uma ambiguidade típica deste deus: seria ao mesmo tempo uma experiência libertadora e aprisionante. O dependente não reconhece a presença sombria do outro dentro de si, mas sim vive a experiência como uma possessão; sem reconhecer Dionísio, ele tenta submetê-lo ou aprisioná-lo, sem sucesso.

Palomo (2006) também acredita que a melhor expressão mitológica da dependência encontra paralelo no mito de Dionísio, dizendo que o estado de dependência seria uma identificação com o princípio dionisíaco; haveria uma dificuldade de elaboração dos símbolos predominantemente matriarcais mobilizados por este arquétipo. O autor também diz que a vivência dionisíaca, quando estruturante, abre caminho para a criatividade e a ampliação da consciência.

Schoen (2009) discorda que Dionísio possa ser uma metáfora para a dependência. O autor acredita que Dionísio mostra uma experiência de excesso e êxtase, mas contida dentro de momentos específicos. Apesar das Menades de Dionísio ficarem enfurecidas e destroçarem homens e animais quando estão embriagadas, isso só ocorre dentro de determinados momentos rituais de espaço e tempo. Essas mulheres não ficam, de acordo com o mito, bêbadas o tempo todo e fora de controle. Seu comportamento parece ser prescrito dentro de limites claros e de rituais religiosos. O mito parece dizer sobre excesso e abuso, e não sobre dependência.

5.1.3 O dinamismo matriarcal

Silveira (1995) entende que não há uma especificidade estrutural do dependente de fármacos, entendendo a questão não como uma doença, mas sim como uma conduta. Considera o dependente como alguém que vive uma realidade objetiva/ subjetiva insuportável. A droga torna-se assim a única possibilidade de alterar sua percepção de realidade. A relação de dependência se estabelece não do desejo de consumir substâncias, mas sim da incapacidade em não consumi-las. A dependência acaba virando a única referência estável e perene, da qual o sujeito não pode prescindir, na medida em que isto fica configurado como uma única lei possível.

Silveira diz que o dependente, por falta de uma estruturação patriarcal, é impulsionado para um universo matriarcal. Segundo o autor, com frequência nos relatos dos dependentes há a existência de uma mãe ambivalente, ao mesmo tempo superprotetora e abandonadora e um pai que abdica de seu papel, descrito como ausente ou impotente. A noção de tempo não é lógica e linear, mas sim centrada na instantaneidade.

A droga, para o dependente, o deixa em devaneio, protegendo-o da mediocridade do cotidiano; não se tratam de indivíduos com capacidade imaginativa extremamente fecunda, mas sim há um imaginário que toma a realidade e é vivenciado pelo indivíduo como tal. Na dinâmica de diversos dependentes de drogas, a fantasia seria vivida e procurada através da droga como uma realidade em si mesma, como uma “alucinação do real”, devido à ausência da capacidade de simbolização.

Tratar-se-iam de alucinações na medida em que as imagens e representações psíquicas, na ausência de simbolização, seriam experienciadas como exteriores ao eu, não podendo portanto serem abstraídas na forma de ideação. Dada sua dificuldade em elaborar o simbólico, o dependente viveria em um mundo governado pelos princípios mágicos. Uma vez que para o referencial arquetípico o mundo mágico é de forma similar simbólico, preferimos considerar o dependente como alguém possuído e escravizado pelo símbolo e, conseqüentemente, paralisado para a elaboração simbólica. (SILVEIRA, 1995, p. 33)

Silveira ainda aponta que o uso de drogas é um símbolo de algo que se manifesta na consciência, entendendo que a patologia seria a impossibilidade de viver o simbólico criativamente.

Oliveira (2004), citando Maxance, diz que o sonho do dependente é voltar a um estado original, como a androginia primitiva. O dependente grita, de certa forma, a ruptura com a Grande Mãe. São indivíduos que não toleram a falta e a abstinência; é como se fosse impossível o reconhecimento da mãe como objeto separado, havendo uma ligação que impede o movimento da libido. Parece haver faltado, ao dependente, a separação estruturante da mãe e a droga é uma tentativa de repetição deste processo.

A autora, baseada no trabalho de Galiás, diz que haveria uma dificuldade na estruturação dos papéis relacionados ao arquétipo da Grande Mãe e ao arquétipo do Pai. Se os papéis de Filho Materno (FM) e Filho Paterno (FP) tiverem sido bem estruturados, o jovem tem condições de experimentar a droga sem desenvolver dependência, uma vez que Logos e Eros estão integrados, havendo coexistência entre lei e prazer. Se os papéis não estão bem estruturados, o risco da dependência é grande. Segundo Oliveira (2004), na dependência de drogas é comum o indivíduo apresentar excesso de confiança associado a dinâmica matriarcal.

Oliveira (2005) é uma das poucas autoras a se referir às dependências não- químicas. Tratando sobre jogo patológico, a autora percebe que há diferenças nos padrões de comportamento entre os dependentes químicos x não-químicos. Os principais motivos apontados pelos dependentes para manter seu comportamento são a solidão, o tempo ocioso, a depressão, carências, fuga de conflitos. Para a autora, os dependentes de jogo constroem um patrimônio baseado na Persona, que se desmorona com o decorrer do tempo. Os jogadores têm ou tiveram sucesso no trabalho, e muitas mulheres passaram grande tempo identificadas com o arquétipo da Grande Mãe.

Ao contrário do uso de drogas, que tem uma questão muitas vezes calcada na adolescência, muitos dependentes comportamentais já são mais velhos e enfrentam outras questões. São sujeitos que se consideram vencedores, mas que não têm condição egóica para sustentar essa condição, pondo a perder tudo o que construíram até então. É a partir disto que existe a possibilidade de transformação e do abandono de papéis estereotipados. Diferente dos usuários de drogas, os jogadores são pessoas que passaram a vida toda dizendo sim aos outros, mas não a si mesmas. A defesa patriarcal é rígida e bem estruturada, mas a ferida matriarcal desses sujeitos é grande. Geralmente de provedores passam a dependentes. São sujeitos que precocemente tiveram que exercer o papel materno sem terem desenvolvido condições para tal.

Perera (1999) faz um paralelo das dependências com o mito da deusa celta Maeve. Maeve é uma figura da mitologia cujo nome significa “aquela que intoxica”. Perera faz uma análise simbólica desta figura, que, ao mesmo tempo que traz o êxtase e a dependência também é capaz de trazer a cura.

Em sua perspectiva, a dependência, seja ela química ou comportamental, parece ser como um espaço transicional, onde o dependente cria um mundo ilusório, um espaço transitório entre a vida real e suas fantasias, para não ter de encarar os problemas.

Os dependentes sentem a relação parental como fria e vazia, tendo medo de aniquilação e de abandono. Haveria uma falha no processo de desenvolvimento, onde a criança não encontra uma relação humana confiável que possa mediar as energias arquetípicas. Ao invés disso, a criança permanece com um desejo desesperado de relacionamento. O dependente não encontra uma forma de internalizar uma relação primária suficiente no relacionamento com o solo arquetípico. A autora também cita o fato de que frequentemente os dependentes são abusados, tornando-se pais substitutos ou figuras sexuais para os cuidadores. Isto impede que a criança possa desenvolver-se como filho, sendo parentificada muito cedo.

O dependente teme re-experienciar o insuportável terror da aniquilação que inundou sua consciência na infância; sofre de uma perda na confiança básica, na conexão adequada com os outros e com seu próprio valor existencial. Assim, o comportamento dependente ou o uso de substâncias seria uma forma de encontrar um meio de dominar o medo. Os dependentes procuram um espaço para um alívio seguro de seus medos de aniquilação e desespero, de depressão e de abandono e da agonia de precisar desesperadamente de uma relação parental quente e aconchegante que não puderam ter na primeira infância. A autora acredita que a dependência serve como um objeto transicional entre o arquétipo materno, a estrutura energética que a autora chama de Maeve e as necessidades da criança. O dependente permanece paralisado na necessidade arquetípica e sem esperança de encontrar preenchimento, exceto na relação de dependência, que lhe serve como objeto de constância.

Woodman (2002) também tece algumas considerações sobre os compulsivos a partir da análise do dinamismo matriarcal. A autora refere que se trata de uma confusão entre os papéis do materno negativo e do materno positivo. Nos compulsivos, o sujeito busca incessantemente um prazer que seria proporcionado pela mãe positiva, mas que, ao final das contas, fica sempre subjugado pela mãe negativa. Seria uma relação ambivalente, porque ao mesmo tempo em que o sujeito tenta se nutrir de algo positivo, acaba por se destruir. A autora acredita que estes sentimentos podem se originar na infância, com uma vivência onde a mãe pessoal finge acreditar e apoiar a criança, quando na verdade a desvaloriza e não a aceita. Conforme cita a autora,

Essa ânsia de fazer o que é proibido em geral vem de um relacionamento praticamente vitalício com a mãe negativa que está constantemente julgando. Assim, se "eu" estou fazendo o que quero, é errado e, portanto, devo fazê-lo rápida e sorrateiramente para ser possível desfrutar sem condenações esse *prazer*. (p.23)

Isso geraria também uma falta de contato com os aspectos femininos, dando um sobrevalor aos processos masculinos e racionais.

5.1.4 Sombra x Persona

Outros autores entendem que a dependência está relacionada, fundamentalmente, a uma questão com a Sombra.

Naifeh (1995) faz uma análise mostrando como os 12 passos dos Alcoólicos Anônimos se referem a processos arquetípicos de uma jornada de confronto com a Sombra. Na jornada de 12 passos, o sujeito deve declarar-se impotente diante da dependência (abdicar do controle do ego), deixar-se a mercê de uma “força maior”, (Self), admitir a natureza dos seus erros (confrontar-se com a Sombra), reparar seus erros, e sempre admiti-los (nunca se esqueça da Sombra, diz o autor). Ainda, o dependente deve estar sempre em conexão com a força superior (estar em contato com o Self) e passar a mensagem aos demais, depois de ter conseguido a superação. Naifeh acredita que esta é uma experiência de iniciação, que leva em direção a totalidade; a dependência está relacionada a regressão ao arquétipo materno e dificuldade em lidar com o arquétipo paterno.

Addenbrooke (2011) entende que a dependência de substâncias está relacionada a uma questão de aceitação dos aspectos sombrios. A autora também acredita que déficits ou perturbações na infância podem produzir uma necessidade de proteger-se de ansiedade ou angústia insuportável, fazendo com que mecanismos de defesa apareçam. A dependência seria um mecanismo de defesa que dominaria a vida, impedindo o sujeito de fazer outras coisas.

Cavaglioni (2008) relata um caso onde o paciente que sofre de compulsão sexual parece ser confrontado diretamente com o material bruto que foi reprimido e que constituiu sua Sombra. Para este paciente específico, o confronto com a meia idade (metanóia) traz o confronto com a Sombra reprimida. Entretanto, o paciente não é capaz de lidar criativamente com o processo, abandonando-se a uma dependência de sexo. O autor cita Von Franz, dizendo que os casos de compulsão sexual podem estar ligados a uma imagem negativa da alma. Cavaglioni também avalia que o método junguiano tradicional (livre associação, não diretivo) não parece ser o método mais adequado de tratamento para os casos de dependência sexual.

Woodman (2002) também aponta a compulsão como uma vivência baseada na Persona, que procura à luz do dia perfeição a todo custo; entretanto, à noite ou em momentos de solidão, o sujeito dá vazão aos seus aspectos sombrios, executando comportamentos compulsivos. O fator comum que a autora tece entre os diversos tipos de problemas, bem como o álcool e outros comportamentos repetitivos é o que irá chamar de “vício da perfeição”. A autora cita que a sociedade moderna exige perfeição em praticamente tudo: eficiência perfeita, mundo perfeito, limpeza perfeita, corpo perfeito, ossos perfeitos. Mas como a condição humana implica em imperfeição, fica praticamente impossível seguir estes ideais, sendo que algumas pessoas podem ser enredadas em comportamentos compulsivos como forma de compensação. O sujeito se esforça em desenvolver uma Persona perfeita, enquanto que seus outros aspectos são relegados à Sombra.

Schoen (2009) acredita que dependência é um processo extremamente autodestrutivo. Ele discute como alguém pode se superidentificar com a Persona, e perder sua habilidade de se relacionar com a Sombra. Essa Sombra pode ser veementemente negada ou mantida em segredo. Se uma substância ou comportamento adictivo for introduzido, isso pode funcionar como uma forma da Persona lidar com o stress provocado pelo contato com a Sombra. Aos poucos, o comportamento adictivo se torna o único modo da psique encontrar homeostase. O comportamento adictivo aparece como estratégia de escape e evitação, sendo um mecanismo de *coping* que fica concentrado em torno de um comportamento repetitivo, que descarrega a tensão.

Isso leva ao que o autor chama de “Sombra Arquetípica / Mal Arquetípico”, uma instância arquetípica do inconsciente coletivo que acaba por dominar todo o funcionamento do indivíduo, fazendo com que este seja submetido a adicção e viva exclusivamente para sua manutenção. Schoen acredita que a questão da dependência ultrapassa o contato com a Sombra pessoal. Uma vez tocado por este arquétipo, o sujeito ficaria eternamente ferido por este princípio, devendo sempre se controlar.

A combinação de Sombra pessoal, comportamento adictivo e Sombra Arquetípica / Mal Arquetípico acaba se tornando um poder sem igual na psique, tomando conta do complexo do Ego. Essa Sombra arquetípica é um aspecto da psique que é impossível de ser integrada e deve ser combatida, pois transcende a Sombra pessoal. As pessoas são levadas a contatar esse arquétipo por sua força e energia incríveis, a sensação de liberdade inimaginável e a sensação de completude dos desejos de status, prestígio, dominação e promessas de potência sobre-humanas.

Schoen concorda com Jung, dizendo que ele intuitivamente entendeu que apenas uma força de magnitude igualmente poderosa pode neutralizar uma dependência, referindo-se a conversão religiosa necessária para o sujeito libertar-se.

Leonard (1989) também concorda que a dependência é uma questão com a Sombra. A Sombra parece procurar qualquer forma de se expressar e muitas vezes o comportamento adictivo é a primeira chance, em muitos anos, que ela encontra para isso. A autora acredita que todas as dependências são destrutivas e assassinas; em última análise, a dependência quer tudo sacrificado em seu altar.

5.1.5 Outras explicações

Hollis (1999) acredita que muitas pessoas procuram evitar estados sombrios e pantanosos da alma, pois eles trazem muito sofrimento. Uma das formas de evitação de confronto com estes estados sombrios são os “vícios”. Os vícios, para o autor, são técnicas de administrar a ansiedade, quer a pessoa esteja ou não consciente de estar ansiosa. Esses comportamentos provocam uma conexão que cura temporariamente uma ferida primordial que todos carregamos; a solidão é substituída pela fusão com um Outro. Segundo o autor, a Roda de Ixion parece ser uma metáfora para os vícios, uma vez que o sujeito encontra-se preso nos mesmos ciclos de comportamento, sem conseguir livrar-se deles. Os vícios seriam técnicas de administrar a ansiedade. A medida que a angústia aumenta, as pessoas podem entregar-se a comportamentos repetitivos que permitem uma conexão; a conexão faz com que a ansiedade recue temporariamente. Entretanto, os efeitos saudáveis da conexão momentânea não persistem e o comportamento precisa ser repetido. Experiências de culpa, vergonha, fracasso seguem-se na repetição do comportamento.

Hollis entende que todo sintoma é prospectivo, e nesse sentido procura compreender qual a tarefa desse estado sombrio: deve-se correr o risco de suportar o insuportável, que frequentemente está projetado sobre uma pessoa, uma substância ou um comportamento. É preciso lembrar qual idéia foi encurralada no passado e que gera os comportamentos de defesa. É necessário “*suportar o insuportável, pensar no impensável, sofrer o insofrível, a fim de nos libertarmos*” (p.124).

Estés (1999) faz um paralelo com o conto “Os sapatinhos vermelhos”. A autora compara os processos de dependência e excessos ao conto dos sapatinhos vermelhos, em que uma criança perde seus sapatos feitos a mão por ter sido adotada por uma senhora. Ela fica fixada em recuperá-los de qualquer forma. Mesmo contra a vontade da senhora, a criança compra novos sapatos vermelhos que, sob a magia de um soldado, começam a dançar sozinhos e não param mais, levando a jovem a ter que pedir para que seus pés sejam amputados, pois não aguentava mais dançar.

Estés acredita que o processo da dependência pode ocorrer em mulheres que foram muito reprimidas, submetidas a muitos sacrifícios, mas nenhuma vida resultou disso. São mulheres que se sentem aprisionadas e que podem ter um anseio, uma obsessão ou uma dependência que a autora irá chamar de *hambre del alma* (fome da alma). Segundo ela, uma alma faminta

anseia para ter de volta sua alma profunda, o que traz um sentimento de fome insaciável-fome por qualquer coisa que a faça sentir viva, que lhe dê sentido ou significado.

O objeto da dependência seria um substituto ilusório para a sensação primitiva de ser livre. A mulher aceitaria qualquer tipo de alimento para a alma, na tentativa de compensar suas perdas anteriores. A privação excessiva que a mulher sofreu pode ter levado a danos nos instintos de reconhecimento dos perigos externos e internos, dos limites, dos excessos, das consequências de seu comportamento. É como se os instintos de luta e fuga fossem reduzidos, impedidos de funcionar adequadamente; como se o centro de saciedade, a identificação de um sabor estranho e os comportamentos de cautela fossem prejudicados, fazendo com que o sujeito se submetesse a dependência.

As mulheres nesta condição podem optar por levar uma vida dupla, simulando um comportamento à luz do dia, mas agindo de outro modo assim que têm oportunidade, criando uma oposição entre Persona e Sombra. Entretanto, os aspectos rejeitados conspiram para agir, saindo da Sombra e tornando-se incontroláveis, enquanto a mulher tenta manter uma Persona de boazinha.

Segundo Estés (1999, p.313)

“a dependência começa quando a mulher perde sua vida feita a mão e cheia de significado e passa a ter uma fixação em resgatar de qualquer forma qualquer coisa que lembre essa vida.(...) a armadilha consiste em tentar ficar, levando em conta o lado bom, enquanto procuramos ignorar o lado negativo.”

As mulheres pensam que encontraram uma forma de salvação que pode lhes dar poderes fantásticos ou acalmar seus demônios internos. Os sapatos feitos a mão representariam a alma profunda. A sua perda traz feridas à psique. Como consequência, a psique procura novos sapatos vermelhos que relembrem o antigo, mesmo que estes sejam visivelmente danosos.

Moore e Gillette (1991) acreditam que a dependência pode ser um aspecto sombrio do arquétipo do amante. Chamando a este tipo de “viciado”, os autores afirmam que esta seria uma condição da alma masculina bastante ligada a função Sensação. O viciado se perde no oceano dos sentidos: se interessa e se incomoda com sons, cheiros, experiências sensoriais. Também seria dado a comportamentos compulsivos, sejam estes os excessos com a comida, a bebida, o sexo, o fumo ou as drogas.

O viciado sempre estaria procurando alguma coisa, pois nunca se satisfaz com o que encontra. Sempre procurando sensações, ele está atrás do “orgasmo sem fim”, ou o último e contínuo “barato”. O homem possuído pela Sombra do amante viciado tem questões com limites; ele

não quer ser limitado, aliás, nem tolera ser limitado. Os limites se dão entre ele e a mãe, entre o ego e o inconsciente. É necessária a tarefa heróica de separação do ego e do materno, coisa que o viciado não consegue empreender. O que ele precisa é de distância e desapego; precisa estruturar seu masculino, sua disciplina e seus problemas com autoridades. Essa relação com o materno faz com que ele não veja a mulher como um todo para se relacionar e sim apenas suas partes. Muitos desenvolvem extensas coleções de pornografia, pois a mulher é vista apenas como “peitos” e “ bundas”, com os quais ele não tem um relacionamento. Assim, pode desenvolver dependências, perversões e excessos sexuais.

Leonard (1989) acredita que a imagem do vampiro é a melhor para mostrar o que acontece nos processos de dependência: o sujeito se sente drenado de toda a sua energia, e a única atividade possível é a de alimentar a sua compulsão. A autora ainda acredita que a dependência mobiliza imagens arquetípicas: o “amante demoníaco”, que é ao mesmo tempo procurado, idealizado e destrutivo - a própria dependência. O sujeito vira um morto- vivo, sem vida, com a força vital drenada. A dependência parece agir também como um “agiota”, emprestando o “dinheiro” no momento de necessidade para em seguida escravizar o usuário com a cobrança de sua dívida, mobilizando culpa.

O UPI parece carregar muitas semelhanças com as dependências comportamentais. Contudo, como foi visto no capítulo anterior, o UPI pode assumir diversas formas e características, mobilizando diferentes conteúdos. Assim, é provável que cada usuário que faz UPI tenha uma dinâmica própria, no entanto, baseada nos princípios das dependências aqui descritas.

6 Método

6.1 Material para pesquisa bibliográfica

Para atender os objetivos deste estudo, foram levantados dois tipos de materiais: artigos de periódicos científicos e livros.

Os artigos foram coletados nas bases: Pubmed; PsycInfo; ISI Web of Knowledge; Scopus; EBSCO; Google Scholar; Scielo.

Os artigos foram identificados pelos seguintes termos iniciais de pesquisa: *internet addiction, problematic internet use, pathological internet use, compulsive internet use, problematic use, internet dependence, excessive internet use, abusive internet use*. Posteriormente foram introduzidos termos adicionais mais específicos, como por exemplo *MMOs, online dating, cybersex, analytical psychology, junguian*, para a realização das combinações.

A busca foi feita nos idiomas português, inglês, francês e espanhol, e compreendeu o período de 1995-2012. Artigos anteriores a 5 anos foram buscados, pois os dados da amostra são compatíveis com este período.

Foram também levantados livros que apresentassem textos científicos e anais de eventos que tratam do tema da psicologia e informática. A literatura junguiana ainda é veiculada predominantemente por livros, que foram selecionados por conter o tema específico das dependências. Outras publicações, tais como trabalhos de conclusão de curso foram citados por seu caráter pioneiro e foram utilizados em caráter histórico.

6.2 Características do estudo

Trata-se de pesquisa qualitativa, sendo um estudo documental, transversal e retrospectivo, que visa descrever a vivência do uso patológico de internet em pacientes que se autodeclaram como viciados. O estudo qualitativo é baseado na Psicologia Analítica de C. G. Jung.

Na abordagem junguiana, tradicionalmente a pesquisa tem sido feita de forma qualitativa, o que se mostra bastante adequado quando o objeto de estudo são os aspectos psicológicos dos sujeitos. O estudo foi conduzido de acordo com instrumentos e sujeitos discriminados a seguir.

6.3 Participantes

Os participantes componentes da amostra são usuários que enviaram e-mails ao serviço de orientação de usos compulsivos do Núcleo de Pesquisas de Psicologia e Informática, da Clínica Psicológica da PUC-SP. Os participantes são de ambos os sexos. O sujeito mais jovem da amostra relata ter 18 anos e o sujeito mais velho encontrado relata ter 58 anos.

6.3.1 Seleção da Amostra

Foram selecionadas as mensagens que representam o relato espontâneo da situação vivenciada, sem nenhuma intervenção da equipe. Este relato com frequência é realizado logo na primeira mensagem. Alguns participantes, entretanto, enviam a primeira mensagem perguntando detalhes sobre o serviço. A equipe responde a esta mensagem com a seguinte resposta padrão:

“Olá,

Parece que você necessita desabafar uma dificuldade ou problema. Você pode nos escrever sobre suas questões, que acolheremos com todo o cuidado, respeito e sigilo. Poderemos orientá-la pontualmente e encaminhá-la da melhor maneira possível. Não há necessidade de inscrição prévia, basta escrever. De acordo com a Resolução CFP Nº 012/2005 do Conselho Federal de Psicologia, a Clínica da PUC-SP não realiza psicoterapia online (via e-mail, chat, etc...) o que caracterizaria um vínculo duradouro. De fato, o diálogo estabelecido se limita a uma ou duas trocas de e-mail. Caso seja percebida a necessidade de mais orientações, procuraremos ajudá-la a encontrar um serviço presencial mais próximo de sua residência.

Aguardamos seu retorno.

Atenciosamente,

NPPI - Núcleo de Pesquisa da Psicologia em Informática”

O participante, ao responder esta mensagem, faz o relato de sua condição. A partir do segundo e-mail, é realizada uma intervenção pelo grupo, e, portanto, estes e-mails foram excluídos da amostra. Assim, foi coletada uma segunda mensagem do sujeito, quando necessário. As mensagens que continham intervenções da equipe, ou que haviam sido orientadas de algum modo (tal como o preenchimento espontâneo de questionários de avaliação) foram descartadas, preservando-se assim o caráter espontâneo e livre do relato.

Foram selecionadas as mensagens coletadas no período de Fevereiro de 2001 até Julho de 2011, de participantes que se autodeclararam como viciados em internet. Não foi utilizado nenhum instrumento para comprovar o diagnóstico.

6.3.2 Critérios de inclusão

Foram utilizados apenas os e-mails do serviço de orientação para usos compulsivos, sendo excluídos os e-mails de outros serviços do NPPI.

6.3.3 Critérios de exclusão

Foram excluídos os e-mails de sujeitos que informaram expressamente serem menores de 18 anos, por não ser possível encontrar a autorização dos pais para a publicação dos dados em pesquisa. Foram excluídos os e-mails que pediam informações acadêmicas sobre vício de internet e também dos sujeitos que pediram expressamente que seus e-mails não fossem utilizados como material de pesquisa; foram excluídas as mensagens posteriores (a partir da terceira troca) entre o usuário e a equipe.

6.3.4 Número da Amostra

A amostra é composta de 189 sujeitos que pediram ajuda para si mesmos. Alguns usuários enviaram mais de uma mensagem para o serviço, totalizando assim 278 mensagens.

6.3.5 Amostra

A amostra é composta de e-mails recebidos no período de Fevereiro de 2001 a Julho de 2011. Segue distribuição das mensagens conforme os anos.

Ano	Mensagens
2001	2
2002 ¹²	0
2003	10
2004	6
2005	12
2006	29
2007	89
2008	49
2009	51
2010	25
2011	5
Total de mensagens	278

Tabela 3- Distribuição das mensagens recebidas entre 2001- 2011

A quantidade de mensagens por ano varia em função da exposição do serviço na mídia de grande público. Há aumento das mensagens quando há reportagens em canais de televisão, portais na internet e jornais de grande circulação. Por refletir uma procura espontânea da população, a amostra é aleatória, e não é necessariamente representativa da população brasileira.

6.4 Local de realização da pesquisa

Clínica Psicológica Ana Maria Poppovic.

¹² No ano de 2002 não foram recebidas mensagens com o tema de vício em internet.

6.5 Instrumentos

E-mails enviados pelos sujeitos.

6.6 Procedimentos

O material de pesquisa encontra-se em arquivo nos computadores do NPPI, localizado na Clínica Psicológica. Foram recuperadas as mensagens, que são arquivadas em formato dbx, do programa de correio eletrônico Outlook Express. Os arquivos das mensagens ficam sob a guarda dos psicólogos da equipe, por se tratar de material sigiloso.

Uma assistente de pesquisa foi contratada para selecionar as mensagens que seguiam os critérios de inclusão na pesquisa. Estas mensagens foram transpostas em arquivos de texto e numeradas. O texto integral das mensagens foi mantido, mesmo com eventuais erros de português.

6.7 Análise dos dados

6.7.1 Categorização dos participantes

Os e-mails recebidos têm uma forte característica de preservação do anonimato do sujeito, e desta forma a equipe não pede quaisquer dados de identificação. Entretanto, alguns dados são relatados espontaneamente, especialmente no primeiro e no segundo e-mails. Portanto, a categorização da amostra só leva em conta os dados fornecidos de forma espontânea. Assim, para categorização dos sujeitos foram levados em conta os seguintes itens, quando informados: sexo, idade, estado civil, profissão, localização.

O fato do serviço de orientação psicológica ser via e-mail carrega algumas vantagens e desvantagens, que caracterizam esse comportamento da amostra. Uma das características desse tipo de serviço é a forma anônima com o qual ele pode ser utilizado. É frequente o relato de que o pedido de auxílio por computador se configura em uma maneira mais fácil e discreta de pedir ajuda, principalmente para questões consideradas vergonhosas.

Enviar mensagens pelo computador desinibe os sujeitos e pode fazer com que eles sejam mais sinceros. Segundo Fortim e Cosentino (2007),

“A ausência de um interlocutor fisicamente presente também parece permitir que sejam abordados tópicos delicados, tais como relatos sobre experiências sexuais e condutas socialmente reprováveis, de uma maneira mais direta, sem a censura oriunda da identificação.” (p.171)

A blindagem da identidade é provavelmente um dos fatores que faz com que os sujeitos não forneçam esses dados. Alguns, inclusive, procuram se comunicar por meio de e-mail falso, criado especificamente para a finalidade de relatar a situação e receber orientação.

6.7.2 Levantamento das frequências de palavras das mensagens

Foi realizada a análise estatística sob a orientação da profa. Yara Pisanelli Gustavo de Castro, consultora Estatística da PUC SP. Foi utilizado o programa SPAD.t (*Système Portable pour l'Analyse des Données Textuelles versão 1.5*) para análise das verbalizações dos sujeitos. Esse programa permitiu construir uma tabela de frequências de todas as palavras utilizadas nessas verbalizações. A partir dessas informações, foi possível identificar as palavras-chave. O passo seguinte consistiu na reconstrução de segmentos de frases que contêm tais palavras.

Foram excluídas as palavras que representavam conjunções, tais como “de”, “que”, “para”, etc. As palavras que se referiam a um mesmo termo foram agrupadas como se fossem uma palavra só (ex: Pornografia/ Pornográficas/Pornografias/Pornográficos/Pornográfico). A contagem da frequência de palavras pelo programa permitiu que algumas frases fossem selecionadas e estas foram utilizadas para esclarecer melhor os dados apresentados pela amostra.

Contudo, como há um alto índice de abstenção de informações, não foi possível realizar um estudo quantitativo. Sendo assim, as informações obtidas na análise do programa serviram para dar suporte a construção das categorias de análise.

6.7.3 Levantamento das categorias de análise das mensagens

Além da análise estatística, posteriormente as mensagens foram lidas no seu texto integral, para que as categorias de análise pudessem surgir, levando-se em conta não apenas a repetição das palavras, mas sim seu contexto e significado.

Dessa forma, a pesquisadora montou outro banco de dados, desta vez fazendo uma classificação das mensagens segundo as categorias propostas por Pinheiro (2000): **Como nomeia**- nome que o sujeito dá a sua questão, se o categoriza ou não como uma “doença”; **Como descreve: físico** - descrição de sintomas físicos associados ao UPI; **Como descreve: comportamento**- descrição de comportamentos associados ao UPI; **Como explica** - explicações que o usuário dá para aquilo que entende como UPI; **Como se sente**- sentimentos associados ao pré-uso, uso e pós-uso da internet; **O que dizem os outros**- opiniões de pessoas importantes, como familiares, amigos e colegas de trabalho; **Pedido ou pergunta**- pergunta que o sujeito de fato faz ao serviço, depois da sua descrição do problema; **Comorbidade relatada**- relato de comorbidades pelo usuário; relato de ter sido diagnosticado com problemas psiquiátricos e/ou de saúde.

As mensagens foram lidas e classificadas pela pesquisadora nestes itens e foi feito um levantamento pela pesquisadora de quantos usuários haviam fornecido espontaneamente essas informações. Esse levantamento e classificação geraram tabelas que permitiram a montagem das categorias. A análise das categorias baseou-se na leitura das mensagens pela pesquisadora e teve como apoio o levantamento de palavras e frases frequentes realizado pelo programa SPAD-t.

Após esse procedimento, foi realizada uma leitura dos aspectos psicológicos, tendo como base a teoria de C.G. Jung.

6.7.4 Nuvem de palavras

Em alguns casos, foi utilizado o programa Wordle¹³, que converte textos em nuvens de palavras. As nuvens dão maior destaque às palavras que aparecem com mais frequência no texto original. São consideradas como um modo de exibição dos dados, e não de análise. As nuvens foram utilizadas pois permitem melhor visualização dos termos utilizados pelos sujeitos.

¹³ Criado por Jonathan Feinberg. Disponível em : www.wordle.net

6.8 Cuidados éticos

6.8.1 Aprovação pelo comitê de ética

Esta pesquisa está ancorada na Resolução nº 196/96 do Conselho Nacional de Saúde (CNS) que visa salvaguardar a autonomia, beneficência, não maleficência, justiça, privacidade e confidencialidade.

O projeto “Aspectos psicodinâmicos do uso patológico de internet” foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, sob protocolo de pesquisa nº 102/2011. O comitê aprovou o protocolo de pesquisa em 30/05/2011, e somente após parecer favorável o pesquisador iniciou coleta de dados.

6.8.2 Termo de consentimento livre e esclarecido

Os participantes do Serviço Orientação sobre “Vício” (usos compulsivos de internet) são informados de que, pelo fato de estarem participando de um serviço vinculado a uma Clínica-Escola de Psicologia, podem ter seus dados utilizados para fins de pesquisa, desde que preservada a identidade dos sujeitos.

Essa informação consta no website do núcleo que oferece o serviço com o seguinte texto:

***Orientação sobre “Vício”** (sobre usos compulsivos de internet)
O NPPI oferece ainda outra modalidade de orientação psicológica via e-mail, especialmente dirigida às pessoas que apresentam dificuldades geradas pelos usos compulsivos ou excêntricos dos computadores caracterizadas como dependência (popularmente conhecidas como ‘vício’). Esta orientação, também realizada via e-mail, é focada no problema apresentado mediante trocas de até oito e-mails. Estes serviços são oferecidos gratuitamente à população de internautas, que, ao nos escreverem, se tornam usuários virtuais da Clínica Escola da PUC-SP. Solicitamos que antes de nos enviarem sua mensagem os interessados leiam com atenção o parágrafo abaixo:*

Termo de Ciência / Anuência

Além da oferta de atendimento à população, a Clínica Escola da PUC-SP - na qual o NPPI

*está inserido - tem como objetivos o ensino e a pesquisa em Psicologia. Por essa razão, as informações colhidas durante os atendimentos poderão ser utilizadas para fins didáticos e de pesquisa, incluindo publicações científicas. Porém, asseguramos que essas informações serão tratadas de forma absolutamente confidencial, de maneira que nenhum dado de identificação dos clientes atendidos será divulgado.*¹⁴

Quando o sujeito concorda em participar do processo de orientação, a equipe, além da resposta, comunica ao sujeito o mesmo texto acima, pedindo que o usuário expresse sua ciência. A não concordância com a divulgação do material para a pesquisa não impede a participação no processo.

6.8.3 Termo de consentimento para a realização da pesquisa

Foi assinado um termo pela diretora da Clínica-Escola Ana Maria Poppovic, da PUC-SP e pela coordenadora do NPPI, em que estas consentem a utilização do material da Clínica para a realização da pesquisa.

6.9 Limitações do estudo

Como limitações do estudo, apontamos o fato de que nem todos os sujeitos da amostra fornecem todas as informações levantadas pela pesquisadora. Assim, há falta de uniformidade nos dados, uma vez que só foi possível coletar os dados fornecidos espontaneamente. Alguns dados levantados foram fornecidos por um número muito pequeno de sujeitos, permitindo assim a descrição de sua condição, mas inviabilizando fazer generalizações sobre a amostra como um todo. Assim, alguns dados apresentados visam mostrar a diversidade do relato dos sujeitos, mas não têm relevância estatística, por ser um número muito baixo de sujeitos que os informa.

¹⁴ O texto está disponível na seguinte página: http://www.pucsp.br/nppi/orientacao_email

Neste estudo, como em tantos na área da saúde, confia-se no relato do sujeito. Interessa-nos a realidade psíquica dele, seus pensamentos, sentimentos e desejos, e não a análise dos fatos.

Outro ponto a se destacar é que não é possível verificar de forma presencial as informações fornecidas. Nas pesquisas tradicionais, dados como sexo, aparência e idade aproximada podem ser obtidos no contato pessoal entre pesquisador e sujeito, mas essa possibilidade se perde em ambiente virtual. Todavia, qualquer sujeito é capaz de falsear dados em uma pesquisa, podendo dar um viés à amostra. No caso das mensagens recebidas pela internet isso não é diferente.

Outra limitação do estudo é de que a amostra pode ter um viés. O núcleo recebe a maioria das mensagens quando há divulgação do UPI nas grandes mídias. Aponta-se como viés o fato de que alguns termos e colocações podem ter sido retirados desses veículos, podendo não representar com fidelidade os sentimentos do usuário. Outro é de que o número de pessoas que se consideram como usuários patológicos varia de acordo com a exposição do serviço na mídia, sendo inviável utilizar os números de mensagens recebidas como um indicador do aumento do problema.

O trabalho é retrospectivo e cobre um período extenso. Não foi feita diferenciação entre os períodos da amostra, que tiveram vários modismos da internet, porque as classificações foram realizadas pelas funções e não pelos aplicativos. Os sujeitos que escrevem entre 2001-2005 frequentemente referem-se a salas de bate-papo, ao passo em que os sujeitos entre 2005-2011 citam como mais frequentes as redes sociais. Contudo, a função de se comunicar é a mesma, independente do aplicativo.

7 Resultados e Discussão

7.1 Análise dos dados

Os dados foram analisados de forma qualitativa.

7.2 Caracterização dos participantes

Os e-mails recebidos têm uma forte característica de preservação do anonimato do sujeito e desta forma a equipe não pede quaisquer dados de identificação. Entretanto, alguns dados são relatados espontaneamente, especialmente no primeiro e no segundo e-mails. Portanto, a categorização da amostra só leva em conta os dados fornecidos de forma espontânea. Assim, para categorização dos sujeitos foram levados em conta os seguintes itens, quando informados: sexo, idade, estado civil, profissão, localização.

7.2.1 Sexo

Todos os 189 usuários informaram seu sexo. Vemos predominância do sexo masculino, em conformidade com os estudos de Bakken, Wenzel *et. al* (2009).

Gênero	n	%
Feminino	53	28,0%
Masculino	136	72,0%
Total	189	100%

Tabela 4-Sexo

7.2.2 Idade

Dos 189 sujeitos, 77 deles informaram sua idade. Vemos predominância entre os jovens – faixas de 18-23 anos e 24-28 anos, estando consonante com o dado apontado por Young, Yue *et al.* (2010).

Idade	18-23	24-28	29-33	34-38	39-43	44-48	49-53	N/I	Total
N	30	21	13	5	3	4	1	112	189
% Total	15,9%	11,1%	6,9%	2,6%	1,6%	2,1%	0,5%	59,3%	100%
% Declarado	39,0%	27,3%	16,9%	6,5%	3,9%	5,2%	1,3%		

Tabela 5-Idade

7.2.3 Estado Civil

Apenas 48 sujeitos informaram seu estado civil.

Estado Civil	N	% total	% declarado
Solteiro	23	12,2%	47,9%
Casado	23	12,2%	47,9%
Divorciado	2	1,1%	4,2%
N/I	141	74,6%	
Total	189	100,0%	

Tabela 6- Estado Civil

7.2.4 Localização

Apenas 38 sujeitos informaram onde moravam. Dois sujeitos informam estar na França e um informa estar no Japão. Os demais informam estar no Brasil. Segue distribuição por estado dos sujeitos.

Origem	n	% total	% declarado
Brasil			
SP	11	5,8%	29,7%
RJ	5	2,6%	13,5%
PR	4	2,1%	10,8%
MG	3	1,6%	8,1%
PE	3	1,6%	8,1%
CE	2	1,1%	5,4%
GO	2	1,1%	5,4%
BA	1	0,5%	2,7%
MS	1	0,5%	2,7%
PI	1	0,5%	2,7%
RS	1	0,5%	2,7%
Exterior			
França	2	1,1%	5,4%
Japão	1	0,5%	2,7%
N/I	152	80,4%	
Total	189	100,0%	

Tabela 7-Localização

7.2.5 Profissão

Com relação a profissão/ ocupação, 68 sujeitos a informaram. Segue distribuição das profissões apontadas. Os estudantes de diversos cursos universitários foram agrupados. Destaque para as profissões de tecnologia e da área de exatas, como engenharia. É provável que o acesso facilitado às novas tecnologias possa ter alguma correlação com o transtorno.

Profissões	n	% total	% declarado
Estudante (graduação)	34	18,0%	50,7%
Tecnologia da Informação	10	5,3%	14,9%
Professor	3	1,6%	4,5%
Advogado	2	1,1%	3,0%
Corretora de seguros	2	1,1%	3,0%
Designer gráfico	2	1,1%	3,0%
Funcionário público	2	1,1%	3,0%
Pesquisador acadêmico	2	1,1%	3,0%
Arquiteto	1	0,5%	1,5%
Arquivista	1	0,5%	1,5%
Arte-educadora	1	0,5%	1,5%
Audiovisual	1	0,5%	1,5%
Autônomo	1	0,5%	1,5%
Bancário	1	0,5%	1,5%
Contador	1	0,5%	1,5%
Enfermeira	1	0,5%	1,5%
Estatístico	1	0,5%	1,5%
Gerente administrativo	1	0,5%	1,5%
N/I	122	65%	
Total	189	100%	

Tabela 8- Profissão

7.3 Análise das mensagens

As mensagens foram categorizadas a partir da proposta de análise realizada por Pinheiro (2000), que em sua pesquisa fez um levantamento sobre o primeiro encontro entre clientes e profissionais de Saúde Mental.

Segundo a autora, quando se pergunta ao cliente qual a história de seu problema, ele vai selecionar trechos de sua experiência que incluem ele mesmo em diferentes fases de vida e os outros com ele relacionados. No relato, está em foco o que a pessoa traz, os argumentos

utilizados e a explicação dada para torná-los plausíveis, ou seja, o que ocorre numa dada situação, dentro de uma sequência de atividades.

A situação que temos no NPPI parece ser bem semelhante a vivida pela autora. Trata-se de um primeiro relato entre paciente e terapeuta. Sendo um relato escrito, apresenta a seleção de fatos considerados pelos sujeitos como mais importantes ou relevantes para se compreender a situação atual. Portanto, faz-se necessário a compreensão de como este relato é feito. Ainda segundo Pinheiro, *“quando o usuário procura um serviço de saúde, qualquer que seja a natureza de seu sofrimento, vai ter que recorrer aos relatos verbais referentes ao seu mal-estar, buscando um sentido para o sofrimento para o qual ele pede atenção e solução”*. (p.194). Pinheiro aponta sobre a importância da compreensão do sentido, sem o qual não haveria queixa nem a procura de uma ajuda para aliviar esse sofrimento. A pessoa recorre às informações que circulam em seu meio, processadas por ela ao longo de sua vida.

Para compreender o primeiro relato do sujeito, a autora realiza um mapa de associação de idéias, relativas a : a) o sofrimento psíquico- como nomeia, como descreve, como explica, o que falam os outros; b) ajudas profissionais- como chega, onde chega, quem atende, o que diz, o que faz o profissional, como avalia; c) Centro de Saúde- como chega, quem atende, o que falam, como avalia.

Para fins deste trabalho, foi realizada uma adaptação deste mapa de associação. Foi selecionado o item relacionado ao sofrimento psíquico, pois parece ajudar a descrever a formulação deste primeiro e-mail enviado ao NPPI.

Esse quadro foi adaptado para o seguinte:

- 1- **Como nomeia**- nome que o sujeito dá a sua questão;
- 2- **Como descreve: físico** - descrição de sintomas físicos associados ao UPI;
- 3- **Como descreve: comportamento**- descrição de comportamentos associados ao UPI;
- 4- **Como explica**- explicações que o usuário dá para aquilo que entende como UPI;
- 5- **Como se sente**- sentimentos associados ao pré-uso, uso e pós-uso da internet;
- 6- **O que dizem os outros**- Opiniões de pessoas importantes, como familiares, amigos e colegas de trabalho;

7- **Pedido ou pergunta**- Trata-se da pergunta que o sujeito faz ao serviço, depois da sua descrição do problema;

8- **Comorbidade relatada** – Relato de comorbidades pelo usuário; relato de ter sido diagnosticado com problemas psiquiátricos e/ou de saúde.

É importante relatar que a classificação da queixa segue segundo próprio relato do sujeito, e não de um critério externo do pesquisador. Assim, os sintomas físicos, psicológicos e comorbidades relatados como associados ao UPI podem ou não ter relação com os critérios diagnósticos propostos nos manuais. Por exemplo, “trabalhar demais no computador” não é considerado como critério de dependência pelos teóricos e nem pelos manuais, mas é considerado como “vício” por alguns usuários. Da mesma forma, tabagismo não é considerado como uma das consequências do UPI, mas foi apontado por um usuário.

Como já visto no método, os dados foram colhidos de relato espontâneo, e portanto nem todos os sujeitos informaram todos os dados. Segue tabela sobre o número de indivíduos que forneceram informação:

Categorias	Informado	Não informado	Total
Como nomeia	114	75	189
Como descreve: físico	36	153	189
Como descreve: comportamento	189	0	189
Como explica	70	119	189
Como se sente	133	56	189
O que dizem os outros	12	177	189
Pedido ou pergunta	79	110	189
Comorbidade relatada	30	159	189

Tabela 9- Número de indivíduos que forneceram a informação

O item “Como descreve o comportamento”: foi dividido em outras subcategorias: “Com relação a frequência de uso”; “ Com relação aos aplicativos utilizados”; “ Com relação ao uso abusivo principal”; “ Com relação às consequências negativas”. Segue distribuição dos sujeitos na próxima tabela.

SubCategorias	Informado	Não Informado	Total
Com relação a frequência do uso	84	105	189
Com relação aos aplicativos utilizados	146	43	189
Com relação ao uso abusivo principal	147	42	189
Com relação às consequências negativas	140	49	189

Tabela 10- Subcategorias do item "Como descreve o comportamento"

7.3.1 Como nomeia

As palavras usadas para nomear o sofrimento psíquico são importantes, pois podem dar sentido ao que o sujeito sente. As palavras utilizadas circulam na sociedade com seus múltiplos sentidos e foram por assim dizer colhidas pelas pessoas em suas experiências de vida. Alguns dos termos utilizados fazem parte da psicologia e da psiquiatria, mas também do senso comum. (Pinheiro, 2000).

Dos 189 sujeitos, 114 dão nome a este sofrimento, segundo a tabela que se segue:

Termos utilizados para designar o UPI	
Vício (estranho, maldito, em internet, por cibersexo, informática, computadores)	78
Dependência (batepapo, cibersexual, internet, virtual, de computador)	13
Compulsão (nefasta, por bate- papo, por controle, por internet, por computador)	7
Ciberviciado	3
Mania	2
Obsessão	2
Problemas (sérios, para se desligar)	2
Ciberdependente	1
Doença	1
Escravo	1
Paranóia	1
Sintoma	1
Uso abusivo	1
Uso excessivo	1
Não informado	75
Total	189

Tabela 11- Termos utilizados para nomear o UPI

Esses 114 termos foram colocados no programa Wordle, para que pudesse ser feita a visualização pela frequência dos termos. Na nuvem de palavras, vemos que as palavras que mais se destacam são “vício”, “viciada” e “viciado”. A referência aos termos “dependência” e “dependente” também ficam muito visíveis. Outro termo que se destaca é “bate- papo”.

É importante notar que vício contrapõe-se a virtude. O termo “vício” vem do latim *vitium*: “defeito, ofensa, imperfeição, falta”¹⁶, tanto física quanto moral. O UPI é sentido como uma falha do caráter, como uma vontade irresistível do qual se poderia obter controle, mas não se consegue.

Nos dados obtidos pelo SPAD-T, a palavra “vício” aparece com grande frequência. Somados os termos “vício”, “viciado” e “viciada”, temos a frequência de 134 vezes. Das frases obtidas com estas palavras, muitas se referem ao fato de o sujeito considerar-se viciado ou ter dúvidas se pode considerar-se como viciado. O objeto do vício, por vezes, é apontado como “sexo”, “jogos”, ou “bate-papo” sendo estes os com maior frequência apontados pela análise do SPAD-T. O vício é considerado como “maldito”, “ nefasto”, “estranho”. O vício também é visto como “incontrolável”.

7.3.2 Como descreve: físico

Apenas 36 sujeitos relatam ter algum tipo de problema físico que atribuem ao UPI. Alguns sujeitos informaram mais de um sintoma.

Descrição de sintomas corporais	
Alterações no sono (insônia, diminuição da necessidade, troca do dia pela noite)	10
Dores pelo corpo	6
Cansaço corporal/ Falta de energia	5
Alterações no peso (engordar/ emagrecer)	4
Problemas de visão (olhos cansados, ardência)	4
Alterações no apetite (ficar sem comer, pular refeições)	3
Cansaço mental	3
Alterações mentais (confusão mental, raciocínio lento, piora na memória, diminuição do vocabulário)	3
Lesão por esforço repetitivo	2
Outros sintomas: dormência, taquicardia, pressão alta, triglicérides , colesterol	2
Enxaqueca	1
Tabagismo	1

Tabela 12- Sintomas físicos apontados como fazendo parte do UPI

¹⁶ Dicionário on line Michaelis: <http://michaelis.uol.com.br>

Os principais sintomas apontados estão coerentes com as consequências negativas apontadas por Griffiths (2000; 2001; 2005): alterações de sono, de apetite e lesão por esforço repetitivo. Também são coerentes as alterações que se referem ao excesso de horas defronte ao computador: cansaço físico e mental, dores pelo corpo (muitas horas sentado); problemas na visão (muitas horas em frente ao monitor).

Contudo, existem sintomas atribuídos que não necessariamente fazem parte do diagnóstico. São sintomas que não têm relação direta com o UPI, mas são sentidos pelos usuários como sua consequência. Vemos o caso abaixo:

Tenho 28 anos, e uso a internet praticamente o dia inteiro, cerca de 14 horas por dia. Sou formado, porém não trabalho e não estudo, e vivo com minha mãe. As coisas que mais faço na internet, são downloads de música e vídeo (inclusive material pornográfico), jogos online, orkut, fóruns de informática e sites de pesquisa. Não sou muito social na internet, e raramente uso msn, chats, etc. Tenho internet desde 1994, e desde então, o problema vêm se agravando, principalmente depois de 2002, época que coloquei banda larga.

A internet na minha vida, têm me causado grandes transtornos:

- inversão de horário de sono (troca a manhã pela noite)
- excesso de peso (estou 30 kilos acima do peso)
- cansaço mental (estou sempre cansado)
- outros problemas físicos (pressão alta, triglicérides e colesterol nas alturas)
- tabagismo
- excesso de ansiedade
- hipersensibilidade a luz solar

Ultimamente, ando com vergonha de sair de casa, pois muito me questionam "pq vc sumiu ?", "nossa vc era magrinho, e agora está super gordo, o que houve ?", fora o fato de eu não estar trabalhando e muito menos saindo de casa. (suj.101)¹⁷

No caso acima, a inversão do horário de sono, o excesso de peso (falta de movimento) e o cansaço mental costumam fazer parte do quadro de excesso do uso do computador. Entretanto, a pressão alta e o excesso de ansiedade não são causados pelo UPI. Parece haver uma falta de discriminação de sua condição atual, misturando as causas e os efeitos; misturando problemas que já existiam com a questão da dependência. É possível que como o computador tenha tomado grande proporção na vida do sujeito, este atribua todas as suas mazelas a ele.

¹⁷ Na citação das falas dos sujeitos, foram mantidos os textos originais, ainda que com eventuais erros de português e/ou linguagem de internet. Para facilitar a leitura do texto, optou-se por fazer esta ressalva ao invés de usar (*sic*) a cada palavra grafada incorretamente. Ainda, como algumas mensagens são muito extensas, foi selecionado apenas o trecho relevante para a análise em questão.

7.3.3 Como descreve: comportamento

O comportamento pode ser descrito com relação a diversos aspectos, como será visto a seguir.

7.3.3.1 Com relação a frequência do uso

Oitenta e quatro (84) usuários relatam quanto tempo passam na internet. Alguns usuários relatam a quantidade do tempo em dias, outros em horas diárias. A partir desses relatos foi realizada uma média de horas que os sujeitos passam por dia. O mínimo de horas relatadas foram 3 e o máximo de 24 horas consecutivas, sendo organizados nos seguintes intervalos de uso: 0-3; 3-6; 6-12; 12-15; 15-18; 18-21; 21-24.

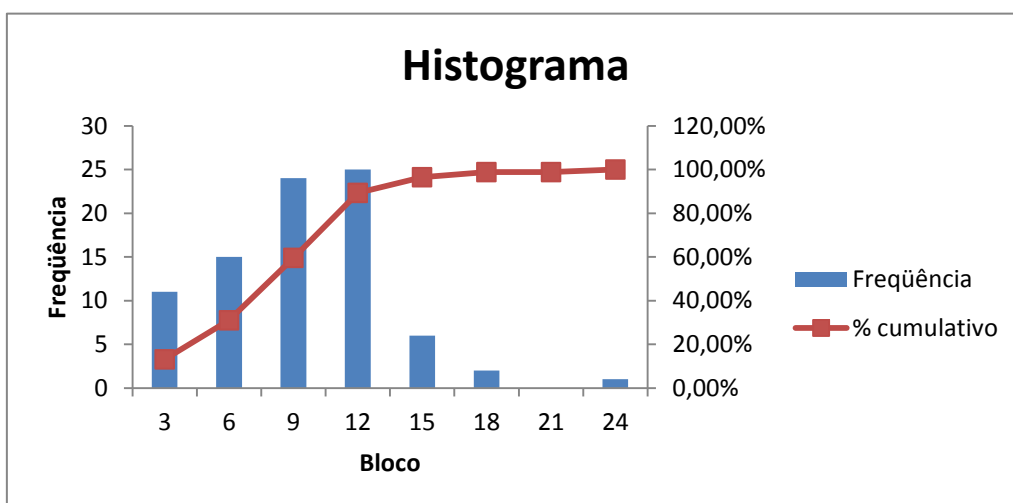


Figura 6- Histograma de horas de uso

Vemos que aproximadamente metade dos usuários que informaram a quantidade de horas gastas defronte o computador passam, em média, entre 6-12 horas por dia. Alguns afirmam trabalhar na frente do computador, mas muitos estão desempregados, ficando praticamente todo o tempo livre na internet.

Apesar de não ser o principal critério para o UPI, o número de horas gastas na internet está conforme Tao, Huang *et al*, (2010) já haviam relatado, ou seja, acima de 5/6 horas por dia; ou acima de 40 a 78 horas, como aponta Young (1998). Cabe lembrar que o uso da internet ocupa os sujeitos mais que um trabalho de tempo integral e justifica muitos dos sintomas físicos descritos pelos sujeitos.

Entretanto, outros usuários não atingem esse limite, ficando apenas 3 horas por dia. Parece que para alguns usuários, o critério para considerar-se com UPI deve-se mais às consequências negativas do uso do que ao número de horas.

Contudo, um número de horas muito grande parece ser um bom indicador do UPI, pois tanta dedicação ao computador e a internet só pode ser realizado em detrimento de outras atividades, tais como estar com a família, amigos, etc.

7.3.3.2 Com relação aos aplicativos utilizados

Com relação aos aplicativos fez-se um levantamento sobre quais eram os mais frequentemente utilizados pelos sujeitos. Procurou-se agrupar os aplicativos pelas suas funções, uma vez que, como a amostra cobre um período de dez anos, diversos modismos já passaram pela internet.

Cento e quarenta e seis sujeitos informaram o uso dos seus aplicativos. Cada sujeito relata usar pelo menos três dos aplicativos listados abaixo.

Os aplicativos foram agrupados da seguinte maneira:

Aplicativos	
Comunicador Instantâneo	74
Websites	68
Redes Sociais	55
Email	47
Jogos	38
Bate-papo	33
Vídeos	20
Música	13
Blog	10
Buscadores	10
Pacote Office	7
Fotolog	6
Edição de Imagens	6
Homebanking	4
Programação	1
Design de websites	1
Realidade Virtual	2
Fóruns	1
Windows	1

Tabela 13- Aplicativos mais utilizados

Foram agrupados os aplicativos da seguinte forma: comunicadores instantâneos (mIRC , voip, Skype, ICQ, MSN Messenger); Websites (de qualquer assunto); Redes sociais (Orkut, Facebook, Myspace) ; Bate-papo (UOL, Chats,); Vídeos (filmes, Youtube, sites de vídeos pornográficos); Música; Blogs (Blogger, Twitter) ; Buscadores (Google, Yahoo) ; Flogs (Fotologs) ; Home Banking ; Realidade virtual (Second Life); Fóruns .

Para alguns usuários parece haver uma falta de discriminação entre as atividades feitas via internet e as atividades feitas no computador, que não dependem da rede. Portanto, são citados também os programas de edição de imagem (Photoshop); programas operacionais (como o Windows) ou que pertencem ao Pacote Office (Word, Excel), além da atividade de programação.

Vê-se que os aplicativos mais utilizados são os comunicadores instantâneos, os websites e as redes sociais. Aqui cabe lembrar que os usuários fazem mais de uma atividade na internet, pois a internet tem caráter “multitarefa”: é possível fazer diversas atividades ao mesmo tempo- por exemplo, navegar em sites, mas ao mesmo tempo ouvir música e permanecer conectado aos comunicadores instantâneos. Os dados apontam que a comunicação com os outros, de diversas formas, parece ser característica forte da amostra. Os websites são o segundo aplicativo mais citado, sugerindo que a navegação é uma atividade muito frequente.

Aqui é importante dizer que na verdade este se trata de um estudo retrospectivo. Assim, temos aqui os aplicativos mais utilizados entre o período de Fevereiro de 2001 a Julho de 2011. Vemos que os comunicadores instantâneos, os websites, as redes sociais e os e-mails foram (e talvez ainda sejam) os aplicativos mais utilizados. O bate-papo aparece com grande destaque no período de 2001- 2004, ao passo que as redes sociais só começam a aparecer no relato dos usuários no período de 2005- 2011.

Cabe lembrar que neste período a comunicação via internet era feita basicamente via PC, diferente de hoje que o acesso pode ser feito via celular. Hoje, muitos dos aplicativos que eram utilizados de forma separada encontram-se reunidos nas redes sociais, tais como os comunicadores instantâneos, os blogs e os fotoblogs.

Outro ponto importante a se destacar é que esses aplicativos se referem a todas as atividades que os sujeitos fazem, e não necessariamente ao seu uso abusivo principal.

7.3.3.3 Com relação ao uso abusivo principal

O que se pode depreender da leitura das mensagens é que os usuários se utilizam de diversos aplicativos na internet, mas geralmente apontam um ou no máximo três aplicativos ou atividades consideradas como abusivas. Por exemplo, os usuários podem se utilizar de redes sociais, MSN, jogos, mas apontam que o uso problemático é o de pornografia. Assim, os usuários foram categorizados de acordo com seus usos abusivos principais. Este critério foi retirado da própria mensagem, e não de uma avaliação externa do pesquisador. Ou seja, os dados foram classificados de acordo com o relato do sujeito.

Alguns sujeitos se dizem “viciados em internet”, mas não apontam nenhum aplicativo ou um uso específico. Estes usuários foram classificados como “uso não informado”. A partir dos relatos foram criadas as categorias que seguem na tabela abaixo:

Tipo de uso	Definição	Principais atividades relacionadas
Comunicação	Utilização da internet para comunicar-se e conversar com conhecidos e desconhecidos de diversas formas, síncronas e assíncronas. A internet é utilizada para fazer e manter amigos. Os amigos podem ser tanto reais quanto virtuais, sendo por vezes exclusivamente virtuais. Também é utilizada para manter contato com familiares e conhecidos.	Uso de: -E-mails - Salas de bate-papo - ICQ, MSN, mIRC -Redes sociais (Orkut, Facebook) - Twitter - Fóruns - Blogs
Sexo	Utilização da internet para obter gratificação sexual. O meio principal é a masturbação. Também é utilizada como forma de marcação de encontros com estranhos com finalidades sexuais.	Masturbação por meio de acesso a: - Sites com imagens e vídeos pornográficos, acessados online -Bate-papos de texto com conteúdo sexual - Webcams - Download de imagens e vídeos pornográficos -Marcação de encontros com parceiros desconhecidos em salas de bate-papo e/ou redes sociais
Navegação difusa	Navegação em sites de informação. A navegação não tem objetivo preciso; o usuário é levado de link em link sem se aperceber do tempo ou da falta de objetivos. O usuário sente essa atividade como “perda de tempo”.	Navegação em sites de: -Notícias (principais portais e sites de jornais) -Humor -Sites de conteúdos específicos relativos ao trabalho do sujeito -Sites de conteúdos específicos relativos ao lazer ou curiosidades do sujeito

Relacionamento amoroso	Utilização da internet para obter ou manter relacionamentos de cunho afetivo- amoroso.	-Ficar online para conversar com um ou vários parceiros amorosos - Frequentar sites de encontros, bate- papos e redes sociais em busca de parceiro amoroso -Manter-se conectado constantemente a um comunicador instantâneo (ICQ, MSN, bate- papo) à espera de conversar com o parceiro
Obsessão amorosa (Stalker)	Utilização da internet para monitorar com exagerada frequência a vida da pessoa amada a fim de ter controle sobre sua vida.	- Verificar com frequência obsessiva e-mails, perfis de redes sociais (Orkut, Facebook) ou contas de e-mail de pessoa conhecida com quem se tem ou teve relacionamento amoroso
Invasão de e-mails	Invasão de privacidade de terceiros, com finalidades diversas	Obter senhas e invadir e-mails pessoais com fins de saber sobre a vida particular de outrem para obter controle.
Jogos	Uso de jogos online e jogos de computador	-Uso de jogos de: -MMORPGs (jogos de RPG online) - Tiro em primeira pessoa - Jogos casuais (Paciência, Freecel) - Jogos de redes sociais
Coleção	Download de diversos materiais, arquivados com a finalidade de serem utilizados posteriormente. Entretanto o sujeito <u>não os abre ou utiliza de fato</u> ; acaba apenas acumulando grandes quantidades de material.	Download de: -Músicas -Filmes - Textos (PDFs) -Imagens -Vídeos -Links a serem visitados posteriormente
Personagens (Fakes)	Criação de um ou diversos personagens virtuais com finalidade de interagir com outras pessoas. A personagem pode ser do sexo oposto ao do seu criador.	- Interação com amigos ou parceiros amorosos por intermédio da personagem -Uso da personagem em salas de bate- papo, redes sociais ou jogos - Relação virtual, amorosa ou sexual com pessoa do mesmo sexo; entretanto, há a ressalva de não se tratar de interesse homossexual
Trabalho/Estudo	Utilização da internet para fins de trabalho ou estudo. O usuário inicia a atividade procurando coisas com esta finalidade, mas sabe que não haveria necessidade de permanecer tanto tempo na internet para isto.	- Procura de materiais para a redação de trabalhos escolares / universitários -Procura de materiais específicos sobre o trabalho ou profissão do sujeito -Desenvolvimento de sites, blogs, aplicativos e programas -Programação de computadores
Compras	Utilização da internet para realização de compras.	- Compras em sites que vendam pela internet

		- Busca de material a ser comprado em lojas físicas - Comparação de preços para compras posteriores
Vídeos e música	Utilizar- se do computador para ver filmes, vídeos ou ouvir música online. Download de músicas e filmes, que são assistidos no computador ou passados para outros dispositivos, como celulares ou players .	- Acessar vídeos no Youtube e em outros programas de vídeo - Ouvir rádios online - Downloads de vídeos e músicas, que depois são efetivamente assistidos - Assistir filmes no computador - Ouvir música no computador

Tabela 14- Análise dos conteúdos mais frequentes apontados como motivo de uso abusivo

Todos os usuários da amostra informaram seu gênero, entretanto, nem todos informaram seu uso abusivo principal. Segue tabela com os números informados:

Informação sobre uso abusivo principal			
	F	M	Total
Informados	40	107	147
Não Informados	13	29	42
Total da amostra	53	136	189

Tabela 15-Número de sujeitos que informaram uso abusivo distribuído por gênero

Vemos que 40 sujeitos do sexo feminino e 107 sujeitos do sexo masculino informaram seus principais usos abusivos. Com base nessa amostra de sujeitos que forneceram a informação, foi feita outra tabela com a distribuição dos usos abusivos nas categorias já estabelecidas. Alguns usuários apontam mais de um uso, sendo que foram classificados no máximo 3 usos apontados pelo sujeito como abusivos.

Usos abusivos	Total Informado
Comunicação	75
Sexo	41
Navegação difusa	37
Jogos	27
Relacionamento amoroso	18
Filmes/ música	12
Obsessão amorosa	6
Personagens	6
Trabalho/Estudo	6
Colecionadores	3
Compradores	3
Invasão de e-mails	2

Tabela 16-Distribuição de uso abusivo

Esses dados refletem o que já havia sido apontado por Young (1999a), que as atividades mais realizadas pelos usuários patológicos estavam relacionadas a cibersexo (categoria “sexo”, na amostra), ciberrelacionamentos (categorias comunicação, relacionamento amoroso, obsessão amorosa e personagens), jogos de computador (categoria jogos) e excesso de informação (categoria navegação difusa). Young, contudo, não incluiu dois dados mostrados por Mottran e Flemming (2009), que seria o grupo chamado de “Downloaders” e “Trabalhadores”. Nesta amostra, os sujeitos que praticam download foram classificados como “Filmes/Música”, e como “Colecionadores”, por terem diferentes relações com o material obtido. Os “Trabalhadores” foram classificados na categoria “Trabalho/Estudo”. Na classificação de Weisner (2001), que seria dividida entre regulação sócio-afetiva (SAR) e aquisição de informação e bens (GIA), vemos que a maioria dos usuários seria classificado como SAR e não como GIA. A classificação de Weisner leva em conta os “Compradores”, mas não a atividade de “Invasão de emails”, que, aliás, não foi encontrada em outras pesquisas.

A tabela que segue mostra uma comparação entre os diferentes usos e sua correlação com gênero, do total informado pelos usuários. A porcentagem foi calculada com base na amostra, distribuída por gênero. Por exemplo, na categoria “Comunicação”, 24 sujeitos do sexo feminino informaram este uso. Isso representa 60% da amostra de mulheres (40) que informaram seu uso.

Usos abusivos	F	M	% F	% M
Total informado				
Comunicação	24	51	60,00%	47,66%
Sexo	2	39	5,00%	36,45%
Navegação difusa	10	27	25,00%	25,23%
Jogos	2	25	5,00%	23,36%
Filmes/ música	2	10	5,00%	9,35%
Relacionamento amoroso	14	4	35,00%	3,74%
Obsessão amorosa	2	4	5,00%	3,74%
Personagens	4	2	10,00%	1,87%
Trabalho/Estudo	4	2	10,00%	1,87%
Colecionadores	1	2	2,50%	1,87%
Compradores	1	2	2,50%	1,87%
Invasão de emails	1	1	2,50%	0,93%

Tabela 17- Distribuição de usos abusivos por gênero

Convém lembrar que a amostra é composta por 72 % de homens e 28% de mulheres. Nesse sentido, algumas comparações podem ser tecidas, mesmo com algumas abstenções da informação.

Ambos apontam a comunicação pela internet como a atividade mais adictiva. Contudo, dado o tamanho da amostra, a porcentagem de mulheres (60%) que se considera dependente de comunicação é maior que a de homens (47%).

Os homens parecem se sentir mais dependentes de comunicação, sexo e jogos. As mulheres se consideram mais dependentes de comunicação e relacionamentos afetivos. Apesar de pouco citada, as mulheres também parecem se interessar mais pela construção de personagens do que os homens.

7.3.3.3.1 Comunicação

A comunicação com os outros parece ser a atividade preferida de ambos os sexos. Nessa comunicação são citadas com muita frequência as relações de amizade. Parece que a internet proporciona uma forma muito importante de estar em contato com os outros.

Na classificação de Weisner (2001) essa preferência por comunicação parece apontar que muitos usuários se utilizam da internet mais para obter regulação sócio-afetiva do que para adquirir bens e conhecimento, pois a atividade favorita é estar em contato com os outros.

A comunicação pela internet tem características diferentes da face a face, tais como conversar com uma grande quantidade de pessoas de forma simultânea, o que é inviável na comunicação presencial. Outra característica é que a internet permite que a comunicação seja frequente, incessante. Está à disposição 24 horas por dia, 7 dias por semana. Em um momento de solidão ou crise, a internet pode ajudar a encontrar alguém rapidamente. Permite ao sujeito ser acolhido na hora em que ele deseja, no momento de sua necessidade. Assim, a grande quantidade de amigos virtuais permite a sensação de preenchimento do vazio, de nunca sentir-se só. A dificuldade de lidar com um estado de vazio, de solidão, é um estado pantanoso da alma, como aponta Hollis (1999). A dependência dessa comunicação pode ser na verdade uma forma de lidar com esses sentimentos.

as vezes n tenho mais cabeça p ficar navegando na net, n sei nem q página fuçar mais, meus olhos doem, sinto um enorme vazio, olho em volta e penso, oq fazer agora então??? Meu convívio social não é lá grandes coisas, a net me deu "amigos" q conheço há muitos anos desde q tive meu primeiro contato com a net, tenho amigas q conheço desde q elas tinham 13 anos, e hoje já são maiores de idade. (suj. 88)

Souza (2010) aponta que os amigos aparecem como relacionamento necessário, em um mundo onde a família tradicional vive em crise. Espera-se dos amigos um lugar continente, seguro e protegido. A amizade tem sido valorizada como apoio para as grandes crises do

indivíduo. Barcellos (*apud* Souza, 2010) diz que o amigo é uma das facetas do arquétipo fraterno; precisamos desta vivência para definir quem somos, para ter um lugar no grupo e para nos sentirmos pertencentes a ele.

Na amostra, os usuários usam a internet para encontrar parceiros e amigos, motivados pela necessidade de companhia. Encontrar companhia na internet é um forte motivo para o uso, como já mostravam Mcmillan e Morrison (2006) e Levine (2000) .

A internet, por sua vez, ajuda a propiciar a pertença a vários grupos. Em um mundo instável, a rede aparece como lugar de estabilidade, de permanência. Apesar das piadas “Ter fama no Facebook é o mesmo que ter grana no Banco Imobiliário”, pessoas reais estão fazendo estas trocas afetivas e emocionais. Ao mesmo tempo, muitos sentem isso como um mundo ilusório. A comunicação via internet aparece como vivência ambígua, na qual se tem algum prazer, mas que, ao mesmo tempo, não satisfaz completamente. Os relacionamentos face a face, por sua vez, são menos controláveis do que os virtuais. Na rede, expõe-se o que quer, da forma que se quer. Caso necessário, cria-se até uma personagem para isso. Assim, por mais que o que é vivido na internet possa ter caráter ilusório, fornece ao dependente um espaço seguro para o alívio dos medos de depressão e abandono. O objeto da dependência, como apontava Perera (1999), pode cumprir esse papel, fornecendo um porto seguro.

7.3.3.3.2 Sexo, Relacionamentos e Obsessão amorosa

Chama a atenção a discrepância entre homens (36,4%) e mulheres (5%) que se consideram dependentes de sexo e material pornográfico. Isso remete às estatísticas levantadas por Cooper, Delmonico e Burg (2000) que apontam que o número de dependentes de sexo virtual é maior entre os homens do que entre as mulheres. Outro número discrepante é o de mulheres dependentes de relacionamento amoroso: 35% entre as mulheres e 3,7 % entre os homens.

Esse parece ser um dado que mostra as diferenças da amostra com relação às projeções de Anima/Animus. As mulheres parecem se apaixonar por uma imagem de Animus idealizada, principesca, onde o relacionamento virtual aparece como um conto de fadas, passível de ser romanceado e idealizado. O relacionamento virtual amoroso tem várias facetas e uma delas é a presença de projeções, uma vez que os dados não obtidos do parceiro virtual são propícios para isso.

Fico muito no computador!!! No ultimo final de semana meu computador so ficou desligado quando eu dormia. As vezes como na frente do computador. Entrei no World of Warcraft, e usei por uma semana. Foi tempo

suficiente para que eu conheça um cara, de outro país, e ficamos muito amigos, muito próximos. Ele tem uma namorada e eu tenho um namorado. Mas nos envolvemos, e minha vontade de ficar online sempre tem relação com a vontade de falar com ele. Desde então, nosso "relacionamento" teve idas e vindas, mas semana passada ele resolveu dar um tempo, de novo, por não estar aquecendo mais esse relacionamento virtual. Minha dúvida é se estou ou não com problemas no uso da internet, ou se o que faço e o tempo que fico, não chega a ser patológico. Qd falo com esse cara penso mt nele! Mais que penso no meu namorado. Durante 1 mes eu falava com ele todos os dias, por 5 ou 6 horas (driblando o fuso horário de 5 horas de diferença)! Eu pensava nele o dia todo, e posso dizer que nos apaixonamos. Isso só acabou qd ele de repente parou de falar comigo. Ele si deu conta da loucura que estavam cometendo, ja que nós dois tinhamos outras pessoas e acontecer algo entre a gente era impossível. (suj.145)

É possível, que para o sujeito 145, o relacionamento seja algo que a fez sentir-se viva, como mostra Estés (1999). A mulher pode se sentir aprisionada e tem fome de algo que a faça sentir-se viva. O parceiro pode aparecer como uma forma de resgate de sentimentos e sensações há muito adormecidos, tais como amar e se sentir amada, ser valorizada. As trocas de mensagens amorosas lembram o amor romântico dos contos da Cavalaria Medieval, onde o amado é, ao mesmo tempo, alvo do amor mais profundo, mas é também inatingível.

Já os homens parecem ter uma imagem de Anima também idealizada, mas na forma da prostituta insaciável, perversa, fetichista, disponível 24 horas por dia. Alguns usuários praticam sexo virtual, que é uma prática interativa com outro ser humano, mas muitos têm um tom voyerista, apenas contemplando fotos e vídeos pornográficos, dos quais não participam: fazem parte da fantasia no ato da masturbação. Wahba (1997) acredita que esse excesso de jogo solitário, restritivo, é uma exaltação da imaginação; o devaneio acompanha a exploração e os sentidos se aguçam. A autora também acredita que o isolamento acentuado, a morbidez do uso de substitutos para a satisfação sexual podem representar uma sexualidade defensiva, perversa e regredida. Pode ser considerada patológica porque não faz uso da pornografia no jogo imaginativo do sexo, mas sim de forma solitária e substitutiva. Para Jung (1934/1998), as imagens sexuais alquímicas aparecem associadas a *coniunctio*, sendo percebidas mais de forma simbólica do que de forma concreta. Outra leitura que pode ser feita é a de que esses sujeitos estão presos a esse símbolo, repetindo indefinidamente algo que não conseguem integrar.

Em ambos os casos, a internet propicia um contato mediado, um meio contato. É evidente que relacionamentos reais, profundos e intrinsecamente humanos podem resultar dos contatos estabelecidos na rede. Mas aqui estamos falando de um uso repetitivo, pouco criativo e pouco saudável na vivência do UPI. São relacionamentos que satisfazem parcialmente, e neste caso parecem ter a função de evitar o contato amoroso/ sexual mais complexo e menos controlado

do que as relações virtuais proporcionam. Os relacionamentos virtuais têm uma forte característica de controle; me relaciono com quem eu quero, da forma que quero, na hora e momento em que eu desejar e dentro das minhas condições- caso eu não esteja interessado, desligo o computador.

eu acredito que uso a internet como meio de conhecer pessoas para amizades e encontros casuais (...). a internet é como se fosse um jogo de azar, parece ser uma forma rápida, fácil e barata de conhecer pessoas mas não é. realmente parece um jogo de azar no sentido de conseguir manter um poder de dominação grande sobre muitas pessoas. A noite, entro em salas de chat , e 90% das vezes faço sexo virtual. Crio "amizades virtuais" - neste caso passo a contatar com através do messenger (msn). Podem tornar-se amigas virtuais ou apenas continuo com o sexo virtual. Posteriormente, se não me agrada, simplesmente delete. (Suj. 163)

Esse contato mediado parece ser, em primeira instância, um mecanismo de defesa com relação aos relacionamentos, que é vivido de forma ambivalente. Ao mesmo tempo em que se configura como uma defesa, também se configura como uma abertura, uma possibilidade. Apesar de não ser completamente satisfatório, apresenta uma possibilidade de relacionamento, ainda que não possa ser de forma completa.

Um dos meus principais problemas é a dificuldade em me relacionar socialmente, exemplo em uma simples reunião familiar não consigo me acostumar, acaba que por virar um tédio. também não consigo me relacionar com pessoas por intermédio do orkut e/ou msn. Apenas em chat's pelo fato de existir uma pequena chance de conversar com a mesma pessoa (suj.118)

A dificuldade de conversar com outros pessoalmente, que parece ser um problema grande para o sujeito 118, encontra alguma forma de expressão nesses contatos realizados em chats. Ainda que de forma parcial e breve, o sujeito pode ter algum contato humano, se utilizando da internet como um laboratório para os contatos.

Com relação a utilização para fins sexuais, a rede parece ter um papel libertador, onde os indivíduos podem assumir fantasias de forma razoavelmente segura. Pode ocorrer cisão entre Persona e Sombra, com o usuário mostrando-se decente para a sociedade offline, mas tendo comportamento devasso na internet. Esta cisão é típica do dependente comportamental (mostrar uma Persona aceitável e depois o lado sombrio na dependência).

admitir uma doença. estou com 21 anos e passando por algo que eu nem conseguia perceber. fico horas e mais horas na frente de um computador. aos poucos virei um triste prisioneiro de algo que não me faz bem. o problema se torna cada dia mais sério, pois não envolve apenas orkut e msn ... existe o lado que até me envergonho de falar ... estou viciado em pornografia. isso me machuca muito. porque nunca foi algo que admirei. me envolvo virtualmente com pessoas perigosas. inclusive jah me mostrei na web cam em posições absurdas. estou com medo ... medo que isso revele o meu lado mais terrível e acabe me levando para um caminho sem volta. eu tenho vontade de obter prazer sexual e entro em um msn só pra isso e tenho pessoas que

me deixam em situações constrangedoras. tenho um lado submisso em mim que está me destruindo, depois que me masturbo, usando webcam. paro e sinto ódio do que fiz, volto para a normalidade do orkut, msn e email, achando que resolvi o problema e que nunca mais irei fazer. qdo vejo, estou de novo ... com o mesmo comportamento. ng imagina que tenho vivido relações sado-masoquistas e que tenho me colocado em risco. o tempo todo, pra todos oq eu faço é relacionado aos meus trabalhos da faculdade. (Suj. 130)

O caso 130 nos remete ao que Young *et al* (2008) dizem: uma forte motivação para o uso patológico é que a internet propicia uma forma de liberação de desejos sexuais escondidos ou reprimidos. Nesse caso, como em muitos outros sujeitos, a internet parece ser uma forma de lidar com o dinamismo arquetípico de Dionísio. A consciência apolínea é rígida, e não permite a incorporação de diferentes aspectos da sexualidade. Isso faz com que esses aspectos sejam libertados em outros lugares, neste caso, na internet. De forma razoavelmente anônima, segura e discreta (COOPER, DELMONICO E BURG, 2000) parece o espaço perfeito para uma libertação que não prevê grandes consequências sociais, durante tempo razoável. Pode ser utilizado de forma anônima, em isolamento, com baixo custo e dando asas às mais indizíveis fantasias (CARNES, DELMONICO E GRIFFIN, 2001).

Na internet, os que ficam dependentes de atividades sexuais experimentam, como diz Bauer (1982), o lado jubiloso e libertador de Dionísio. Como dizem Loureiro e Lescher (2006) o prazer da atividade está relacionado na experiência libertadora de ser uma outra pessoa, com vida erótica intensa. A internet cumpre, nessa situação, o mesmo papel do álcool e da droga, permitindo a liberação de aspectos sexuais banidos da Persona. Entretanto, essa libertação traz consequências a longo prazo.

Ou ainda, como dizem Moore e Gillette (1991), esta pode ser uma questão ligada ao masculino, na vivência de um aspecto sombrio do arquétipo do Amante. O sujeito fica à procura do orgasmo sem fim, e por isso a procura nunca acaba. A mulher não é um todo com o qual se relacionar; é uma coleção de imagens, “pedaços” de mulheres, “peitos e bundas”. Isso talvez explique as extensas coleções de pornografia que os sujeitos relatam fazer. Ainda sobre a questão do aspecto sombrio do arquétipo do amante, Moore e Gillette mostram que um dos grandes problemas desta vivência é a falta de limites. O limite, nestas situações, parece relevante, uma vez que o indivíduo tem uma dificuldade muito grande em limitar-se. Exercer o limite consigo mesmo é tarefa difícil e penosa. Com seu caráter enciclopédico, a internet parece não ter limites, deixando a procura por pornografia sem fim.

A culpa baliza muitas dessas atividades sexuais mediadas pela internet, uma vez que alguns destes comportamentos sexuais não são plenamente aceitos pela sociedade. Mas, assim como

em outras dependências, mesmo sentindo culpa após o ato, o dependente é incapaz de refrear seu comportamento:

Gostaria, através deste canal, solicitar uma ajuda. Pois tenho passado longas horas do meu dia em salas de bate papo a procura de sexo virtual via cam no msn. Há dias que vou dormir 3, 4 horas da madrugada. Assim que acordo vou direto para o computador. Fico tão chateado comigo mesmo, até porque mantenho um relacionamento, mas só nos vemos no final de semana. Quando termino as práticas sinto uma sensação de culpa, de vazio e prometo para mim mesmo que vou parar, mas assim q tenho uma oportunidade lá estou eu de novo nas salas caçando alguém. Não consigo parar! O que faço? (suj.120)

O que mais me ocupa quando estou online é a maldita pornografia. tem coisa demais e fico vendo video on line, fotos baixando video sem fim. depois sinto culpado, tem dia que nem como ou tomo banho. fico on line até madrugada amanheço mal, com sono e com culpa. Podia ter feito isto, aquilo, mas fiquei perdendo tempo on line. a sensação é de que tô sendo desonesto com minha mulher e prejudicando a mim mesmo. ate aqui deu pra manter as aparencias mas eu me sinto um viciado. Parece que sou um adolescente escondendo papelote de maconha de alguem. (suj.141).

Após a atividade sexual, a Persona retoma o controle e se envergonha. Cavaglioni (2008) aponta que a dependência de sexo pode estar aliada a um confronto com o material sexual reprimido, mas este não consegue ser vivido de forma criativa, sendo vivido como uma dependência. Schoen (2009) acredita que a dependência é a forma que a psique consegue atingir a homeostase.

Ainda no campo dos relacionamentos, a obsessão amorosa parece ter sido muito potencializada pela entrada da internet. O comportamento é tão comum que ganhou até nome: são os chamados “Stalkers”, que vasculham a vida alheia, especialmente a de uma pessoa na qual tenha interesse, nas redes sociais. O ciúme e a obsessão sempre fizeram parte da vida humana, entretanto, nunca houve um instrumento desta magnitude para acompanhar a vida dos outros. As redes sociais permitem que uma quantidade de informação pessoal muito grande seja disponibilizada, alimentando o ciúme e fornecendo dados para “paranóias” pessoais. Elphinston e Noller (2011) acreditam que essa atitude fica cada vez mais frequente com a entrada das redes sociais, que potencializam o ciúme e as brigas entre casais.

7.3.3.3 Navegação, assistir filmes e ouvir música

A navegação aparece em terceiro lugar como atividade mais frequentemente realizada, por ambos os sexos. A atividade de navegação está ligada a diversos fatores, tais como a busca de informação. A internet traz aos sujeitos um infindável mundo, saciando a sede de conhecimento. Entretanto, muitos dos sites visitados são considerados pelos usuários como

“bobagens”, que poderiam ser evitadas, tais como sites de humor, notícias, desenhos e fotos engraçadas veiculadas nas redes sociais. Nesse caso, a atividade de navegação aparece mais como uma distração, uma procrastinação das atividades consideradas como “chatas”. A atividade parece ajudar a se evadir, não pensar nos problemas.

Atuo na area de TI a 10 anos, sinto-me totalmente dependente da internet. Troco habitualmente a companhia de minha esposa pela navegação, e quando sou requisitado para alguma atividade, tipo alimentação, café, sobremesa fico muito irritado, sinto vontade de gritar para que não me encham o saco. Evito assistir filmes com minha esposa, quando não estou na web pego algum livro ou revista que trate de tecnologia, fico grifando os endereços de web para visita-los na primeira oportunidade. Sinto que minha produtividade profissional tem caído muito, muitas vezes a navegação não tem foco, fico visitando sites aleatoriamente, me cadastrando em tudo que vejo, sem obter nada de produtivo. Faço visita a sites diversos, empresarial, humor, novas tecnologias, noticias, etc. (suj.91)

Constatei que estou utilizando a internet por prazer e não consigo freiar esse impulso. Percebi isso pois tenho algumas atividades programadas para acontecer nesse semestre (como por exemplo acabar uma monografia) e elas simplesmente não estão acontecendo, e quando olho para trás e tento lembrar o que tenho feito nos meus dias, percebo que estou deixando minhas horas passarem na frente do computador lendo e me enchendo de informações que na verdade não tem tanta efetividade para mim agora. Todos os dias eu passo no mínimo de 1 à 3 horas conectado no computador somente "de bobeira" (isso sem contar o tempo que estou fazendo algo realmente útil). Eu instalei um software para monitorar meu uso do pc, 80% do tempo eu gasto entrando em diversas páginas diferentes lendo assuntos que me interessam ou chamam a atenção, desde economia até futebol. Geralmente fico pulando de links em links nos sites. (suj. 144).

Assim como a navegação, assistir filmes e ouvir música também são atividades cuja finalidade, além do prazer, é evadir-se da realidade, procrastinar tarefas. Por conta do formato MP3, que permite que grandes coleções de música sejam montadas, essa atividade parece hoje ter poder adictivo (COCKRILL; SULLIVAN; NORBURY, 2011).

As buscas de informação que são utilizadas para o trabalho foram consideradas como uma atividade adictiva. Bem como a navegação, parece fazer o sujeito se inteirar nos campos do conhecimento, dando a sensação de uma atividade produtiva, mas, na verdade, esta não é necessária. A busca da informação, ainda que com finalidade séria, parece incomodar. É interessante notar que o trabalho geralmente não é considerado nos manuais como atividade adictiva, mas há uma percepção incômoda por parte dos usuários.

7.3.3.3.4 Colecionar materiais

A atividade de colecionar material, sem utiliza-lo posteriormente parece ser um dado muito interessante, não encontrado em outros trabalhos da literatura. Apesar de poucos sujeitos mencionarem essa questão, é um fator interessante a ser pesquisado em trabalhos futuros.

É triste mas estou viciado em sexo na internet. Nao entro em bate- papos, nao tenho orkut, nao troco emails com outras mulheres, apenas baixo fotos e videos. O problema é que ja tenho mais de 80 mil fotos no hd e continuo buscando por mais, nao tem limite, a cada navegacao acho novos links, novas garotas e a coisa nao tem fim. Ja apaguei tudo uma vez e nao resolveu, só piorou pois la fui eu montar " a coleção " de novo. Quando fiz a mudança do escritório, foi a mesma coisa. Fiquei colecionando fotos e fotos de móveis, salas, aparelhos que nunca mais vi. (suj.52).

Os sujeitos parecem colecionar o material, mas sem finalidade útil. A coleção parece ser um subproduto da navegação, também com a finalidade de distrair. Ao mesmo tempo, remete a posse da informação. Salvar no computador é uma forma de prescindir da internet (pois o material pode ser visto offline), e também remete a atividade infantil de “coleccionar”: figurinhas, álbuns. No caso 52, esta atividade parece entrar no lugar da antiga “coleção de playboys” masculina, quando as revistas eram mantidas debaixo da cama, onde ficavam ao alcance.

7.3.3.3.5 Jogos e Personagens

Quanto ao uso dos jogos, mais usado por homens (23%) do que mulheres (5%), parece haver outros motivadores e questões com relação à dependência. O fato de haver mais homens que mulheres está de acordo com as estatísticas sobre o uso de jogos, que é predominantemente masculino¹⁸.

Meu maior hobby no momento é jogar, principalmente um jogo de MMORPG, que é RPG pela internet, chamado Cabal. Estou fissurado nesse jogo há mais de um ano, tentando chegar nos objetivos finais do jogo. Posso dizer com o que conheço de vícios que isso que adquiri por esse jogo é um vício, pois teve tempos atrás que joguei mais de 30 horas sem parar esse jogo. (suj.160).

Nos jogos de MMORPGs, os motivadores principais parecem ser sociabilidade, escapismo, vivência de uma vida paralela, expressão de aspectos da personalidade que não encontram

¹⁸ ESA- Entertainment Software Association . <http://www.theesa.com/>

expressão em outro lugar, vivências de aventura e os aspectos específicos relacionados a ludicidade do jogo. (FORTIM, 2004a).

Um dos motivos muitas vezes apontados pelos usuários de MMORPGs como motivo de UPI é a possibilidade da criação de personagens. Atividade muito conhecida e comum, especialmente nos tempos da internet predominantemente escrita, a criação de personagens virtuais está presente não apenas nos jogos, mas em diversas comunidades na internet. Chamados de “fakes”, (perfis falsos) em algumas comunidades, essa atividade é considerada como bastante adictiva, desde os primórdios do uso da rede, como já apontava Turkle (1997).

Sou jovem de 25 anos, estudante universitária, solteira, moro com pais. Eu tive um relacionamento aos 22 anos, e após termino busquei na net auxílio para passar o tempo e descontrair, não gostava de me identificar e evitava entrar em salas de bate papo com nick feminino para evitar os indesejados, o fato é que eu entrava nas salas com nick masculino para apenas conversar com as pessoas sem precisar me identificar e dizer quem sou de fato. Acontece que isso foi acontecendo de tal forma, que acabei criando um personagem, não foi intencional, criei um personagem masculino com minhas características psíquicas, morais, desejos, etc. Ao passo que as coisas aconteciam criei histórias, algumas verdadeiras, outras não verdadeiras, outras parciais... e aos poucos fui me envolvendo ao ponto de não conseguir mais me livrar desse "vício" digamos assim, e comecei a magoar pessoas fantásticas na net que conheci com o perfil masculino e isso está me arrasando emocionalmente. acabei me envolvendo emocionalmente, e tenho plena consciência de que não tenho desejos por outras mulheres que na grande maioria são com as quais mantive contato, e impressionantemente as que eu dediquei mais tempo para conversa, por ser agradável, acabaram se encantando por esse personagem e demonstrando sentimentos sinceros, não consigo mais sair disso e me sinto envolvida e culpada. (sujeito. 147)

Libertar outras facetas de si mesmo- a internet aparece como espaço privilegiado para as vivências que tomam lugar longe da rígida Persona mostrada no dia a dia. A mudança de sexo dessas personagens também é bastante conhecida, e parece estar atrelada a possibilidade de experimentar o outro lado- afinal, o que significa ser homem e mulher? Como fazer essa experimentação de outra forma? É interessante que muitos dos relacionamentos vividos com personagens têm carga emocional intensa de amor e de ódio. A personagem parece ser fictícia, mas a vivência, não.

Com relação aos usuários que utilizam a internet para fazer compras, temos, assim como nos dependentes de sexo, um cruzamento com as dependências comportamentais já catalogadas. Nesse sentido, a internet parece agir como um catalisador, instrumento que potencializa as dependências já existentes (tais como sexo e compras). Entretanto, com relação à dependência de sexo, muitos dos sujeitos apontam ter uma dependência apenas virtual, e acreditam que o início de seus problemas está relacionado apenas à disponibilidade online, não apresentando uma dependência de sexo anterior ao uso da internet.

Uma das menos citadas, a invasão de e-mails também parece ser uma atividade adictiva. Da mesma forma que a obsessão amorosa, parece dar a sensação de controle sobre a vida de outra pessoa. Ao contrário da obsessão amorosa, que se utiliza de métodos lícitos para obter as informações, a invasão de e-mails se configura em uma quebra da privacidade das mensagens de outrem. Os usuários citam esta atividade como se fosse uma atividade Hacker. Entretanto, ela se configura apenas como uma adivinhação de senhas, possível mediante uma engenharia social com os diversos dados disponíveis na internet.

Vi que vocês tem um atendimento para viciados em internet. Meu nome é (),tenho 25 anos, sou universitária...facio terapia com uma psiquiatra ha quase lano...Tive muitos problemas nos ultimos meses...tive transtorno de comportamento e tal... Quería conversar sobre uma coisa que não posso falar com minha médica. Descobri algumas coisas sobre minha ex-psicologa na internet. Tenho a senha dela e os e-mails...Todos os dias leio as mensagens dela. Descobri o endereço,coisas da sua vida pessoal etc. Qdo eu fazia terapia com ela,eu comentei que conseguia senhas e tal,na época de amigas... Mas ela nao deu importancia,ou não "ouviu". Dai depois comentei com minha psiquiatra e ela também parece nao ter acreditado em mim. Dai um dia falei sobre a conta que ela tinha em um banco e sobre as senhas que eu conseguia. Minha médica conhece a ex-psicologa porque foi ela que me indicou. Dai ela ficou super brava comigo, disse que eu estava fazendo uma coisa errada (eu ja sabia disso) e que eu tinha descumprido nosso contrato terapeutico, era para eu pensar no que eu tinha feito e ela ia pensar se ia continuar me atendendo. Preciso do atendimento dela,então eu disse que nunca mais iria fazer isso. Só que o problema é que eu não sei como parar. Sinto muita raiva da minha ex-psicologa então parece que me satisfaco sabendo da vida privada dela... Ja ate pensei em mudar as senhas dela para assim ela perder os e-mails e eu não acessar mais. Fico angustiada com isso, parece um vicio... O que eu posso fazer?Como eu posso me livrar desse sentimento e desse comportamento?Por favor me ajudem! (suj.16)

A vida, com seus diversos percalços, parece não poder ser controlada. Todavia, na internet, a sensação de controle dos relacionamentos é muito forte. A possibilidade de conseguir informações confidenciais confere um poder grande ao sujeito- ele foi capaz de quebrar o sigilo e espiona sem que o outro saiba. Especificamente falando sobre o sujeito 16, esta invasão de e-mails parece se configurar como uma “revanche” do poder representado pelo analista no processo terapêutico. Essa guerra virtual de poder na análise também se configura em redes sociais, com o sujeito buscando informações sobre o terapeuta que não foram fornecidas (FORTIM, 2006).

Apesar dos benefícios da internet, a maioria das respostas dadas pelos sujeitos parece mostrar que há um canto da sereia, que ao mesmo tempo seduz, mas destrói. Apaixonados pelas possibilidades de abertura propostas pela rede, os indivíduos ficam aprisionados em sua teia, suas pessoas e suas tramas, levando a mais sofrimento. Se de início usam a rede como forma de lidar com algum problema, essa forma posteriormente aparece como demais irresistível. Assim, quanto mais o sujeito usa a internet como forma de enfrentar seus problemas, mais ele

se apega a esta forma de resolução, fazendo deste espaço o único possível. Ao fazer o uso excessivo do computador, ao invés de abrir possibilidades de resolução, só gera mais sofrimento. Esse mecanismo também é visto em outras dependências comportamentais.

7.3.3.4 Com relação às consequências negativas

Neste item, 140 sujeitos relataram que sofrem consequências negativas pelo excesso de uso da internet. Essas consequências negativas foram agrupadas da seguinte forma:

Consequências negativas	Definição
Prejuízo no trabalho	Os sujeitos relatam queda na produtividade, incapacidade de não acessarem material impróprio no local de trabalho, procrastinação de tarefas, perda de prazos e compromissos, atrasos em reuniões e compromissos.
Comprometimento social	Evitam situações sociais que demandam encontro face a face, preferem ficar no computador a ir a eventos sociais, preferência por comunicação exclusivamente virtual.
Prejuízo nos estudos	Queda na produtividade, procrastinação de tarefas escolares, perda de prazos de entregas de trabalhos, atraso nas aulas, notas baixas, faltas frequentes.
Conflitos conjugais	Conflitos com o parceiro conjugal por excesso do uso; o outro parceiro sente que está excluído das atividades online do sujeito, ou não concorda com elas. Também não concorda com o tempo excessivo gasto no computador.
Conflitos familiares	Conflitos familiares que incluem pais, mães e filhos, por conta do excesso de uso. Há conflitos, pois os pais querem limitar o uso do filho/a; discordam do tipo de utilização do computador.
Descuido consigo mesmo	Falta de cuidado consigo mesmo, tais como deixar de se alimentar, tomar banho, dormir adequadamente.
Negligência da rotina doméstica	O sujeito deixa de fazer as tarefas domésticas habituais que são necessárias à manutenção da casa, tais como cozinhar, lavar a roupa, fazer atividades combinadas com outros integrantes da família.
Alterações Psicológicas	Sensação ou sentimento de que o excesso de uso fez alguma mudança de cunho psicológico e que está prejudicando o sujeito.
Descuido com dependentes	Falta de cuidado com dependentes, especialmente filhos. Deixar de alimentar as crianças, trocar fraldas, deixa-las sem supervisão, esquecer-se de buscá-las em algum lugar.

Tabela 18- Descrição das consequências negativas

Os 140 sujeitos se distribuem nessas categorias da seguinte forma (cada sujeito pode ter informado mais de uma consequência negativa):

Consequências Negativas	
Prejuízo no trabalho	48
Comprometimento social	46
Prejuízo nos estudos	43
Conflitos conjugais	27
Conflitos familiares	26
Descuido consigo mesmo	18
Negligência da rotina doméstica	8
Alterações Psicológicas	3
Descuido com dependentes	3

Tabela 19- Distribuição da amostra informada nas categorias das consequências negativas

As consequências negativas são a linha divisória do que se considera como UPI do que não é. Vemos que 74% da amostra (n-189) relata algum tipo de problema ou prejuízo relacionado ao excesso de uso. Esses dados parecem sugerir que boa parte da amostra de fato poderia ser classificada como usuária patológica, caso se aplicassem os critérios diagnósticos. Essas consequências descritas são a principal forma de mostrar o sofrimento pelo qual passam esses sujeitos. Como será visto nos exemplos abaixo, o excesso de uso acarreta diversos problemas. A consequência negativa mais relatada são os prejuízos no trabalho:

Bom, eu preciso realmente de ajuda. Eu não consigo fazer meu trabalho, só fico na internet e me disperso completamente. E eu tenho prazos, vou acabar destruindo o futuro brilhante que eu posso ter pela frente. Meu problema é o Orkut. (suj.99)

No trabalho a maior parte do tempo eu passava distraída na internet. E a noite quando chegava em casa ficava na internet até a hora de ir dormir. Na minha primeira avaliação me falaram que eu deveria me controlar mais quanto ao uso da internet, mas me promoveram. De manhã eu saía na cabeça fazendo promessas a mim mesma que não entraria na internet. Pois nenhuma das vezes consegui. Era sentar na frente do computador e e batia uma ansiedade, uma agonia inexplicável. Em dezembro pedi a conta, pois não achava justo engana-los dessa forma, eu estava me sentindo muito mal com essa situação. Foi onde comecei a trabalhar no escritorio de contabilidade da minha mãe. Então eu caí de vez. Passava o dia todo na frente do msn. Maldito! Dois meses depois minha mãe me demitiu por justa causa. Minha própria mãe! Mas não acaba aí. Comecei a trabalhar em outro escritório. Todo dia de manhã eu conversava comigo mesmo "eu não vou entrar no msn"... Entrava todos os dias. Um mes depois pedi a conta. Minhas chefes disseram que no dia seguinte iam chamar o tecnico pra bloquear a internet no meu computador. ainda bem que não passei por esse constrangimento. (suj.62)

No caso 62 vemos como o problema persiste, mesmo após vários empregos que o sujeito passa. A compulsão de usar o computador parece ser irresistível e é maior do que a força de vontade do sujeito.

O comprometimento social, também bastante citado, aparece de muitas formas. Em especial, os sujeitos começam a fazer uma substituição da vida offline pela vida virtual.

Muitas foram as vezes em que eu deixei de ir a algum lugar, casa de amigos ou ate parentes, ou fazer trbalho da facul por causa do sentimento de que "estou perdendo alguma coisa" se nao uso a internet. Muitos perguntavam porque eu fazia isso e eu nao sabia dizer, criando ainda mais medo de me socializar e me afastando dos meu amigos. (suj. 124)

O terceiro item mais citado é o prejuízo nos estudos. Uma parte considerável da amostra que informa os dados sobre a idade é jovem, então é esperado que existissem complicações nos estudos, uma vez que 34 sujeitos declaram ser estudantes.

É comum que perca muito tempo zapeando em sites, inclusive em meio a uma pesquisa, ou um trabalho que esteja digitando, e eventualmente atraso o término por conta disso. Também durmo tarde por conta disso, o que contribui indiretamente (talvez diretamente) para atrasos ou faltas em aulas pela manhã. (suj. 113)

Os conflitos conjugais e familiares também são bastante citados. Em ambos os casos, há o conflito pelo excesso do uso:

Sou casado a 3 anos e mesmo depois do casamento não consegui me "livrar" das minhas amigas virtuais. Ja tive problemas com minha esposa por este motivo, ela me pegou tendo sexo virtual e brigou muito, muito comigo. Por conta disso eu tenho um MSN que ela não sabe que existe, ou seja minto pra ela pra poder conversar com minhas amigas. Antes ela brigava comigo quase todos os dias, ela acha que não dou atenção e fico só nos "joguinhos". Sinto que nosso relacionamento mudou muito depois que colocamos internet lá e casa, eu entro em sites de jogos on line e acabo conhecendo mulheres que tambem são casadas, assim a gente troca os MSNs e a conversa continua... (suj. 176)

Durante o dia, tenho completo acesso a internet pois meus pais fazem assinatura de TV e internet a cabo. Quando não estou na internet, estou vendo tv ou me ocupando com coisas diversas, tipo ajudando minha mãe...etc...O tempo que passo conectado varia muito, mas se deixar sou capaz de passar mais de 5 horas...muitas vezes minha mãe tem que me tirar do computador, ela faz pressão verbal mesmo...nunca chegamos ao confronto fisico digamos assim...são raros os momentos que passo pouco tempo e saio por livre e espontanea vontade. (suj.149)

Outro ponto interessante de notar é qual a experiência que o cônjuge ou a família tem com relação a internet. Os familiares tendem a julgar a experiência do sujeito pelo seu próprio uso. Caso estes não se utilizem muito do computador, ficam extremamente incomodados pois se sentem abandonados, uma vez que o dependente privilegia outros relacionamentos (virtuais) ao invés dos já constituídos. Contrapondo-se a outros casos, quando a família não é usuária, 3

horas pode-se constituir em um uso abusivo, ao passo que se a família também usa muito o computador, um uso excessivo ou patológico pode passar despercebido. Ainda sobre o caso 139, vemos a menção de confronto físico, tamanho conflito que aparece entre o sujeito e a mãe. O sujeito sente que não consegue limitar-se e sempre é limitado pela mãe.

O descuido consigo mesmo e o descuido com dependentes parece ser uma das consequências mais graves do UPI. Os sujeitos colocam em risco a si mesmos e a outras pessoas, especialmente filhos menores, por conta do computador. Felizmente, o descuido com crianças é uma das consequências menos citadas.

Já a algum tempo venho deixando de fazer minhas tarefas e cuidar de meus filhos por vicio a internet e bate-papo. Sou casada tenho 3 filhos...Tenho 28 anos.Tenho picos deste vicio... depois volto a vida normal. Teve uma epoca que deixei de fazer comida para meus filhos, dar banho troca-los etc etc etc Hoje moro em uma cidade do interior distante da capital... meu marido trabalha lá e nos vemos aos fim de semana... moro perto da minha familia.Preciso de ajuda pois estou sentindo que este vicio está voltando e já tenho deixado de fazer tarefas importantes e preferido ficar no computador. (suj. 152)

agora no mes 8 eu fiz um orkut pra mim, para piorar + ainda a situação, comprei um pc para mim, se tornou uma coisa tao duentil que eu acordava e ia direto ligar o pc, olhar quem tava on no msn, ver o orkut de todos que eu conhecia..depois de ficar horas e horas ai eu ia escovar os dentes comer algo rapido e voltar na net... fiquei sem comer muitas vezes pra poder ficar no PC. Eu emagreci alguns kilos, fiquei neurotica, fiz a internet virar a minha vida, mais eu tava ficando tao insuportavel, que resolvi parar, soh entrar aos sabados, mas sou fraca, e por mais que eu tente euu nao consigo mais parar, a internet se tornou o tudo da minha vida, nao sei mais o q fazer ! (suj. 48)

No caso 48, a falta de cuidado consigo mesma implica em pular refeições, ficar sem comer, chegando a usuária a emagrecer. Também existem usuários que, assim como no caso 152, além de se descuidarem dos menores, negligenciam a rotina doméstica (fazer comida, etc).

Apesar de citadas poucas vezes, as alterações psicológicas são um relato muito interessante por parte dos sujeitos. Estes relatam que acreditam que o excesso do uso da internet os deixou com “alterações psicológicas”:

a experiência com os chats fez com que emergissem facetas diferentes e traços de personalidade que mal imaginava. Reforçaram algumas tendências comportamentais e / muito do que faço é pautado por essas vivências no chat. Minha vida interior, creio, está comprometida por causa das minhas experiências na internet. (suj. 12)

Doutora, gostaria de saber algumas coisas. 1-O mundo virtual pode se tornar o mundo real em alucinações para uma pessoa viciada? Tenho me sentido assim. 2- Quando uma pessoa pode ser considerada viciada? Eu me acho. Bem é isso. Eu jogo mais ou menos umas 9 nos fins de semana e 6 durante a semana.. Tchau. Obrigado - (suj.25)

JOVIÆ e ÐINÐIÆ (2011) sugerem que essas alterações psicológicas podem estar relacionadas a sintomas de abstinência, mas, em ambos os casos, é impossível saber se essas descrições de fato são produto do uso excessivo ou se o sujeito já tinha traços psicóticos anteriores (alucinações e tendências comportamentais). Contudo, é visível que a internet traz à tona esses conteúdos. No caso 25 o sujeito refere-se ao excesso do jogo de MMORPG. É difícil inclusive a compreensão do que está escrito, mas parece que o sujeito alucina na realidade com os conteúdos presentes no jogo. Já no caso 12, parece que os chats fizeram emergir facetas da personalidade antes desconhecidas.

De forma geral, as consequências negativas parecem estar em consonância com o que foi apontado por Sanchez-Carbonell, Beranuy *et al.* (2008); Zboralski, Orzechowska, Talarowska *et al.* (2009) Tao, Huang *et al.* (2010) e Griffiths (2000; 2001; 2005). Também como apontam JOVIÆ e ÐINÐIÆ (2011), a gravidade do UPI se mostra pelo fato de os sujeitos continuarem utilizando a internet, apesar da consciência dos contínuos problemas causados pelo excesso de uso.

7.3.4 Como explica

Neste item, 70 sujeitos forneceram uma explicação sobre o porquê achavam que tinham desenvolvido o UPI. As explicações dadas pelos sujeitos foram agrupadas em 7 categorias: Manejo de sentimentos negativos; Fuga; Suprir falta de algo; Manejo de timidez; Algum tipo de perda; Controle sobre a vida dos outros e Canal privilegiado de expressão .

É muito interessante notar como os próprios sujeitos fornecem uma explicação para o que vivem. Essa autopercepção traz dados importantes para revelar, possivelmente, as origens do UPI. Os usuários parecem relatar motivos diferentes para explicar sua situação. Sendo assim, cada um deles acaba desenvolvendo o UPI para enfrentar problemas diferentes. Como já dito diversas vezes, o UPI parece ser uma estratégia de *coping* para diversas situações difíceis na vida do sujeito. Nas explicações fornecidas abaixo, alguns sujeitos relatam em que momento da vida acreditam ter desenvolvido o UPI, ou em qual momento da vida a internet passou a se tornar crucial na vida deles.

Alguns sujeitos deram mais de uma explicação, como segue na tabela abaixo:

Como Explica	
Manejo de sentimentos negativos	25
Fuga	18
Suprir falta de algo	17
Manejo de timidez	11
Algum tipo de perda	5
Controle sobre a vida dos outros	3
Canal privilegiado de expressão	2

Tabela 20: Como explica ter desenvolvido UPI

A categoria “Manejo de sentimentos negativos” se refere à menção de utilizar a internet para se sentir melhor ou se aliviar de sentimentos negativos, tais como ansiedade, stress, raiva, tristeza, pressões no trabalho, tensão, crises de pânico, solidão, depressão, angústia, sentimento de vazio, insatisfação, insegurança, baixa autoestima, cansaço ou chateação (palavras utilizadas pelos internautas).

Os sujeitos se referem a uma sensação de alívio, como se a internet fosse capaz de fazer esquecer ou minimizar estes sentimentos ruins. Como nos dizem os sujeitos abaixo:

“Se sofro alguma chateação ou estou muito ansioso, me apanho procurando pornografia na internet” (suj. 13)

“às vezes me bate uma depressão do nada uma sensação de tristeza e sempre tento esquecer meus problemas ou angustias estando na net. sou filho único e sou uma pessoa muito trancada dentro de mim e so tenho "amigos" na escola. as vezes me sinto triste sem ter ninguém pra conversar etc.. por isso que vou para o computador por que aki me sinto bem pois vejo uma coisa e outra, teclro com alguém e isso vai me fazendo esquecer a angústia que sinto.” (Suj. 65)

A categoria “Fuga” se refere aos internautas que acreditam que usam a internet para escapar da realidade. Sentem como se fosse uma forma de fugir dos problemas cotidianos. Muitos se referem aos termos: esquecer dos problemas, fuga para o mundo da fantasia, refúgio, forma de esquecer dos defeitos, dispersar a atenção, distrair-se, deixar de fazer atividades desagradáveis ou parar de pensar em problemas graves.

Como nos dizem os sujeitos abaixo:

“não sei, mas quando estou aqui eu não me lembro muito dos problemas lá de fora e pareço estar feliz e em paz” (suj. 54)

“ me chamo (), e já por algum tempo passei por um problema de depressão, mas hj já estou melhor disso.porém atualmente tenho passado por varios problemas de ansiedade excessiva, sinto como que se tivesse uma bola queimando dentro do estomago, já tentei de varias maneiras combater essa ansiedade e não tenho conseguido, e com isso tenho utilizado a internet como fuga, devido ao meu trabalho além de estar conectado o dia todo, chegando em minha residência se não ligar o computador fico mal.” (Suj. 135)

Essas duas categorias (manejo de sentimentos ruins e fuga) são mecanismos já conhecidos no estudo das dependências. O UPI parece ter essa característica em comum com outras dependências comportamentais, tal como o jogo patológico. A fuga e o manejo dos sentimentos negativos são bem conhecidos como alguns dos principais motivadores para o uso patológico (Whang, Lee e Chang , 2003; Sanchez-Carbonell , 2008 ; Young , Youe *et al.* 2010).

O manejo de sentimentos ruins parece estar ligado ao que Hollis (1999) diz: o vício, a dependência, são formas de administrar a ansiedade e evitar o confronto com estados negativos e pantanosos da alma.

Com relação ao uso da internet para a fuga, Perera (1999) já havia apontado a dependência como a construção de um espaço transicional, um mundo ilusório entre a vida real e os problemas. Nesse sentido, a internet parece ser espaço privilegiado para a construção desses mundos transicionais, como já apontava Turkle (1997). Fortim (2004a) também trabalha com as noções de escapismo que a internet pode proporcionar.

A categoria “suprir falta de algo” agrupa os usuários que dizem que utilizam a internet para suprir alguma coisa que não têm na vida presencial. Alguns usuários dizem que a internet é capaz de satisfazer comportamentos e desejos sexuais que não conseguem no mundo offline. Por vezes, os usuários apontam que o sexo virtual é um substituto para satisfazer o desejo de ter um caso extraconjugal.

“não sinto o menor tesão pela minha esposa, por isso busco na internet paginas de pornografia para me satisfazer”. Suj.43

Neste caso, o UPI parece atender às fantasias de completude dos relacionamentos. Nenhuma pessoa pode prover todas as fantasias e desejos; sempre haverá a falta. Entretanto, com a internet, a sensação de completude pode ser obtida. Nenhuma fantasia deixará de ser satisfeita. Pode-se pensar também em uma imagem de Anima fragmentada, cuja projeção é

feita em diversas mulheres: a esposa fica em casa recebendo projeções maternas e a mulher sexualizada fica projetada nas fotos e filmes na internet.

A internet também aparece como substituto para a vida social; os únicos amigos possíveis são os online. Os amigos virtuais ganham importância muito grande.

Eu trabalho como digitador, aqui temos acesso direto à internet, tenho acesso a rede desde fevereiro de 2004, a partir daí passei a ter acesso a salas de bate papo, msn, flogs, orkut, e-mails... E qndo entramos nestes tipos de meios de comunicação agente vai se envolvendo com as pessoas, nascem algumas amizades, algumas duradouras e outras não, outras q nos dão alegria e outras que nos causam decepções, posso dizer q já me decepcionei muito com algumas pessoas da internet, porque agente nunca sabe quem esta do outro lado do monitor e se essa pessoa fala a verdade ou não. O problema é que eu me envolvi tanto com essas pessoas q hoje mesmo tendo vontade de largar parece que não consigo... Já entrei no chat com nick de mulher fingindo ser uma mulher, já criei e-mails, msn, as pessoas que tc comigo pensavam que eu era mesmo uma mulher. Já decepcionei varias pessoas com esse teatrinho, e faz amizades bonitas com algumas pessoas q ate hoje existem, já menti que sou casado, que sou bonito, que sou feliz, que tenho namorada...so que a maioria dessas pessoas conseguem sair e eu não... Eu me desabafo mais com essas pessoas da net do que com meus amigos aqui da minha cidade, eu também converso com muitas pessoas pela net.. (suj.27)

A internet pode propiciar ainda experiências pessoais muito interessantes. Segue o caso de um sujeito que procura suprir a falta da família contando consigo mesma:

Bom, eu nem sei por onde começar, mas eu desconfio q to viciada na internet(ou em alguma coisa), eu crio vários Personagens e coloco na internet(orkut, msn, second life, the sims, there, etc.) como se fossem pessoas reais pra interagir com as outras pessoas, quando elas descobrem q são só Personagens ficam magoadas e eu me sinto mal com isso, eu já pedi perdão pra muita gente, mas eles não aceitam e ficam com ódio de mim:(((Eu tenho montes de Personagens, eles são minha família, quando eu sento no computador me torno eles, ou melhor, me torno a minha Personagem principal, os outros são só "coadjuvantes", este aqui é um dos meus Personagens também... Meus Personagens interagem entre si e tem Personalidades e comportamentos diferentes, eles tbm tem amigos de verdade, e quando eles não tem com quem interagir, eu faço teatrinhos com eles, eles conversam, mandam msgs carinhosas uns para os outros...Basicamente é isso, eu sei q isso td não é mto certo, mas...Eu queria ter uma família de verdade, e isso eu sei q nunca vou ter, então o melhor q eu consegui foi isso, eu acho melhor do q nada... (suj.71)

No caso, o suj.71 parece suprir a falta da família com personagens advindas de si mesma. Isso remete às brincadeiras infantis, com as famílias de bonequinhos, que parecem assegurar ao sujeito que ele é amado. O teatrinho é como um auto-nino, proporcionado pelo próprio sujeito e que de forma ilusória supre a falta da família. Este é um caso onde visivelmente a internet tem papel fundamental, pois a brincadeira com fakes, apesar de muito semelhante, não parece ao sujeito ter o tom infantil da brincadeira com famílias de ursinhos.

“Manejo de timidez” é uma categoria que agrupa as explicações referentes ao uso da internet como forma de lidar com a timidez. Alguns usuários usam até o termo “fobia social” para descrever a si mesmos. Os usuários acreditam que a internet é capaz de desinibir, de facilitar os relacionamentos, ainda que apenas online. A dificuldade de relacionar-se é sentida como um dos motivos pelos quais os sujeitos desenvolveram o UPI.

eu confesso q sou sim viciada em internet e abandonei quase completamente minha vida "real"... sempre fui tímida, mas de tempos p/ cá não consigo sequer falar com as pessoas do trabalho, me da tremedeira, palpitação. (...)minha única diversão é a internet, porque é mais facil falar com as pessoas. (suj. 34)

Como já relatado anteriormente, os amigos virtuais tomam uma importância muito grande, no sentido de permitirem uma aproximação das outras pessoas, mas de, ao mesmo tempo, manterem um distanciamento. Por um lado, parece ser um instrumento positivo para lidar com a timidez e com a ansiedade social. Explora-se, testa-se. Contudo, como já apontava Turkle (1997), esses usuários parecem se perder em um uso repetitivo e pouco criativo da internet. Ao invés de utilizarem a rede como um auxílio para superar seus problemas, os sujeitos a utilizam repetidamente, presos na roda de Ixion, como crê Hollis (1999). Ficam presos a um mundo meio ilusório, meio real.

Os internautas também relatam que teriam desenvolvido o UPI após “algum tipo de perda”. Essa perda pode ser morte de algum familiar, divórcio dos pais, perda de parceiro afetivo, ou mudanças drásticas, implicando em perda da rotina (mudança de cidade).

Ano passado perdi minha mãe, que morreu por conta de um derrame. Foi mt difícil! Eu que ficava com ela no hospital, conversava com os medicos. Durante a doença dela, eu criei um blog, onde eu contava o que a gente estava passando e as coisas que eu senti. Isso me ajudou muito!!! Muitas pessoas da minha cidade liam, me escreviam, comentavam. Eu escrevia pq queria que as pessoas soubessem o que estava acontecendo e o que eu estava sentindo. (suj.145)

pra mim acaba sendo um refugio ter estes amigos na internet. moro sem meus pais há quase três anos, atualmente moro com meus tios e primos, mas acho q a ausência dos meus pais e irmãos por perto me deixou um certo vazio que busquei preencher com amigos virtuais. (suj. 64)

Acredito que o motivo pelo qual esse vicio comecou deve-se a separacao dos meus pais na epoca, a mudanca de escola e casa o que veio ainda a agravar o meu estado porque nunca soube lidar com a situacao entre os meus pais e novos colegas. Ainda sim na epoca eu poderia ficar sem internet durante semanas sem me dar conta se a precisava. Sim, na epoca ate fiquei sem tomar banho, ou ir comer, beber por que poderia estar perdendo algo na intenet a cada minuto. (suj.124)

Os amigos virtuais parecem suprir esta perda, dando suporte e auxílio a dificuldade do sujeito. Como já relatado, em situações difíceis e sem controle, a internet parece ser uma esfera protegida, calma e perfeitamente controlável; um espaço constante, onde o suporte emocional é conseguido com facilidade, na hora em que se deseja.

Menos frequente, três usuários apontam que acreditam que na verdade, seu UPI é uma forma de controlar a vida de alguém. A monitoração constante de um parceiro amoroso faz com que o sujeito se sinta no controle da situação, como se soubesse de cada passo da outra pessoa.

Na verdade o meu vício no computador é orkut e msn, orkut porque toda vez que me envolvo com alguém, fico horas, de final de semana passo o dia inteiro "fuçando" para ver o que está se passando na vida da pessoa. Já deixei de sair pra poder ficar no computador vendo se algo acontece, meu horário para levantar é 7:30 da manhã, mas muitas vezes umas 6 e pouco se eu acordo, levanto, ligo o computador, vejo se tem alguma coisa no orkut da pessoa, deixo ligado e deito de novo, e a primeira coisa que faço ao chegar em casa..é ligar o computador, e só vou desligá-lo depois da meia noite. Parece que se eu ficar aqui, fuçando o dia inteiro, terei controle da vida da pessoa em minhas mãos, eu sei que isso não é verdade, e sei que estou deixando de viver a minha vida para viver de outra pessoa. (Suj. 102)

Interessante notar a consciência que alguns usuários têm de seu UPI. No caso 102, visivelmente o sujeito tem consciência de que faz isso para obter controle da situação - mas, ao mesmo tempo, sabe que isso não é verdade. O caráter ilusório do controle parece ser bastante sedutor.

Ainda, dois usuários acreditam que a internet é o único meio pelo qual conseguem se expressar, entendendo a internet como um “cano” ou “válvula” de escape.

Acho que o motivo de ter me viciado na internet é que para mim ela funciona como um cano de escape...esqueço do mundo, da minha falta de auto-estima, da minha falta de segurança para conversar com amigos(as) e conseguir realizar atividades num ambiente de trabalho...acho meu caso muito complexo e creio que vem desde criança pois desde cedo sempre tive muitos problemas relativos a brigas com colegas na escola pois sou deficiente auditivo...não é nada facil...(suj.139)

Esse espaço livre para a expressão de si mesmo também é bem conhecido. No caso 139 é interessante notar que o sujeito sente compensar suas dificuldades como deficiente auditivo estando na internet- com a comunicação predominantemente por escrito, a deficiência auditiva não aparece como problema, compensando a dificuldade do sujeito.

Muitas pessoas utilizam a internet para escapar, para aliviar sentimentos ruins. Mas qual o limite onde podemos considerar isso como UPI? Consideramos aqui como uma linha divisória o sofrimento do sujeito, a falta do controle e as consequências negativas já citadas.

As explicações dadas pelos usuários se enquadram no que Sanchez-Carbonell (2008) havia levantado como situações emocionais específicas e características pessoais correlacionadas com o uso excessivo de internet: sujeitos que atravessam situações específicas de perda, pessoas que utilizam a internet para conseguir suporte emocional, buscar estimulação sexual, companhia, ou amor; pessoas com características de personalidade como sentimento de inadequação, necessidade de sentir-se querido e reconhecido, infelicidade, carências afetivas, insegurança, solidão, fantasia, timidez, falta de habilidades sociais e propensão a criar uma identidade fictícia.

Todas estas explicações parecem se referir a uma estratégia de *coping*, de enfrentamento de situações difíceis para o sujeito. Weistein e Lejoyeux (2010) e Young, em diversos trabalhos, já haviam chegado a esse consenso. Assim, vemos que no Brasil os sujeitos parecem seguir os mesmos padrões apontados pela literatura internacional.

7.3.5 Como se sente

Na análise de frequências obtida no SPAD-T, os principais sentimentos apontados pelos sujeitos foram os seguintes:

Sentimentos							
Ansiedade	38	Culpa	10	Chateação	8	Solidão	3
Medo	27	Vergonha	10	Inquieto	8	Pânico	3
Prazer	26	Confuso	10	Frustração	6	Tenso	2
Depressão	14	Irritado	9	Vazio	6	Impaciente	2
Preocupação	12	Sofrimento	9	Agonia	4	Triste	2

Tabela 21- Principais sentimentos

As palavras foram selecionadas e posteriormente agrupadas conforme seu sentido. Por exemplo, “Ansiedade” soma os itens “ ansiedade”, “ ansioso” e ansiosa”; “Preocupação” soma “ preocupação”, “ preocupado” “ preocupada”. Foram lidas as frases associadas a esses sentimentos. As frases foram agrupadas e divididas , mostrando os sentimentos relativos ao pré- uso (o que sente antes de acessar e caso não esteja no computador) ; os sentimentos durante o uso (em presença da internet) e o sentimentos depois do uso (quando o sujeito se desconecta).

Quanto aos sentimentos **pré- uso**, os usuários apontam muitas vezes um alívio de estarem offline. Alguns apontam uma sensação de bem-estar, como se pudessem ter uma vida melhor ao estarem desconectados. No entanto, os sentimentos de estar offline parecem ambivalentes. Outros sujeitos apontam se sentirem ansiosos, incomodados, inquietos, tensos, depressivos, irritados, impacientes, mal humorados ou agoniados por não estarem conectados; alguns relatam até mesmo se sentirem em “pânico” por não usarem o computador.

Não consigo estudar, em menos de 20 minutos lendo um livro começo a suar, sentir uma ansiedade absurda e preciso ir para o computador jogar MMORPG. Um bom exemplo seria minha viagem no carnaval que fiz , em uma noite maravilhosa de festa, conhecendo várias meninas lindas dormi e sonhei com meu computador - revoltante. Muitas vezes pensava em voltar pra minha cidade com vontade de jogar, mas graças a deus meus amigos me forçaram a ficar. Na volta do carnaval prometi controlar o uso a internet e infelizmente não consegui e meus amigos depois de inúmeras tentativas de contato sem retorno acabaram desistindo. Sou um rapaz bonito, nunca tive problemas de ser introspectivo ou me expressar. (Suj.29)

me sinto inquieta e como se estivesse faltando algo quando nao acesso. comeco andar de um lado para o outro e procurar uma forma de entrar na internet. se o micro nao consegue conectar fico extremamente irritada (suj.42)

Alguns relatam que sentem falta de estar na internet; outros têm a sensação de que estão perdendo alguma coisa, uma vez que podem estar acontecendo coisas na internet que o sujeito não está participando.

muitas foram as vezes em que eu deixei de ir a algum lugar, casa de amigos ou ate parentes, ou fazer trabalho da facul por causa do sentimento de que "estou perdendo alguma coisa" se nao uso a internet. Muitos perguntavam porque eu fazia isso e eu nao sabia dizer, criando ainda mais medo de me socializar e me afastando dos meu amigos. (suj.124)

Outros ainda fazem um esforço para se manterem desconectados, tendo um sentimento de impotência com relação ao próprio comportamento. O sentimento é de que algo forte impele ao uso. Ainda, alguns sentem que é preciso ter a internet fácil de acessar, mesmo que ela não esteja sendo utilizada.

chego por vezes a tentar, me obrigo a desligar o computador, mas a sensação é muito ruim. Gosto quando o computador fica ligado, mesmo que eu não esteja realmente usando, o monitor precisa estar ligado pra eu me sentir bem. Quando disse que isso está atrapalhando meu relacionamento com as pessoas, me referi ao fato de que tem sempre briga aqui em casa por causa disso (suj.182)

não consigo me sentir bem fora da internet, e sei que só fico aqui por causa de uma pessoa que nem estou junto. Em 2005 fiquei fora do orkut por 4 meses, me fez um bem enorme, mas parece que eu tinha mais amigos e mais

projetos fora daqui. Eu quero me sentir bem fora do computador. Quando viajo, me divirto, mas se vou em algum lugar que tenha computador, parece que ele me puxa pra eu entrar no orkut. (Suj.102)

No caso 102, são interessantes os termos utilizados. O sujeito se sente “puxado”, “atraído”, quase que por uma força externa - o computador é quem o chama, como alguém que ouve um canto da sereia.

Esses sentimentos pré-uso parecem estar relacionados a uma abstinência (que incluem mau humor, irritação, etc.) ; também as tentativas de controlar o uso (esforço para se manter desconectado) e saliência (a atividade mais importante e relevante do dia), como mostrado por Griffiths (2000, 2001; 2005) . Chama a atenção um dos principais motivadores para voltar a estar online - a sensação de que alguma coisa está acontecendo, e o sujeito não está lá. Para estes sujeitos, é como se houvesse outra esfera da existência, não integrada com a offline e que tem compromissos, eventos, encontros paralelos a vida real. O prazer de estar online também está ligado a viver esta vida paralela.

Muitos relatam que acessar a internet deve ser a primeira atividade do dia, mostrando a saliência da internet em suas vidas:

todos os dias quando acordo, prometo a mim mesma, que aquele dia vai ser diferente, mas antes de lavar o rosto, já liguei a máquina. (suj.80)

quando acordo a primeira coisa que faço depois de pisar no chão é o dedo no botão do computador e sempre estrapolo o quanto queria ficar. (suj.115)

Durante o uso, alguns usuários costumam ter um determinado ritual de acessos- uma sequencia de sites que devem ser visitados, ou um jogo de MMORPG que deve ser visitado, por exemplo. Outras vezes, o acesso a internet é feito quando o sujeito tem sentimentos negativos como tristeza, solidão intensa, angústia, ansiedade, vazio. Esses temas já foram apontados por GRIFFITHS, 2008. A entrada na rede ajuda a se aliviar destes sentimentos. Muitos relatam que estão desempregados e estão angustiados com isso; também dizem que essa condição faz aumentar consideravelmente o uso da internet.

Durante o uso, os sujeitos parecem se sentir incompreendidos, acreditando que os outros não entendem seu uso de internet. Sentem que quando entram a ânsia é saciada e há prazer. As atividades realizadas na internet- busca de pornografia, conversar com os outros, etc. são

vistas como extremamente prazerosas e que têm o poder de fazer esquecer os sentimentos ruins. Até mesmo a fome pode ser esquecida:

Eu mexo com internet com uma desenvoltura absolutamente invejável para todos que me veem utilizar diversos navegadores. Gostaria de conseguir acesso a todo tipo de sites que ensinem as nuances do vício e do que é o prazer simplesmente em acessar a internet. A diferença pode ser muito tênue. =) O prazer que tenho é tão grande que se eu sento e acho algo interessante, a fome é anestesiada! Realmente o poder da mente sobre o corpo, tamanha é a sensação de prazer com a altíssima tecnologia. Das 80 listas que estou cadastrado no YahooGroups, recebo emails em frequências variadas de 42 delas! (Suj.95)

qdo saio volto rapidamente e sinto um prazer enorme qdo ligo a internet... no meu trabalho qdo posso entro rapidinho.. qdo chego em casa a primeira coisa q faço é me conectar... aos sábados e domingo levanto muito cedo as vezes de madrugada pra entrar e passo o dia quase td aqui... chego a entrar em pânico qdo por algum motivo não consigo entrar... (suj.154)

Parece que os sentimentos agradáveis ficam restritos e exclusivos a internet. Griffiths (2000; 2001; 2005) já havia mostrado que as atividades realizadas pela internet têm grande poder de modificação de humor, gerando sensação excitante e/ou tranquilizante. As atividades têm poder de modificar o humor e os sentimentos: de deprimidos, tristes, angustiados e ansiosos, os sujeitos passam a sentir prazer, sentem-se melhor, mais tranquilos ou, por vezes, entorpecidos, esquecendo-se de seus problemas. Apesar desse prazer, muitos relatam que o uso da internet acaba se tornando um sofrimento difícil de tolerar; não aguentam mais acessar a internet, mas ao mesmo tempo não conseguem ficar sem ela:

Eu sou extramamente viciado em computador e em jogos on-line já estou há 5 anos com aqueles sintomas citados no site. É por incrível que pareça eu mesmo é que percebi isso em mim, pois eu já não aguento mais ficar mais em frente ao computador toda vez que ligo o computador já penso em sofrimento, espero resposta. (suj.126)

Outro relato frequente é de que, assim que o sujeito se dá conta de seu uso excessivo e começa a sofrer, ele tenta de alguma forma ter autocontrole. São diversas as tentativas: tentar ficar sem acessar; diminuir o número de horas; prometer a si mesmo que vai mudar. Um dos comportamentos relatados é o de apagar tudo; remover os cadastros nos sites, apagar as contas das redes sociais, os links, as coleções de pornografia.

Esse vício praticamente quebrou minha empresa, já que vem ocorrendo a pelo menos 4 anos, e não consigo parar. Apago tudo do micro, fotos, filmes, links, resisto 2, 3 dias. mas volta tudo ao que era. (suj.37)

Faz uns 6 meses que gradativamente venho aumentando esse meu vício. Esse mês eu apaguei todas as pessoas do meu orkut, e bloqueiei tudo o que se podia lá, para não receber mensagens de ninguém. E mesmo assim, eu abro o orkut umas 3x por dia, esperando ter algo. Conscientemente eu sei que está tudo bloqueado e não vai ter

nada de diferente lá. Mas é como uma rotina, eu tenho que abrir o orkut. Eu não conseguir deletar ele de vez.
(suj. 106)

Contudo, esse comportamento parece não ser eficaz para acabar com o “vício”. Os sujeitos voltam em pouco tempo e recomeçam a reconstruir novamente a vida virtual, a coleção de fotos, etc. Esse comportamento é típico da abstinência temporária seguida de recaída, como apontado por Griffiths (2000; 2001; 2005) e Young, You et. al (2010).

Quanto ao uso de pornografia, muitos contam ter medo de serem descobertos durante suas atividades de masturbação. Outros relatam ter medo e preocupação consigo mesmos, do que pode acontecer se continuarem acessando dessa forma; têm medo de piorar seu estado. Alguns ficam preocupados em saber se seu estado de vício é grave e também com as possíveis consequências da sua atividade.

Quando interrompidos se sentem muito irritados, têm vontade de gritar, xingar as pessoas que impedem seu uso.

Sou casada e meu marido já falou em separação tudo por causa do computador. Quando fico sem computador (manutenção, formatação, etc...) fico parecendo barata tonta em casa, sem ter o que fazer, não gosto + de ver TV. Deixo de ir ao clube, de sair com amigas, qdo saio fico contando os minutos para voltar para casa só para poder ficar + tempo aqui. Eu já acordo e venho direto aqui e me irrita se tenho que sair para fazer alguma coisa, pq vou perder tempo.....pois como meu marido não gosta, então preciso correr e fazer tudo rápido para poder usar aqui enqro ele não chega, e à noite e finais de semana fico irritadíssima pq ele está em casa e fica bravo se venho aqui. Para mim 10 minutos é tempo para eu correr aqui. (suj. 46)

Os sentimentos durante o uso também aparecem ambivalentes: ao mesmo tempo em que há prazer, há medo e ansiedade (os três sentimentos mais citados). Isso também é comum a outras dependências tais como o jogo patológico, e foi apontado por Griffiths (2000; 2001; 2005) como uma das características do UPI.

No **pós-uso**, sentimentos relacionados à culpa e à vergonha são presentes. A culpa pode se dever ao fato de que estão dispensando a companhia da família e amigos; por estarem enganando outras pessoas; por deixarem de fazer obrigações; por não conseguirem se controlar; por terem realizado uma atividade sexual considerada vergonhosa.

Muitos têm a sensação de que estão presos em uma vida ilusória, virtual, ou em um mundo paralelo:

Passo mais de 10 horas por dia conectado na internet. Não tenho mais vida social, sempre desmarco compromissos para ficar em casa na internet. Antes tinha um desktop e resolvi que isso não bastava, queria um laptop para levar comigo para qualquer lugar, acessar a internet de qualquer lugar. Penso que a internet tem tudo o que eu preciso, mas isso é uma ilusão da qual eu não consigo sair. (suj.123)

Conheci algumas pessoas e acabei gostando de um cara muito legal, que ainda continua meu amigo até hoje, mas não consegui sair da tela do computador para essa nova realidade. Agora conheci uma pessoa, mas não estou conseguindo assumir novamente os meus sentimentos, embora tenha ido mais longe e estamos tentando um namoro, mas estou tão confusa e não consigo deixar a ilusão de um computador e viver a realidade, por medo de sofrer uma nova decepção, dói quando penso q pode acontecer e viver só neste mundo de isolamento. (suj.18)

Esse mundo paralelo (os mundos virtuais na internet) tem suas próprias regras e normas, sua própria lógica de eventos e compromissos. Muitos têm medo de perder os contatos estabelecidos via internet caso não estejam lá para manter a vida virtual o tempo todo. Além disso, têm dificuldade de se afastarem das pessoas que conheceram online.

Também no pós-uso se sentem chateados, frustrados e tristes. A chateação ou frustração está relacionada com o fato de não conseguirem se controlar, de terem feito novamente o que consideram que não deveriam ter feito.

após olhar as páginas e me masturbar, me sinto deprimido, chateado e fico pensando: Meu Deus, quando isso vai acabar, como é que posso fazer com que isso tenha um espaço menor ou nulo em meu cotidiano? (suj.51)

Sentem ter perdido muito tempo com atividades inúteis, e ter procrastinado o que é importante; sentem culpa de ter deixado o que importa de lado.

Esses dados são importantes pois podem mostrar o que esses usuários sentem. Em muitas pesquisas o diagnóstico é feito a partir de inventários preenchidos pelos pacientes¹⁹. Uma das limitações deste tipo de pesquisa é que o inventário não permite que o sujeito expresse livremente sua vivência. Neste caso, vemos que as dinâmicas psicológicas são bastante semelhantes a de outras dependências comportamentais: sentimentos de abstinência, prazer enorme em comportamento considerado como errado, tentativa de auto- controle frustrada, e posterior culpa de não ter conseguido resistir a isso. Young, Youe *et al.* (2010) já apontavam essa dinâmica cíclica no UPI –abstinência, comportamento, arrependimento, promessas de parar o comportamento com abstinência temporária e recaída.

¹⁹ Ver tabela dos índices de prevalência, que mostra pesquisas com diversos inventários aplicados para a avaliação do UPI.

Em diferença com outras dependências comportamentais, a internet parece promover um complexo mundo ilusório, que pode fornecer material para diversos tipos de dependência. Os sentimentos aqui apresentados se referem ao uso da internet de forma geral e mostram como os usuários se sentem em sua interação com o computador, que consideram como fonte de prazer, mas ao mesmo tempo de sofrimento.

7.3.6 O que dizem os outros

Dos usuários, trinta e quatro sujeitos se referem ao que outras pessoas dizem sobre sua condição. São personagens que aparecem nos relatos dos sujeitos. De forma geral, estes aparecem no relato especialmente quando a condição de uso patológico é questionada, ou quando há conflitos por conta do excesso ou tipo de uso. Destes, muitos relatam que há uma reclamação, por parte de pessoas próximas, do tempo que o usuário passa na frente do computador.

Personagem dos relatos	
Mulher	7
Amigos	6
Mãe	5
Família	3
Marido	2
Colegas de trabalho	2
Tia	1
Filho	1
Pai	1

Tabela 22-O que dizem os outros

A esposa, os amigos e a mãe são as personagens mais frequentes. Mas em comparação com a amostra total, menos de 10% dos usuários citam as reclamações de pessoas próximas. Uma das consequências negativas do excesso de uso é a privação de outros relacionamentos, especialmente da família e dos amigos. Outros relacionamentos como colegas de trabalho e atendimentos profissionais (médica) aparecem pouco.

Isso parece mostrar uma grande preocupação consigo mesmo. Nos relatos, o familiar sempre aparece como aquele que tenta limitar, sem sucesso, o usuário.

Não consigo ficar um dia sem me conectar sempre arrumo um pretexto para estar na net e odeio quando minha mãe quer impor limites nos horários ou faz reclamações!!Se fico sem net bate logo uma abstinência total e um

mau-humor. Às vezes me bate uma depressão do nada uma sensação de tristeza e sempre tento esquecer meus problemas ou angustias estando na net. (suj. 65)

Em julho de 2008 ganhei um notebook de presente e então comecei a entrar mais na net... e um dia entrei numa sala de bate-papo... depois de entrar várias vezes adicionei um rapaz msn.. e a cada dia eu ia ficando mais tempo no msn.. antes ficava uma hora depois passei a ficar cinco hrs direto... depois deste rapaz acabei adicionando outros... e mais outros... Deixo de sair com minha família pra ficar na net. (...) meu marido reclama muito e meus filhos tbem...por conta disso comecei a entrar de madrugada depois que todos dormem... quando eles me chamam para almoçar minha vontade é de xingar todos eles... ja notaram q estou viciada. (suj. 154)

A família também aparece como geradora de sentimentos de culpa. Os usuários sentem que os membros da família sofrem com seu excesso de uso, pois este faz com que haja um distanciamento.

Geralmente evito acessar conteúdo erótico e pornográfico no trabalho. Não obstante, acesso quando estou sozinho em casa (quando o faço, minha motivação é a de não trair minha esposa com outra mulher, mas por outro lado sempre me vem uma frustração muito grande - por não ser forte o suficiente para sentir atração somente por minha esposa, e por me sentir culpado e sujo). (suj. 169)

Quando minha mãe está em casa e eu estou no computador (e vice-versa) a gente nem se fala. Isto é, eu uso, a gente não se fala, quando eu acabo de usar, ela vai, usa e a gente não se fala. E eu não vejo ela de semana...Quem estiver lendo pode pensar que eu sou o péssimo exemplo de filho e que posso ser um crápula, mas não me julgue assim, por favor, eu estou pedindo ajuda. Eu não sei, mas eu acho que só comecei a escrever esse email por causa do filme "Click", onde tem uma cena que o Personagem visualiza o futuro e mostra o seu pai dizendo "Eu te amo" e ele nem ligando. Eu tenho medo que acabe assim: eu "ignore" minha mãe e...Droga, não é fácil escrever a realidade. Bom, o tempo que eu gasto na internet é basicamente em MSN e em jogos online. (suj. 49)

Apesar de uma das consequências negativas do UPI ser justamente o abandono da família, esses usuários se sentem culpados, assim como em outras dependências comportamentais. Entretanto, a culpa de estar online não é suficiente para impedi-los de acessar.

Outra forma da família aparecer no relato é fazendo acusações de que o indivíduo está viciado, questão esta que traz dúvidas para quem escreve. Algumas vezes a procura ao serviço acontece justamente pela intervenção de algum familiar:

O pedido muitas vezes vem no final da mensagem. A maioria dos sujeitos pede uma ajuda, uma orientação, e perguntam se há tratamento para o que estão passando. Por vezes, há o questionamento: trata-se de um vício ou é apenas uma forma de se ter prazer? A questão da normalidade também é bastante presente. O serviço é solicitado no sentido de decidir se o uso feito está dentro do limite do normal ou do patológico:

Como parar? É normal? (suj. 3)

Está errado? Pode mudar? Deve mudar? (suj. 4)

Me digam se eu tenho problemas (suj. 7)

Isto eh normal? preciso de ajuda? (suj. 8)

Sou dependente? Qual o tratamento? (suj. 24)

Isto é um vício mesmo? quais as consequências? tem tratamento? por favor me orientem. (suj. 46)

Qual a diferença do vicio e do que eh o prazer em acessar a internet ?o objetivo eh saber qdo deixa de ser uma coisa gostosa para ser uma compulsao. (suj. 95)

Outras vezes, o serviço é solicitado a dizer como o sujeito pode “resolver” o problema, no sentido de haver técnicas ou atividades que o façam parar de ter o comportamento:

O que fazer para deixar de sentir essa vontade? (suj.14)

Como faço para me livrar do que eu estou sentindo ? (suj.16)

Deve entrar na internet a noite ou isto atrapalha o sono? (suj.17)

Voces tem dicas ou exercicios para diminuir o uso? (suj. 22)

A solicitação também pode ser mais vaga, no sentido de que o sujeito não sabe ao certo o que fazer, mas pede para ser ajudado ou orientado:

Gostaria de mudar e acabar com o problema (suj.123)

Preciso de orientação (suj.60)

Precisa de uma opinião imparcial para sair do problema (suj.124)

Alguém pode ajudar? (suj.125)

Outros pedem cura, tratamentos:

Como obter ajuda nesse núcleo? Qual o dia dos atendimentos? (suj.114)

Qual a cura ? (suj. 115)

Voces fornecem tratamento ? (suj.44)

Esses pedidos refletem diversas motivações para que o sujeito entre em contato com o núcleo. Alguns usuários se encontram na fase em que começam a questionar, muitas vezes por causa de familiares, se o uso que fazem da internet é saudável. Pedem ao núcleo uma espécie de diagnóstico que sirva de referência para si mesmo e para os outros. Alguns discutem inclusive a existência do diagnóstico. Como se trata de um assunto pouco divulgado na mídia, um fenômeno novo, ainda há a dúvida sobre se passar tempo demais online é um problema psiquiátrico. De fato, cada vez mais no mundo contemporâneo gasta-se mais tempo online, e para muitas pessoas isso não se constitui como um problema. Os sujeitos pedem uma avaliação profissional sobre a vivência em questão, muitas vezes identificados com as reportagens que leram. Querem saber se são diagnosticados como tal.

mas por se tratar de uma tecnologia tão presente em nossas vidas estou confusa se preciso de algum tipo de tratamento ou não. ... será que eu me caracterizo como viciada? é tão estranho isso! parece que é como dizer que alguém é viciado em televisão ou em rádio ou em qualquer eletrodoméstico! (suj. 119)

Em outro estágio do UPI, os sujeitos já têm condição de assumir que são dependentes e querem modificar o comportamento. Alguns já fizeram, inclusive, várias tentativas e parecem continuar na esperança de resolverem o problema sozinhos. Desta forma, pedem técnicas, exercícios e uma ajuda para, sozinhos, resolverem o problema.

Por favor, quero um enfoque comportamental e pragmático para parar com minhas atitudes. (suj.117)

Outros escrevem pois chegaram a conclusão de que precisam de algo mais que a força de vontade para resolverem a questão. Pedem tratamentos, ajuda, “a cura”, mas reconhecem que precisam de um profissional especializado.

Queria diminuir o meu uso da internet, mas eu não to conseguindo. Acho que preciso de tratamento mesmo. Tenho interesse em participar do programa de vocês. (suj. 104)

Ainda, há os que querem e não querem ser ajudados :

Eu queria ajuda para acabar com o vício no horário de trabalho, sem ter que parar de acessar e sem eu ter que dar um fim aos sites em que eu visito sempre. (suj. 84)

Em qualquer estágio, há o reconhecimento de que o uso excessivo da internet é (ou está começando a ser) um problema, que tem causado sofrimento e que pede atenção. Solicitam do serviço atenção para suas questões, ajuda para se modificarem, a fim de pararem de sofrer. Alguns também pedem ajuda porque vêem o sofrimento de familiares, uma vez que sentem dificuldade em se libertar desta condição.

7.3.8 Comorbidade relatada

Neste item é importante ressaltar que não foi realizado nenhum diagnóstico pela pesquisadora, tendo esta apenas coletado as informações presentes nos e-mails. Trinta sujeitos relatam ter tido algum diagnóstico prévio, alguns de transtornos psiquiátricos.

Comorbidades psiquiátricas	
Depressão	11
Síndrome do pânico	3
Transtorno de Ansiedade Generalizada	2
Transtorno Bipolar	2
Compulsão por compras	2
Agorafobia	1
Alcoolismo	1
Dermatotilexomania	1
Fobia social	1
Compulsão por sexo prévia	1
Suicídio	1
Transtorno de conduta	1
Transtorno do déficit de atenção sem hiperatividade	1
Voyerismo	1
Hipocondria	1

Tabela 23- Comorbidade relatada pelo sujeito

Em uma amostra de 189 sujeitos, apenas 30 relatam terem recebido outro diagnóstico (15,9% da amostra). Faz-se a ressalva de que este dado se refere ao relato do próprio sujeito: não há como saber se sujeitos da amostra possuem outro diagnóstico, seja porque não o revelaram na mensagem, seja porque não foram diagnosticados.

Os transtornos psiquiátricos podem ser agrupados, de acordo com o CID-10, nas seguintes categorias: Transtornos de personalidade (compras, sexo, alcoolismo, dermatotilexomania, voyerismo); Transtornos neuróticos, relacionados ao estresse (Ansiedade Generalizada,

Agorafobia, Síndrome do Pânico, Fobia Social, Hipocondria); Transtornos do Humor (Bipolar, Depressão, Suicídio). Ainda são relatados outros transtornos como o TDAH, Transtorno de Conduta e Insônia.

É interessante notar que parte dos transtornos são considerados pelo DSM- IV TR como Transtornos do Impulso, onde o UPI também seria classificado. Também aparecem os transtornos ligados a ansiedade, que muitas vezes são impeditivos do sujeito se locomover e sair de casa. O transtorno mais citado, contudo, é a Depressão. Como visto, o UPI tem correlação com estados depressivos (KO; YEN; CHEN et al., 2008) e também com Transtornos de Ansiedade (BERANUY; OBERST; CARBONELL et al., 2009).

Esse dado poderia sugerir que o UPI é um transtorno específico, e não apenas um problema derivado de outros diagnósticos que o sujeito já tenha previamente. Também é interessante o fato de que, de todos os sujeitos que citam seu UPI por cibersexo, apenas um sujeito relate ter diagnóstico anterior de compulsão por sexo, sem o uso da internet.

Ainda, são citados como diagnósticos de problemas físicos obesidade, deficiência auditiva e epilepsia. A obesidade pode ser explicada pelo fato de que o UPI demanda muitas horas no computador, prejudicando hábitos alimentares e exercícios físicos. Por outro lado, a deficiência auditiva e a epilepsia são questões físicas de outra ordem e que não têm correlação com este diagnóstico.

8 Conclusão

O objetivo deste trabalho é compreender a vivência do uso patológico de internet a partir do autorrelato de usuários que se declaram como “viciados de internet”. Além disso, tem como objetivos caracterizar a população que procura o serviço de orientação psicológica por e-mail chamado “usos compulsivos de internet”; descrever aspectos psicológicos apresentados por estes participantes presentes em suas narrativas livres e realizar uma leitura pela ótica da Psicologia Analítica de C. G. Jung dos aspectos psicológicos apresentados por estes participantes. Tendo em vista esses objetivos, chegou-se as conclusões abaixo.

A amostra foi composta de 72% de homens e 28% de mulheres, validando o dado já apontado pela literatura que se trata de um transtorno mais comum em homens do que em mulheres. A faixa etária 18-23 anos e 24-28 anos parece ser a mais atingida, estando consonante com a literatura. Poucos sujeitos relatam seu estado civil, sua localização e profissão, não permitindo assim maiores análises.

A maioria dos sujeitos descreve que sente seu problema como um “vício”. Poucos sujeitos descrevem sintomas físicos relacionados ao UPI, mas estes em maioria estão em consonância com os sintomas apresentados em casos de dependência.

Quanto à frequência do uso, uma parcela importante de usuários ficava em média 6-12 horas online. Apesar do número de horas não ser o critério principal, é bastante expressiva a quantidade de horas que os sujeitos da amostra passavam na frente do computador.

Com relação ao uso abusivo principal, os mais frequentes são os para a comunicação, para fins sexuais e para a navegação. Os homens se sentem mais dependentes de comunicação, sexo e jogos, ao passo que as mulheres se consideram mais dependentes de comunicação e relacionamentos afetivos.

Os sentimentos que os sujeitos têm no pré- uso são ambivalentes; sentem alívio e tensão por não estarem online; sentem sintomas de abstinência, tentando controlar seu uso- mas como este parece ser a coisa mais importante da vida do sujeito, ele é incapaz de resistir e volta a usar o computador. Durante o uso se aliviam de sentimentos ruins; sentem prazer, medo e ansiedade. No pós-uso, sentem- se culpados e envergonhados.

As consequências negativas apresentadas pelos usuários estão em consonância com a literatura, onde são levantadas como principais: prejuízos no trabalho e nos estudos e o

comprometimento da vida social. Nos três casos, isso se deve pelo fato do UPI tornar-se uma atividade que restringe a pessoa em frente ao computador. Isso não quer dizer, entretanto, que os sujeitos não saiam de casa em absoluto. Quer dizer que podem estar em casa, no trabalho ou no estudo, mas deixam de fazer atividades importantes para continuarem no computador, mantendo seu uso patológico.

Quanto aos aspectos psicológicos, abaixo seguem descritos os principais pontos levantados pela amostra. Esses pontos se referem a aspectos que podem revelar tanto aspectos da psicodinâmica quanto aspectos relativos à descrição do UPI.

Um dos aspectos psicológicos mais apresentados pelos usuários é a dinâmica relativa ao controle. A internet dá ao usuário a sensação de controle grande sobre as relações com os outros. Pode-se controlar a interação com outros ligando ou desligando o computador; pode-se controlar a relação ao saber da vida privada de outrem, ganhando mais informações sobre as pessoas ou sobre as informações privadas, que conferem poder. A internet para esses sujeitos é um ambiente de estabilidade, ao passo que na vida offline estes não se sentem com controle; o sujeito teme não ser amado, se se mostrar da forma como realmente é. Na internet escolhe-se com quem e de que forma relacionar-se. Se for do interesse, até uma personagem pode ser criada para isso. Escolhe-se e controla-se o que mostrar, quais informações devem ser divulgadas, quais não. O sujeito exerce grande controle sobre sua própria imagem. Apesar de preferirem a interação virtual por estarem no controle, os usuários justamente acabam perdendo o controle de si mesmos. A questão gira então em uma polaridade controle-descontrole.

Outro aspecto psicológico importante é que, confirmando dados já vistos em literatura, o UPI é uma estratégia de *coping*, de enfrentamento. Seja para se aliviarem de sentimentos ruins, de perdas, ou de problemas, os usuários recorrem à internet como forma de se distraírem, de se evadirem, de obterem prazer, de obterem suporte emocional com os outros. A internet temporariamente alivia esses problemas, às vezes tornando-se o meio principal de se relacionar com os outros; às vezes proporcionando uma técnica de distração muito eficaz.

O problema se configura então na difícil linha divisória entre uma estratégia bem sucedida de *coping* e a transformação disso em um problema em si mesmo. Iniciada como modo de enfrentamento, a estratégia é tão sedutora que acaba se tornando a única e mais importante coisa na vida do indivíduo, tornando-se um fim em si mesma.

O prazer obtido por essas atividades mostra ser adictivo, o que faz com que a vida do indivíduo comece a ser restrita a internet. O prazer parece ser advindo do controle das

atividades, da capacidade de evasão que elas podem proporcionar, da facilidade e disponibilidade do material sexual, do anonimato, da infinidade de informações e pessoas.

Outro aspecto psicológico importante está ligado ao conceito que pode-se chamar de “Half Real”, “Meio real”. Ou seja, as atividades feitas na internet têm uma característica de serem vistas, ao mesmo tempo, como ilusórias e como reais. Permitem um “meio” relacionamento com as pessoas. Os relacionamentos têm caráter ilusório, mas ao mesmo tempo são pessoas reais que fazem esses contatos. São considerados ilusórios porque não são trazidos para fora do computador; ao mesmo tempo, proporcionam sentimentos e emoções muitos reais. A internet se revela, como já apontavam outros autores, como um espaço transicional onde essas vivências podem ser feitas de forma segura. O problema não se configura na utilização da internet como um espaço transicional, mas sim na recusa em abandoná-lo assim que ele cumpre esse papel. Ela deixa de ser um espaço transitório para ser um espaço permanente do uso patológico. A internet se torna um espaço constante em um mundo de transições, um porto seguro em um mundo de mudanças. Um espaço contínuo onde se pode encontrar acolhimento 24 horas por dia, 7 dias por semana. Os usuários patológicos de internet parecem sentir necessidade dessa estabilidade, que para eles não é encontrada na vida offline.

Outro aspecto psicológico a se considerar é que muitos sujeitos se utilizam da internet pois esta tem um papel libertador. Seja de aspectos sombrios, de comportamentos sexuais, agressivos, seja de aspectos até conhecidos, mas pouco assumidos frente aos outros (como no caso dos tímidos), a internet dá a sensação ao usuário de que ali ele pode ser livre; pode ser quem quiser, sem censuras ou sanções sociais. Pelo fato de encontrar-se frente a um computador e não frente a uma pessoa, isso faz com que as barreiras defensivas sejam derrubadas e o sujeito possa mostrar-se de forma diferente.

A internet torna-se a “poção”, que transforma médicos em monstros (Dr. Jekyll and Mr. Hide), que apaixona amantes que nunca se viram (Tristão e Isolda); que faz com que as pessoas encolham e entrem em mundos mágicos (Alice no país das maravilhas); faz o pequeno gaulês ser mais belo, mais forte, invencível (Asterix); permite ter aparência temporária de outra pessoa (Harry Potter). Mas, como toda poção, esta tem efeito temporário e a vida volta ser o que é depois da desconexão e do fim do acesso.

Independente da classificação diagnóstica, os sujeitos relatam muito sofrimento no uso excessivo. Por isso pedem ajuda, orientação, um diagnóstico, um tratamento. A motivação pode ser às vezes por um sentimento de incapacidade de deixar o uso, às vezes por insistência de familiares, que sofrem a ausência do dependente.

Outro dado relevante é que esta pesquisa pode sugerir o UPI como um diagnóstico separado. Poucos sujeitos relatam terem outros diagnósticos psiquiátricos. Entretanto, é limitação da pesquisa o fato de que os outros sujeitos da amostra não passaram por avaliações psiquiátricas, o que faz com que seja inviável fazer afirmações sobre a não- existência de outros transtornos em outros sujeitos da amostra. Contudo, parece sugerir uma vez que muitos dos sintomas e consequências negativas aqui apontados são compatíveis com os apresentados pelas dependências comportamentais. Creio que esta possa ser a classificação diagnóstica mais adequada.

O estudo cobre o período de 2001-2011. Apesar desse caráter retrospectivo, mostra dados importantes para se considerar o uso da internet hoje. Por exemplo, a amostra se refere bastante ao modismo das salas bate- papo (chats), importantes nas primeiras décadas da internet. Hoje, essa mesma comunicação se dá por redes sociais e usa-se bastante o celular para manter essas conversas por escrito. Então, a imagem daquele indivíduo isolado na frente do computador não se configura mais da forma que é relatada aqui; atualmente, as vidas on e offline são mais mescladas do que nos conta a amostra. Hoje, com a utilização massiva da internet, não existem as classificações rígidas e separadas entre “amigos apenas virtuais” e “amigos apenas presenciais”. Os smartphones permitem acesso ao Facebook a todo instante, misturando a vida virtual com os acontecimentos offline.

Contudo, é muito difícil pensar que as atividades sexuais não sejam feitas em isolamento e escondidas, portanto mesmo hoje os usuários patológicos de sexo virtual continuam sozinhos na frente da tela. Além disso, os jogos de MMORPGs requerem muito processamento gráfico do computador, e ainda hoje são predominantemente jogados em PCs, mantendo os indivíduos defronte ao monitor.

Apesar dos diferentes aplicativos utilizados em diferentes épocas, nesta amostra os motivadores para o UPI são comunicar-se, obter prazer sexual, jogar, obter relacionamentos amorosos, navegar em sites para distrair-se. Os atuais trabalhos da literatura de UPI continuam mostrando que estes são os principais motivadores para o uso patológico.

Como principal dinâmica psicológica, os dados da amostra permitem afirmar que há questão relevante com relação a Persona- Sombra. Apesar de cada sujeito ter sua dinâmica própria e seus motivos particulares para desenvolver o UPI, a explicação mais adequada é a de que o UPI permite uma separação, por vezes uma cisão, entre Persona e Sombra, sendo um vivido predominantemente na vida online e outro vivido na internet. Uma rígida Persona na vida offline faz com que seja libertada a Sombra na internet. A criação de diversas Personas no

mundo virtual também é possível, deixando a Sombra para ser vivenciada no mundo offline. Como os dados são coletados de mensagens, fica inviável tecer hipóteses sobre outras explicações (como por exemplo, uma questão com o dinamismo matriarcal).

Para pesquisas futuras, fica como sugestão a continuidade, para saber como a entrada da internet no celular modifica os padrões de UPI. Outra sugestão é investigar mais sobre dados que apareceram nesta pesquisa que não haviam sido apontados pela literatura, como a motivação para fazer grandes coleções de material que ficam sem uso.

A pesquisa sugere a existência de um diagnóstico específico e de um sofrimento real diante do excesso de uso. Entretanto, fica a preocupação com a banalização deste diagnóstico, que corre o risco de ser mal interpretado, gerando um excesso de tratamentos desnecessários, como já acontece com outros transtornos considerados como “da moda”. A corrente medicalização da sociedade também preocupa e há que se ter muito cuidado com a diferenciação entre heavy user e o usuário patológico. Caso contrário, corre-se o risco de medicar e tratar sujeitos que apenas estão no espírito do tempo de sua época. Outro cuidado a se tomar com a possível formalização deste diagnóstico é de que ele não tenha outros usos que sejam políticos, sociais e de controle.

Para finalizar, a alegoria que me ocorre para o UPI é a das Sereias Gregas²⁰, mulheres sedutoras que cantam para os marinheiros e os atraem. Incapazes de se conter, eles são destruídos e comidos assim que chegam perto delas. A internet parece ser um *infomar*, oceano cheio de ricas aventuras, peixes e inigualáveis tesouros. Mas há a sereia à espreita, figura ambígua (como o próprio uso patológico) que seduz, que chama, mas que pode destruir caso o indivíduo não consiga se conter.

Munidas de espelho (fronteira entre o mundo virtual e o real, instrumento que revela mas também pode iludir) e pente (símbolo de beleza e de domesticação do cabelo, sensualidade), cantam promessas de amor, glória e sabedoria, irresistível para marinheiros solitários. Seu canto representa uma força de atração que atinge algo que está para além das construções defensivas do Ego, mobilizando aspectos inconscientes da personalidade. A música é utilizada para atrair, seduzir e convencer, ultrapassando todos os argumentos retóricos, morais e psicológicos. Assim parece o UPI, seduzindo com sua interface, sua promessa de mundo

²⁰ A amplificação do tema da Sereia foi baseada no texto de Oliveira (2000). As aproximações com o tema do uso patológico de internet são de minha autoria.

mágico, interminável e permanente. A sereia é a detentora do espelho, este portal entre os mundos virtuais e reais, assim como Alice no país do espelho.

O canto da internet é por demais sedutor para alguns usuários, pois mobiliza conteúdos que eles mesmo desconhecem, ou que passam a conhecer por conta de suas vivências online. Entregam-se assim ao canto irresistível da sereia, mesmo sabendo que serão destruídos. O caráter irresistível da dependência e do uso patológico remete a esse canto.

As sereias na mitologia grega são vistas como mulheres com asas, ameaçadoras e vorazes. Ulisses passa por elas tampando os ouvidos de seus marinheiros. Ele próprio, entretanto, consegue ouvir seu canto ficando amarrado ao mastro. Talvez a sabedoria esteja em navegar em um *infomar* sem ouvir suas seduições, ou considerar-se incapaz de resistir a elas e pedir uma contenção externa, que permita ouvir o canto sem ser destruído. Dizem que se alguém escapasse às sereias, elas deixariam de existir. Ulisses e Orfeu escaparam a elas. Talvez quando as tentações consigam ser ignoradas, mesmo com artifícios externos (como a cera no ouvido) , ou quando consigamos um canto mais belo que o delas (como Orfeu) , as sereias deixem de existir e permitam uma navegação tranquila no *infomar*.

9 Referências

- ABOUJAOUDE, E. **Virtually You: The Dangerous Powers of the E-Personality**. New York: W. W. Norton, 2011.
- ABREU, C. N.; KARAM, R. G.; GOES, D. S. et al. Dependência de Internet e de jogos eletrônicos: uma revisão. **Rev Bras Psiquiatr**, v. 30, n. 2, p. 156-67, Jun 2008.
- ADDENBROOKE, M. **Survivors of Addiction: Narratives of Recovery**. New York: Taylor & Francis, 2011.
- BAI, Y. M.; LIN, C. C.; CHEN, J. Y. Internet addiction disorder among clients of a virtual clinic. **Psychiatr Serv**, v. 52, n. 10, p. 1397, Oct 2001.
- BAKKEN, I. J.; WENZEL, H. G.; GÖTESTAM, K. G. et al. Internet addiction among Norwegian adults: A stratified probability sample study. **Scandinavian Journal of Psychology**, v. 50, n. 2, p. 121-127, 2009.
- BAROSSO, O. M., S. VAN E., GÓES, D. S. , ABREU., C.N. . Programa de Orientação a Pais de Adolescentes Dependentes de Internet (PROPADI). **Rev Bras Psiquiatr.**, v. 31, n. 4, p. 387-95, 2009.
- BAUER, J. **O alcoolismo e as mulheres: contexto e Psicologia**. São Paulo: Cultrix, 1982.
- BAYRAKTAR, F.; GUN, Z. Incidence and correlates of Internet usage among adolescents in North Cyprus. **Cyberpsychol Behav**, v. 10, n. 2, p. 191-7, Apr 2007.
- BEARD, K. W. Internet addiction: a review of current assessment techniques and potential assessment questions. **Cyberpsychol Behav**, v. 8, n. 1, p. 7-14, Feb 2005.
- BERANUY, M.; OBERST, U.; CARBONELL, X. et al. Problematic Internet and mobile phone use and clinical symptoms in college students: The role of emotional intelligence. **Computers in Human Behavior**, v. 25, n. 5, p. 1182-1187, 2009.
- BERNARDI, S.; PALLANTI, S. Internet addiction: a descriptive clinical study focusing on comorbidities and dissociative symptoms. **Compr Psychiatry**, v. 50, n. 6, p. 510-6, Nov-Dec 2009.
- BLACK, D. W.; BELSARE, G.; SCHLOSSER, S. Clinical features, psychiatric comorbidity, and health-related quality of life in persons reporting compulsive computer use behavior. **J Clin Psychiatry**, v. 60, n. 12, p. 839-44, 1999.

BLIZZARD, E. Número de Jogadores do World of Warcraft., 2012. Disponível em: < <http://us.blizzard.com/pt-br/company/events/wow-brazil.html> >. Acesso em: 22/08.

BLOCK, J. J. Issues for DSM-V: internet addiction. **Am J Psychiatry**, v. 165, n. 3, p. 306-7, Mar 2008.

BLOISE, P. V. O arquétipo do herói: dependência e desenvolvimento. In: SILVEIRA, D. X. e MOREIRA, F. G. (Ed.). **Panorama atual de drogas e dependências**. São Paulo: Atheneu, v.1, 2006. p.273-279.

BOSTWICK, J. M.; BUCCI, J. A. Internet sex addiction treated with naltrexone. **Mayo Clin Proc**, v. 83, n. 2, p. 226-30, Feb 2008.

BRENNER, V. Psychology of computer use: XLVII. Parameters of Internet use, abuse and addiction: the first 90 days of the Internet Usage Survey. **Psychol Rep**, v. 80, n. 3 Pt 1, p. 879-82, Jun 1997.

BRODA, A.; LAPLANTE, D. A.; NELSON, S. E. et al. Virtual harm reduction efforts for Internet gambling: effects of deposit limits on actual Internet sports gambling behavior. **Harm Reduction Journal**, v. 5, n. 1, p. 27, 2008.

BYUN, S.; RUFFINI, C.; MILLS, J. E. et al. Internet addiction: metasynthesis of 1996-2006 quantitative research. **Cyberpsychol Behav**, v. 12, n. 2, p. 203-7, Apr 2009.

CAMPBELL, A. J.; CUMMING, S. R.; HUGHES, I. Internet use by the socially fearful: addiction or therapy? **Cyberpsychol Behav**, v. 9, n. 1, p. 69-81, Feb 2006.

CAO, F.; SU, L.; LIU, T. et al. The relationship between impulsivity and Internet addiction in a sample of Chinese adolescents. **Eur Psychiatry**, v. 22, n. 7, p. 466-71, Oct 2007.

CAPLAN, S. E. Preference for Online Social Interaction: A Theory of Problematic Internet Use and Psychosocial Well-Being. **Communication Research**, v. 30, n. 6, p. 625-648, December 1, 2003 2003.

CAPLAN, S. E. Relations among loneliness, social anxiety, and problematic Internet use. **Cyberpsychol Behav**, v. 10, n. 2, p. 234-42, Apr 2007.

CARBONELL, X.; GUARDIOLA, E.; BERANUY, M. et al. A bibliometric analysis of the scientific literature on Internet, video games, and cell phone addiction. **Journal of the Medical Library Association**, v. 97, n. 2, p. 102-107, 2009.

CARNES, P., DELMONICO, D., & GRIFFIN, E., Org. CARNES, P., DELMONICO, D., & GRIFFIN, E. **In the Shadows of the Net: Breaking Free of Compulsive Online Sexual Behavior**. MN: Hazleton.: Center Cityed. 2001.

CAVAGLION, G. Voices of coping in an Italian self-help virtual community of cyberporn dependents. **Cyberpsychol Behav**, v. 11, n. 5, p. 599-601, Oct 2008.

CEYHAN, A. A. Predictors of problematic Internet use on Turkish university students. **Cyberpsychol Behav**, v. 11, n. 3, p. 363-6, Jun 2008.

CHAK, K.; LEUNG, L. Shyness and locus of control as predictors of internet addiction and internet use. **Cyberpsychol Behav**, v. 7, n. 5, p. 559-70, Oct 2004.

CHARLTON, J.; DANFORTH, I. Distinguishing addiction and high engagement in the context of online game playing. **Computers in Human Behavior**, v. 23, n. 3, p. 1531-1548, 2007.

CHIRITA, V.; CHIRITA, R.; STEFANESCU, C. et al. Computer use and addiction in Romanian children and teenagers--an observational study. **Rev Med Chir Soc Med Nat Iasi**, v. 110, n. 3, p. 526-32, Jul-Sep 2006.

CHO, S. C.; KIM, J. W.; KIM, B. N. et al. Biogenetic temperament and character profiles and attention deficit hyperactivity disorder symptoms in Korean adolescents with problematic Internet use. **Cyberpsychol Behav**, v. 11, n. 6, p. 735-7, Dec 2008.

CHO, Y. R.; LEE, H. J. A study on a model for internet addiction of adolescents. **Taehan Kanho Hakhoe Chi**, v. 34, n. 3, p. 541-51, Jun 2004.

CHOI, K.; SON, H.; PARK, M. et al. Internet overuse and excessive daytime sleepiness in adolescents. **Psychiatry and Clinical Neurosciences**, v. 63, n. 4, p. 455-462, 2009.

CHOU, C.; CONDRON, L.; BELLAND, J. C. A Review of the Research on Internet Addiction. **Educational Psychology Review**, v. 17, n. 4, p. 363-388, 2005.

CHOW, S. L.; LEUNG, G. M.; NG, C. et al. A screen for identifying maladaptive internet use. **International Journal of Mental Health and Addiction**, v. 7, n. 2, p. 324-332, 2009.

CHRISMORE, S.; BETZELBERGER, E.; BIER, L. et al. Twelve-step recovery in inpatient treatment for Internet addiction. In: YOUNG, K. S. e ABREU, C. N. (Ed.). **Internet Addiction: A Handbook and Guide to Evaluation and Treatment** Wiley; 1 edition, 2010.

COCKRILL, A.; SULLIVAN, M.; NORBURY, H. L. Music consumption: Lifestyle choice or addiction. **Journal of Retailing and Consumer Services**, v. 18, n. 2, p. 160-166, 2011.

COLLIER, R. Virtual detox: Inpatient therapy for Internet addicts. **Canadian Medical Association Journal**, v. 181, n. 9, p. E193-E194, 2009.

COOPER, A.; DELMONICO, D. L.; BURG, R. Cybersex users, Abusers, and Compulsives: New findings and Implications. In: COOPER, A. (Ed.). **Cybersex: The Dark Side of the Force**. Philadelphia: Taylor & Francis Group, 2000.

CORNWELL, B.; LUNDGREN, D. C. Love on the Internet: involvement and misrepresentation in romantic relationships in cyberspace vs. realspace. **Computers in Human Behavior**, v. 17, n. 2, p. 197-211, 2001.

CRAFT, A. J. Love 2.0: a quantitative exploration of sex and relationships in the virtual world second life. **Arch Sex Behav**, v. 41, n. 4, p. 939-47, 2012.

CZINCZ, J.; HECHANOVA, R. Internet Addiction: Debating the Diagnosis. **Journal of Technology in Human Services**, v. 27, n. 4, p. 257-272, 2009.

DAVIS, R. A. A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. **Computers in Human Behavior** v. 17, p. 187-195, 2001.

DAVIS, R. A.; FLETT, G. L.; BESSER, A. Validation of a new scale for measuring problematic internet use: implications for pre-employment screening. **Cyberpsychol Behav**, v. 5, n. 4, p. 331-45, Aug 2002.

DE BERARDIS, D.; D'ALBENZIO, A.; GAMBI, F. et al. Alexithymia and Its Relationships with Dissociative Experiences and Internet Addiction in a Nonclinical Sample. **CyberPsychology & Behavior**, v. 12, n. 1, p. 67-69, 2009.

DEJOIE, J. F. Internet addiction: a different kind of addiction? **Rev Med Liege**, v. 56, n. 7, p. 523-530, Jul 2001.

DELA COLETA, A. D. S. M.; DELA COLETA, M. F.; GUIMARÃES, J. L. O amor pode ser virtual? O relacionamento amoroso pela Internet. **Psicologia em Estudo**, v. 13, p. 277-285, 2008.

DELL'OSSO, B.; HADLEY, S.; ALLEN, A. et al. Escitalopram in the treatment of impulsive-compulsive internet usage disorder: an open-label trial followed by a double-blind discontinuation phase. **The Journal of clinical psychiatry**, v. 69, n. 3, p. 452-456, 2008.

DEMETROVICS, Z.; SZEREDI, B.; ROZSA, S. The three-factor model of Internet addiction: The development of the Problematic Internet Use Questionnaire. **Behavior Research Methods**, v. 40, n. 2, p. 563-574, 2008.

DONNAMARIA, C. P.; TERZIS, A. O amor caiu na rede: sobre a procura de parceiro e a evolução de vínculos amorosos na Internet. **Revista da SPAGESP**, v. 10, p. 45-49, 2009.

DÖRING, N. M. The Internet's impact on sexuality: A critical review of 15 years of research. **Computers in Human Behavior**, v. 25, n. 5, p. 1089-1101, 2009.

DUPRAT, M.; ZACHARIAS, J.; JOTTA, A. et al. Orientação Psicológica via e-mail para casos de uso compulsivo do computador. In: Anais da III Jornada do NPPI: Novas demandas, novos desafios, 2008. São Paulo- PUC-SP.

EIJNDEN, R. J. J. M.; SPIJKERMAN, R.; VERMULST, A. A. et al. Compulsive Internet Use Among Adolescents: Bidirectional Parent–Child Relationships. **Journal of Abnormal Child Psychology**, v. 38, n. 1, p. 77-89, 2009.

EL-GUEBALY, N.; MUDRY, T. Problematic Internet use and the diagnostic journey. **World Psychiatry**, v. 9, n. 2, p. 93-4, Jun 2010.

ELPHINSTON, R. A.; NOLLER, P. Time to face it! Facebook intrusion and the implications for romantic jealousy and relationship satisfaction. **Cyberpsychol Behav Soc Netw**, v. 14, n. 11, p. 631-5, 2011.

ESTÉS, C. P. **Mulheres que correm com os lobos: mitos e histórias do arquétipo da mulher selvagem**. Rio de Janeiro: Rocco, 1999.

FARAH, R. M. Será que sou um viciado em computadores? In: FARAH, R. M. e FORTIM, I. (Ed.). **Relacionamentos na Era Digital**. São Paulo: Giz Editorial, 2007.

FERRARO, G.; CACI, B.; D'AMICO, A. et al. Internet addiction disorder: an Italian study. **Cyberpsychol Behav**, v. 10, n. 2, p. 170-5, Apr 2007.

FIRST, M. B. SCID - TCIm- Entrevista Clínica Estruturada para DSM-IV- Transtorno de controle do impulso não especificado- versão AMITI. **Biometrics Reserach Department- New York State Psychiatric Institute** 2004.

FORTIM, I. **Alice no país do espelho : o MUD - jogo e realidade virtual baseado em texto**. 2004a. (Dissertação de Mestrado). Programa de Estudos pós graduados em Ciências Sociais , Antropologia, PUC-SP, São Paulo

FORTIM, I. Patologias relacionadas ao uso de informática: usos abusivos de internet. In: FARAH, R. M. (Ed.). **Psicologia e informática - O ser humano diante das novas tecnologia** São Paulo: Oficina do Livro, 2004b. p.163-169.

FORTIM, I. O orkut na Clínica e a Relação Terapeuta- Paciente. In: PRADO, O. Z.; FORTIM, I. e COSENTINO, L. A. M. (Ed.). **Psicologia e Informática: produções do III Psicoinfo e**

II Jornada NPPI. São Paulo: Conselho Regional de Psicologia de São Paulo, v.1, 2006. p.48-60

FORTIM, I.; COSENTINO, L. A. M. Serviço de orientação via e-mail: novas considerações. **Psicologia: ciência e profissão**, v. 27, p. 164-175, 2007.

FORTSON, B. L.; SCOTTI, J. R.; CHEN, Y. C. et al. Internet use, abuse, and dependence among students at a southeastern regional university. **J Am Coll Health**, v. 56, n. 2, p. 137-44, Sep-Oct 2007.

FU, K. W.; CHAN, W. S.; WONG, P. W. et al. Internet addiction: prevalence, discriminant validity and correlates among adolescents in Hong Kong. **Br J Psychiatry**, v. 196, n. 6, p. 486-92, Jun 2010.

GHASSEMZADEH, L.; SHAHRARAY, M.; MORADI, A. Prevalence of Internet Addiction and Comparison of Internet Addicts and Non-Addicts in Iranian High Schools. **CyberPsychology & Behavior**, v. 11, n. 6, p. 731-733, 2008.

GOLDBERG, I. Ivan Goldberg discusses " Internet Addiction". 1997. Disponível em: < <http://www.psycom.net/iasg.html> >. Acesso em: 28/4/2011.

GRANT, J. E. **Impulse control disorders- a clinician's guide to understanding and treating behavioral addictions.** New York: Norton, 2008.

GREENBERG, J. L.; LEWIS, S. E.; DODD, D. K. Overlapping addictions and self-esteem among college men and women. **Addict Behav**, v. 24, n. 4, p. 565-71, Jul-Aug 1999.

GREENFIELD, D. N.; DAVIS, R. A. Lost in cyberspace: the web @ work. **Cyberpsychol Behav**, v. 5, n. 4, p. 347-53, Aug 2002.

GRIFFITHS, M. Gambling Technologies: Prospects for Problem Gambling. **Journal of Gambling Studies**, v. 15, n. 3, p. 265-283, 1999.

GRIFFITHS, M. Does Internet and Computer "Addiction" Exist? Some Case Study Evidence. **Cyberpsychol Behav**, v. 3 n. 2, p. 211-218, 2000.

GRIFFITHS, M. Sex on the internet: Observations and implications for internet sex addiction. **Journal of Sex Research**, v. 38, n. 4, p. 333-342, 2001.

GRIFFITHS, M. Internet gambling: issues, concerns, and recommendations. **Cyberpsychol Behav**, v. 6, n. 6, p. 557-68, Dec 2003.

- GRIFFITHS, M. A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework **Journal of Substance Use - J SUBST USE**, v. 10, n. 4, p. 191-197, 2005.
- GRIFFITHS, M. Videogame Addiction: Further Thoughts and Observations. **International Journal of Mental Health and Addiction**, v. 6, n. 2, p. 182-185, 2008.
- GRIFFITHS, M.; PARKE, J.; WOOD, R. et al. Online Poker Gambling in University Students: Further Findings from an Online Survey. **International Journal of Mental Health and Addiction**, v. 8, n. 1, p. 82-89, 2010.
- GRIFFITHS, M. D.; PARKE, J. Adolescent gambling on the internet: a review. **Int J Adolesc Med Health**, v. 22, n. 1, p. 59-75, Jan-Mar 2010.
- GROHOL, J. M. Too much time online: internet addiction or healthy social interactions? **Cyberpsychol Behav**, v. 2, n. 5, p. 395-401, 1999.
- HA, J. H.; CHIN, B.; PARK, D. H. et al. Characteristics of excessive cellular phone use in Korean adolescents. **Cyberpsychol Behav**, v. 11, n. 6, p. 783-4, Dec 2008.
- HA, J. H.; KIM, S. Y.; BAE, S. C. et al. Depression and Internet addiction in adolescents. **Psychopathology**, v. 40, n. 6, p. 424-30, 2007.
- HAN, D. H.; HWANG, J. W.; RENSHAW, P. F. Bupropion sustained release treatment decreases craving for video games and cue-induced brain activity in patients with Internet video game addiction. **Exp Clin Psychopharmacol**, v. 18, n. 4, p. 297-304, Aug 2010.
- HOLLIS, J. **Os pantanais da alma**. São Paulo: Paulus, 1999.
- HSU, S. H.; WEN, M.-H.; WU, M.-C. Exploring user experiences as predictors of MMORPG addiction. **Computers & Education**, v. 53, n. 3, p. 990-999, 2009.
- HUANG, X. Q.; LI, M. C.; TAO, R. Treatment of internet addiction. **Curr Psychiatry Rep**, v. 12, n. 5, p. 462-70, Oct 2010.
- HUANG, Y. R. Identity and intimacy crises and their relationship to internet dependence among college students. **Cyberpsychol Behav**, v. 9, n. 5, p. 571-6, Oct 2006.
- HUANG, Z.; WANG, M.; QIAN, M. et al. Chinese Internet addiction inventory: developing a measure of problematic Internet use for Chinese college students. **Cyberpsychol Behav**, v. 10, n. 6, p. 805-11, Dec 2007.

HUSSAIN, Z.; GRIFFITHS, M. Excessive use of Massively Multi-Player Online Role-Playing Games: A Pilot Study. **International Journal of Mental Health and Addiction**, v. 7, n. 4, p. 563-571, 2009a.

HUSSAIN, Z.; GRIFFITHS, M. D. The attitudes, feelings, and experiences of online gamers: a qualitative analysis. **Cyberpsychol Behav**, v. 12, n. 6, p. 747-53, Dec 2009b.

JANG, K. S.; HWANG, S. Y.; CHOI, J. Y. Internet addiction and psychiatric symptoms among Korean adolescents. **J Sch Health**, v. 78, n. 3, p. 165-71, Mar 2008.

JOHANSSON, A.; GÖTESTAM, K. G. Internet addiction: characteristics of a questionnaire and prevalence in Norwegian youth (12-18 years). **Scand J Psychol**, v. 45, n. 3, p. 223-9, Jul 2004.

JOHNSON, N. F. **The Multiplicities of Internet Addiction: The Misrecognition of Leisure and Learning**. Farnham: Ashgate Publishing Limited, 2009.

JOTTA, A. Orientação Psicológica via e-mail do NPPI para usuários compulsivos de computador- um relato de caso. In:III Jornada do NPPI- Novas demandas, Novos desafios, 2008. São Paulo - PUC-SP.

JOVIÆ, J.; ÐINDIÆ, N. Influence of dopaminergic system on internet addiction. **Acta Medica Medianae**, v. 50(1), p. 60-66., 2011.

JUNG, C. G. **Estudos psiquiátricos**. Petrópolis: Vozes, 1903/2011.

JUNG, C. G. **Tipos psicológicos**. Petrópolis: Vozes, 1921/1991.

JUNG, C. G. **Ab-reação, análise dos sonhos, transferência**. Vozes, 1934/1998.

KANDELL, J. J. Internet Addiction on Campus: The Vulnerability of College Students. **CyberPsychol Behav**, v. 1, n. 1, p. 11-17. , 1998.

KO, C.-H.; YEN, J.-Y.; YEN, C.-F. et al. The Association between Internet Addiction and Belief of Frustration Intolerance: The Gender Difference. **CyberPsychol Behav**, v. 11, n. 3, p. 273-278, 2008.

KO, C. H.; YEN, J. Y.; CHEN, C. C. et al. Gender differences and related factors affecting online gaming addiction among Taiwanese adolescents. **J Nerv Ment Dis**, v. 193, n. 4, p. 273-7, Apr 2005.

KO, C. H.; YEN, J. Y.; CHEN, C. S. et al. Psychiatric comorbidity of internet addiction in college students: an interview study. **CNS Spectr**, v. 13, n. 2, p. 147-53, Feb 2008.

KO, C. H.; YEN, J. Y.; CHEN, S. H. et al. Proposed diagnostic criteria and the screening and diagnosing tool of Internet addiction in college students. **Compr Psychiatry**, v. 50, n. 4, p. 378-84, Jul-Aug 2009.

KO, C. H.; YEN, J. Y.; YEN, C. F. et al. Screening for Internet addiction: an empirical study on cut-off points for the Chen Internet Addiction Scale. **Kaohsiung J Med Sci**, v. 21, n. 12, p. 545-51, Dec 2005.

KO, C. H.; YEN, J. Y.; YEN, C. F. et al. Factors predictive for incidence and remission of internet addiction in young adolescents: a prospective study. **Cyberpsychol Behav**, v. 10, n. 4, p. 545-51, Aug 2007.

KOO, C.; WATI, Y.; LEE, C. C. et al. Internet-Addicted Kids and South Korean Government Efforts: Boot-Camp Case. **Cyberpsychol Behav Soc Netw**, Jan 4 2011.

KORKEILA, J.; KAARLAS, S.; JAASKELAINEN, M. et al. Attached to the web--harmful use of the Internet and its correlates. **Eur Psychiatry**, v. 25, n. 4, p. 236-41, May 2010.

KRATZER, S.; HEGERL, U. Is "Internet Addiction" a disorder of its own?--a study on subjects with excessive internet use. **Psychiatr Prax**, v. 35, n. 2, p. 80-3, Mar 2008.

KUSS, D. J.; GRIFFITHS, M. D. Online social networking and addiction--a review of the psychological literature. **Int J Environ Res Public Health**, v. 8, n. 9, p. 3528-52, 2011.

KUSS, D. J.; GRIFFITHS, M. D. Internet and Gaming Addiction: A Systematic Literature Review of Neuroimaging Studies. **Brain Sciences**, v. 2, n. 3, p. 347-374, 2012.

LABRIE, R. A.; KAPLAN, S. A.; LAPLANTE, D. A. et al. Inside the virtual casino: a prospective longitudinal study of actual Internet casino gambling. **Eur J Public Health**, v. 18, n. 4, p. 410-6, Aug 2008.

LAPLANTE, D. A.; SCHUMANN, A.; LABRIE, R. A. et al. Population trends in Internet sports gambling. **Computers in Human Behavior**, v. 24, n. 5, p. 2399-2414, 2008.

LAVIN, M. J.; YUEN, C. N.; WEINMAN, M. et al. Internet dependence in the collegiate population: the role of shyness. **Cyberpsychol Behav**, v. 7, n. 4, p. 379-83, Aug 2004.

LEONARD, L. S. **Witness to the fire: creativity and the veil of addiction**. Michigan: Shambhala, 1989.

LEVINE, D. Virtual Attraction: What Rocks Your Boat. **CyberPsychol Behav**, v. 3, n. 4, p. 565-573, 2000.

LÉVY, P. **Cibercultura**. São Paulo: Editora 34, 1999.

LIU, J.; GAO, X. P.; OSUNDE, I. et al. Increased regional homogeneity in internet addiction disorder: a resting state functional magnetic resonance imaging study. **Chin Med J (Engl)**, v. 123, n. 14, p. 1904-8, Jul 2010.

LIU, M.; PENG, W. Cognitive and psychological predictors of the negative outcomes associated with playing MMOGs (massively multiplayer online games). **Comput. Hum. Behav.**, v. 25, n. 6, p. 1306-1311, 2009.

LIU, T.; POTENZA, M. N. Problematic Internet use: clinical implications. **CNS Spectr**, v. 12, n. 6, p. 453-66, Jun 2007.

LOUREIRO, C. S.; LESCHER, A. D. Drogas: uma experiência dionisíaca. In: SILVEIRA, D. X. e MOREIRA, F. G. (Ed.). **Panorama atual de drogas e dependências**. São Paulo: Atheneu, v.1, 2006. cap. 32,

LU, D. W.; WANG, J. W.; HUANG, A. C. Differentiation of Internet addiction risk level based on autonomic nervous responses: the Internet-addiction hypothesis of autonomic activity. **Cyberpsychol Behav Soc Netw**, v. 13, n. 4, p. 371-8, Aug 2010.

LU, H. Y. Sensation-seeking, Internet dependency, and online interpersonal deception. **Cyberpsychol Behav**, v. 11, n. 2, p. 227-31, Apr 2008.

MATSUBA, M. K. Searching for Self and Relationships Online. **Cyberpsychol Behav**, v. 9, n. 3, p. 275-84, 2006.

MCMILLAN, S. J.; MORRISON, M. Coming of age with the internet. **New Media & Society**, v. 8, n. 1, p. 73-95, 2006.

MILANI, L.; OSUALDELLA, D.; DI BLASIO, P. Quality of interpersonal relationships and problematic Internet use in adolescence. **Cyberpsychol Behav**, v. 12, n. 6, p. 681-4, Dec 2009.

MOORE, R. L.; GILLETTE, D. **King, warrior, magician, lover: rediscovering the archetypes of the mature masculine**. HarperSanFrancisco, 1991.

MORAHAN-MARTIN, J. The relationship between loneliness and internet use and abuse. **Cyberpsychol Behav**, v. 2, n. 5, p. 431-9, 1999.

MORAHAN-MARTIN, J. Internet Abuse: Addiction? Disorder? Symptom? Alternative Explanations? **Social Science Computer Review**, v. 23, n. 1, p. 39-48, 2005.

MORRISON, C. M.; GORE, H. The relationship between excessive Internet use and depression: a questionnaire-based study of 1,319 young people and adults. **Psychopathology**, v. 43, n. 2, p. 121-6, 2010.

MOTTRAM, A. J.; FLEMING, M. J. Extraversion, impulsivity, and online group membership as predictors of problematic internet use. **Cyberpsychol Behav**, v. 12, n. 3, p. 319-21, Jun 2009.

MUNOZ-RIVAS, M. J.; FERNANDEZ, L.; GAMEZ-GUADIX, M. Analysis of the indicators of pathological Internet use in Spanish university students. **Span J Psychol**, v. 13, n. 2, p. 697-707, Nov 2010.

MUSCANELL, N. L.; GUADAGNO, R. E. Make new friends or keep the old: Gender and personality differences in social networking use. **Computers in Human Behavior**, v. 28, n. 1, p. 107-112, 2012.

NAIFEH, S. Archetypal foundations of addiction and recovery. **J Anal Psychol**, v. 40, n. 2, p. 133-59, 1995.

NELSON, S. E.; LAPLANTE, D. A.; PELLER, A. J. et al. Real limits in the virtual world: self-limiting behavior of Internet gamblers. **J Gambl Stud**, v. 24, n. 4, p. 463-77, Dec 2008.

NEO, R. L.; SKORIC, M. M. Problematic Instant Messaging Use. **Journal of Computer-Mediated Communication**, v. 14, n. 3, p. 627-657, 2009.

NEWZOO. Games infograph Brasil Portuguese Language. 2011. Disponível em: < http://newzoo.com/ENG/1607-Infograph_BR_Portugese.html >.

NI, X.; YAN, H.; CHEN, S. et al. Factors influencing internet addiction in a sample of freshmen university students in China. **Cyberpsychol Behav**, v. 12, n. 3, p. 327-30, Jun 2009.

NICOLACI-DA-COSTA, A. M. Internet: a negatividade do discurso da mídia versus a positividade da experiência pessoal. À qual dar crédito? **Estudos de Psicologia (Natal)**, v. 7, p. 25-35, 2002.

NICOLACI-DA-COSTA, A. M. Internet: uma nova plataforma de vida. In: NICOLACI-DA-COSTA, A. M. (Ed.). **Cabeças digitais - O cotidiano na era da informação**. Rio de Janeiro: PUC-Rio, 2006. p.19-39.

NIEMZ, K.; GRIFFITHS, M.; BANYARD, P. Prevalence of Pathological Internet Use among University Students and Correlations with Self-Esteem, the General Health Questionnaire (GHQ), and Disinhibition. **CyberPsychol Behav**, v. 8, n. 6, p. 562-570, 2005.

OLIVEIRA, M. F. Sereias, Iaras e Iemanjás: A sedução da Alma. **Junguiana: Revista da Sociedade Brasileira de Psicologia Analítica**, v. 18, 2000.

OLIVEIRA, M. P. M. T. **Dependências: o homem à procura de si mesmo**. São Paulo: Icone, 2004.

ORZACK, M. H.; ORZACK, D. S. Treatment of computer addicts with complex co-morbid psychiatric disorders. **Cyberpsychol Behav**, v. 2, n. 5, p. 465-73, 1999.

ORZACK, M. H.; VOLUSE, A. C.; WOLF, D. et al. An ongoing study of group treatment for men involved in problematic Internet-enabled sexual behavior. **Cyberpsychol Behav**, v. 9, n. 3, p. 348-60, Jun 2006.

OZCAN, N. K.; BUZLU, S. Internet use and its relation with the psychosocial situation for a sample of university students. **Cyberpsychol Behav**, v. 10, n. 6, p. 767-72, Dec 2007.

PALLANTI, S.; BERNARDI, S.; QUERCIOLI, L. The Shorter PROMIS Questionnaire and the Internet Addiction Scale in the assessment of multiple addictions in a high-school population: prevalence and related disability. **CNS Spectr**, v. 11, n. 12, p. 966-74, Dec 2006.

PALOMO, V. Uma contribuição da psicologia analítica para a compreensão das farmacodependências. In: SILVEIRA, D. X. e MOREIRA, F. G. (Ed.). **Panorama atual de drogas e dependências**. São Paulo: Atheneu, v.1, 2006. cap. 17.4, p.234-239.

PARK, S. K.; KIM, J. Y.; CHO, C. B. Prevalence of Internet addiction and correlations with family factors among South Korean adolescents. **Adolescence**, v. 43, n. 172, p. 895-909, Winter 2008.

PERERA, S. B. **Queen Maeve and Her Lovers: A Celtic Archetype of Ecstasy, Addiction and Healing**. New York: Carrowmore Books, 1999.

PETERS, C. S.; MALESKY, L. A. Problematic usage among highly-engaged players of massively multiplayer online role playing games. **Cyberpsychol Behav**, v. 11, n. 4, p. 481-4, Aug 2008.

PETERSEN, K. U.; WEYMANN, N.; SCHELB, Y. et al. Pathological Internet use--epidemiology, diagnostics, co-occurring disorders and treatment. **Fortschr Neurol Psychiatr**, v. 77, n. 5, p. 263-71, May 2009.

PIES, R. Should DSM-V Designate "Internet Addiction" a Mental Disorder? **Psychiatry (Edgmont)**, v. 6(2), p. 31-37, 2009.

PINHEIRO, O. D. G. Entrevista: uma prática discursiva. In: SPINK, M. J. (Ed.). **Práticas discursivas e produção de sentidos no cotidiano: aproximações teóricas e metodológicas**. São Paulo: Cortez Editora, 2000.

PRADO, O. Z. **Pesquisa Internet e Comportamento: Um estudo exploratório sobre as características de uso da Internet, uso patológico e a pesquisa on line**. 1998. (Trabalho de Conclusão de Curso). PUC-SP, São Paulo.

PRADO, O. Z.; HONORATO, E. Alguns usos patológicos do computador : o uso patológico de internet. In: SAYEG, E. (Ed.). **Psicologia e Informática: Interfaces e desafios**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2000.

PUTNAM, D. E.; MAHEU, M. M. Online sexual addiciton and compulsivity: Integrating web resources and behavioral telehealth in treatment. In: COOPER, A. (Ed.). **Cybersex: The Dark Side of the Force**. Philadelphia: Taylor & Francis Group, 2000.

RAZZOUK, D. Dependência de Internet: uma nova categoria diagnóstica? **Psychiatry Online Brazil - Current Issues** v. 3 n. 03, 1998.

SANCHEZ-CARBONELL, X.; BERANUY, M.; CASTELLANA, M. et al. Internet and cell phone addiction: passing fad or disorder? **Adicciones**, v. 20, n. 2, p. 149-59, 2008.

SCHMIT, S.; CHAUCHARD, E.; CHABROL, H. et al. Evaluation of the characteristics of addiction to online video games among adolescents and young adults. **Encephale**, v. 37, n. 3, p. 217-23, 2011.

SCHOEN, D. **War of the Gods in Addiction**. Spring Journal, Incorporated, 2009.

SELFHOUT, M. H. W.; BRANJE, S. J. T.; DELSING, M. et al. Different types of Internet use, depression, and social anxiety: The role of perceived friendship quality. **Journal of Adolescence**, v. 32, n. 4, p. 819-833, 2009.

SEO, M.; KANG, H. S.; YOM, Y. H. Internet addiction and interpersonal problems in korean adolescents. **Comput Inform Nurs**, v. 27, n. 4, p. 226-33, Jul-Aug 2009.

SHAFFER, H. J.; HALL, M. N.; VANDER BILT, J. "Computer addiction": a critical consideration. **Am J Orthopsychiatry**, v. 70, n. 2, p. 162-8, Apr 2000.

SHAPIRA, N. A.; GOLDSMITH, T. D.; KECK, P. E., JR. et al. Psychiatric features of individuals with problematic internet use. **J Affect Disord**, v. 57, n. 1-3, p. 267-72, Jan-Mar 2000.

SHAPIRA, N. A.; LESSIG, M. C.; GOLDSMITH, T. D. et al. Problematic internet use: proposed classification and diagnostic criteria. **Depress Anxiety**, v. 17, n. 4, p. 207-16, 2003.

SHEK, D. T.; TANG, V. M.; LO, C. Y. Internet addiction in Chinese adolescents in Hong Kong: assessment, profiles, and psychosocial correlates. **ScientificWorldJournal**, v. 8, p. 776-87, 2008.

SILVEIRA, D. X. **Drogas: Uma compreensão psicodinâmica das farmacodependências**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1995.

SIOMOS, K. E.; DAFOULI, E. D.; BRAIMIOTIS, D. A. et al. Internet addiction among Greek adolescent students. **Cyberpsychol Behav**, v. 11, n. 6, p. 653-7, Dec 2008.

SMAHEL, D.; BLINKA, L.; LEDABYL, O. Playing MMORPGs: connections between addiction and identifying with a character. **Cyberpsychol Behav**, v. 11, n. 6, p. 715-8, Dec 2008.

SNODGRASS, J. G.; LACY, M. G.; DENGHAH II, H. J. F. et al. Magical Flight and Monstrous Stress: Technologies of Absorption and Mental Wellness in Azeroth. **Culture, Medicine & Psychiatry**, v. 35, n. 1, p. 26-62, 2011.

SOUZA, C. L. D. **Um olhar junguiano sobre as relações de amizade masculinas na atualidade**. 2010. Mestrado em Psicologia Clínica, PUC-SP

STIEGER, S.; BURGER, C. Implicit and explicit self-esteem in the context of internet addiction. **Cyberpsychol Behav Soc Netw**, v. 13, n. 6, p. 681-8, Dec 2010.

STONE, R. Science in society. China reins in wilder impulses in treatment of 'Internet addiction'. **Science**, v. 324, n. 5935, p. 1630-1, Jun 26 2009.

STRAVOGIANNIS, A.; ABREU, C. N. Internet addiction: a case report. **Rev Bras Psiquiatr**, v. 31, n. 1, p. 78-9, Mar 2009.

SUBLETTE, V.; MULLAN, B. Consequences of Play: A Systematic Review of the Effects of Online Gaming. **International Journal of Mental Health and Addiction**, v. 10, n. 1, p. 3-23, 2012.

SUZUKI, F. T. I.; MATIAS, M. V.; SILVA, M. T. A. et al. O uso de videogames, jogos de computador e internet por uma amostra de universitários da Universidade de São Paulo. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 58, p. 162-168, 2009.

TAO, R.; HUANG, X.; WANG, J. et al. Proposed diagnostic criteria for internet addiction. **Addiction**, v. 105, n. 3, p. 556-564, 2010.

THAYER, S. E.; RAY, S. Online communication preferences across age, gender, and duration of Internet use. **Cyberpsychol Behav**, v. 9, n. 4, p. 432-40, 2006.

TURKLE, S. **Life on the Screen: Identity in the age of Internet**. New York: Simon & Schuster, 1997.

TURKLE, S. **Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other**. New York: Basic Books, 2011.

VAN ZALK, M. H. W.; BRANJE, S. J. T.; DENISSEN, J. et al. Who Benefits From Chatting, and Why? **Personality and Social Psychology Bulletin**, v. 37, n. 9, p. 1202-1215, 2011.

VAS, L.; GOMBOR, A. Exploring Internet Motives and Life Satisfaction Among Hungarian and Israeli Medical Students, Living in Hungary. **Journal of Happiness Studies**, v. 10, n. 6, p. 685-701, 2009.

VIEIRA, A. C. Outras dependências não- químicas. In: SILVEIRA, D. X. e MOREIRA, F. G. (Ed.). **Panorama atual de drogas e dependências**. São Paulo: Atheneu, v.1, 2006. p.421-425.

WAHBA, L. L. Esses bizarros objetos pornográficos. **Revista Junguiana**, v. 15, p. 50--58, 1997.

WARDEN, N. L. P., JAMES G.; OGLOFF, JAMES R. P. Internet Addiction. **Psychiatry, Psychology and Law**, v. Vol. 11, No. 2 2004.

WEINSTEIN, A.; LEJOYEUX, M. Internet Addiction or Excessive Internet Use. **The American Journal of Drug and Alcohol Abuse**, v. 36, n. 5, p. 277-283, 2010.

WEISER, E. B. The functions of internet use and their social and psychological consequences. **Cyberpsychol Behav**, v. 4, n. 6, p. 723-43, 2001.

WELLS, M.; MITCHELL, K. J.; FINKELHOR, D. et al. Mental Health Professionals' Exposure to Clients with Problematic Internet Experiences. **Journal of Technology in Human Services**, v. 24, n. 4, p. 35-52, 2006/10/24 2006.

WHANG, L. S.; LEE, S.; CHANG, G. Internet over-users' psychological profiles: a behavior sampling analysis on internet addiction. **Cyberpsychol Behav**, v. 6, n. 2, p. 143-50, Apr 2003.

WIDYANTO, L.; GRIFFITHS, M. D.; BRUNSDEN, V. A Psychometric Comparison of the Internet Addiction Test, the Internet-Related Problem Scale, and Self-Diagnosis. **Cyberpsychol Behav Soc Netw**, Nov 10 2010.

WIDYANTO, L.; MCMURRAN, M. The psychometric properties of the internet addiction test. **Cyberpsychol Behav**, v. 7, n. 4, p. 443-50, Aug 2004.

WIELAND, D. M. Computer addiction: implications for nursing psychotherapy practice. **Perspect Psychiatr Care**, v. 41, n. 4, p. 153-61, Oct-Dec 2005.

WILSON, K.; FORNASIER, S.; WHITE, K. M. Psychological predictors of young adults' use of social networking sites. **Cyberpsychol Behav Soc Netw**, v. 13, n. 2, p. 173-7, Apr 2010.

WOODMAN, M. **O vício da perfeição compreendendo a relação entre distúrbios alimentares e desenvolvimento psíquico**. São Paulo: Summus, 2002.

WU, C. S.; CHENG, F. F. Internet cafe addiction of Taiwanese adolescents. **Cyberpsychol Behav**, v. 10, n. 2, p. 220-5, Apr 2007.

XIUQIN, H.; HUIMIN, Z.; MENGCHEN, L. et al. Mental health, personality, and parental rearing styles of adolescents with Internet addiction disorder. **Cyberpsychol Behav Soc Netw**, v. 13, n. 4, p. 401-6, Aug 2010.

YANG, C. K.; CHOE, B. M.; BAITY, M. et al. SCL-90-R and 16PF profiles of senior high school students with excessive internet use. **Can J Psychiatry**, v. 50, n. 7, p. 407-14, Jun 2005.

YANG, S. C.; TUNG, C.-J. Comparison of Internet addicts and non-addicts in Taiwanese high school. **Computers in Human Behavior**, v. 23, n. 1, p. 79-96, 2007.

YEE, N. The psychology of massively multi-user online roleplaying games: Motivations, emotional investment, relationships, and problematic usage. In: SCHROEDER, R. e AXELSSON, A. S. (Ed.). **Avatars at Work and Play: Collaboration and Interaction in Shared Virtual Environments**: Springer, 2006.

YELLOWLEES, P.; MARKS, S. Problematic Internet use or Internet addiction? **Computers in Human Behavior**, v. 23, n. 3, p. 1447-1453, 2007.

YEN, J. Y.; KO, C. H.; YEN, C. F. et al. Psychiatric symptoms in adolescents with Internet addiction: Comparison with substance use. **Psychiatry Clin Neurosci**, v. 62, n. 1, p. 9-16, Feb 2008.

YEN, J. Y.; KO, C. H.; YEN, C. F. et al. The comorbid psychiatric symptoms of Internet addiction: attention deficit and hyperactivity disorder (ADHD), depression, social phobia, and hostility. **J Adolesc Health**, v. 41, n. 1, p. 93-8, Jul 2007.

YEN, J. Y.; YEN, C. F.; CHEN, C. C. et al. Family factors of internet addiction and substance use experience in Taiwanese adolescents. **Cyberpsychol Behav**, v. 10, n. 3, p. 323-9, Jun 2007.

YEN, J. Y.; YEN, C. F.; CHEN, C. S. et al. The association between adult ADHD symptoms and internet addiction among college students: the gender difference. **Cyberpsychol Behav**, v. 12, n. 2, p. 187-91, Apr 2009.

YOO, H. J.; CHO, S. C.; HA, J. et al. Attention deficit hyperactivity symptoms and internet addiction. **Psychiatry Clin Neurosci**, v. 58, n. 5, p. 487-94, Oct 2004.

YOUNG, K. Internet addiction over the decade: a personal look back. **World Psychiatry**, v. 9, n. 2, p. 91, 2010.

YOUNG, K. S. Psychology of computer use: XL. Addictive use of the Internet: a case that breaks the stereotype. **Psychol Rep**, v. 79, n. 3 Pt 1, p. 899-902, Dec 1996.

YOUNG, K. S. What Makes the Internet Addictive: Potential Explanations for Pathological Internet Use. In: 105th annual conference of the American Psychological Association, 1997. Chicago.

YOUNG, K. S. Internet addiction: Evaluation and treatment. **British Medical Journal**, v. 7, p. 351-352, 1999a.

YOUNG, K. S. The research and controversy surrounding internet addiction. **Cyberpsychol Behav**, v. 2, n. 5, p. 381-3, 1999b.

YOUNG, K. S. Internet Addiction: A New Clinical Phenomenon and Its Consequences. **American Behavioral Scientist**, v. 48, n. 4, p. 402-415, 2004.

YOUNG, K. S. An empirical examination of client attitudes towards online counseling. **Cyberpsychol Behav**, v. 8, n. 2, p. 172-7, Apr 2005.

YOUNG, K. S. Cognitive behavior therapy with Internet addicts: treatment outcomes and implications. **Cyberpsychol Behav**, v. 10, n. 5, p. 671-9, Oct 2007.

YOUNG, K. S. Internet Sex Addiction: Risk Factors, Stages of Development, and Treatment. **American Behavioral Scientist**, v. 52, n. 1, p. 21-37, 2008.

YOUNG, K. S.; CASE, C. J. Internet abuse in the workplace: new trends in risk management. **Cyberpsychol Behav**, v. 7, n. 1, p. 105-11, Feb 2004.

YOUNG, K. S.; PISTNER, M.; O'MARA, J. et al. Cyber disorders: the mental health concern for the new millennium. **Cyberpsychol Behav**, v. 2, n. 5, p. 475-9, 1999.

YOUNG, K. S.; YUE, X. D.; YING, L. Prevalence Estimates and Etiologic Models of Internet Addiction. In: YOUNG, K. S. A., C. N. (Ed.). **Internet Addiction: A Handbook and Guide to Evaluation and Treatment** John Wiley & Sons, 2010.

ZBORALSKI, K.; ORZECZOWSKA, A.; TALAROWSKA, M. et al. The prevalence of computer and Internet addiction among pupils. **Postepy Hig Med Dosw (Online)**, v. 63, p. 8-12, 2009.

ZHANG, L.; AMOS, C.; MCDOWELL, W. C. A Comparative Study of Internet Addiction between the United States and China. **CyberPsychol Behav**, v. 11, n. 6, p. 727-729, 2008.

ZHAO, X.; YU, H.; ZHAN, Q. et al. Influence of excessive internet use on auditory event-related potential. **Sheng Wu Yi Xue Gong Cheng Xue Za Zhi**, v. 25, n. 6, p. 1289-93, Dec 2008.

ZHOU, Y.; LIN, F. C.; DU, Y. S. et al. Gray matter abnormalities in Internet addiction: A voxel-based morphometry study. **Eur J Radiol**, Nov 17 2009.

ZOJA, L. **Nascer não basta- Iniciação e Toxicodependência**. São Paulo: Axis Mundi, 1992.

10 Anexos

Anexo I- Aprovação do comitê de ética

Anexo II- Carta da Coordenação do NPPI e carta da Direção da Clínica

Anexo III- Entrevistas concedidas pelo Núcleo

Anexo I- Aprovação do comitê de ética



PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE SÃO PAULO
COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA DA PUC-SP
SEDE CAMPUS MONTE ALEGRE

Protocolo de Pesquisa nº 102/2011

Faculdade de Ciências Humanas e da Saúde
Programa de Estudos Pós-Graduados em Psicologia: Psicologia Clínica
Orientador(a): Prof.(a). Dr.(a). Ceres Alves de Araújo
Autor(a): Ivelise Fortim

PARECER sobre o Protocolo de Pesquisa, em nível de Tese de Doutorado, intitulado **Aspectos psicodinâmicos do uso patológico de internet**

CONSIDERAÇÕES APROVADAS EM COLEGIADO

Em conformidade com os dispositivos da Resolução nº 196 de 10 de outubro de 1996 e demais resoluções do Conselho Nacional de Saúde (CNS) do Ministério da Saúde (MS), em que os critérios da relevância social, da relação custo/benefício e da autonomia dos sujeitos da pesquisa pesquisados foram preenchidos.

O Termo de Consentimento Livre e Esclarecido permite ao sujeito compreender o significado, o alcance e os limites de sua participação nesta pesquisa.

A exposição do Projeto é clara e objetiva, feita de maneira concisa e fundamentada, permitindo concluir que o trabalho tem uma linha metodológica bem definida, na base do qual será possível retirar conclusões consistentes e, portanto, válidas.

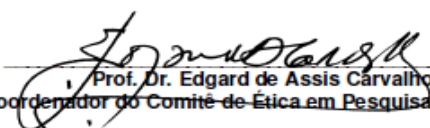
No entendimento do CEP da PUC-SP, o Projeto em questão não apresenta qualquer risco ou dano ao ser humano do ponto de vista ético.

CONCLUSÃO

Face ao parecer consubstanciado apensado ao Protocolo de Pesquisa, o Comitê de Ética em Pesquisa da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo – PUC/SP – Sede Campus Monte Alegre, em Reunião Ordinária de **30/05/2011**, **APROVOU** o Protocolo de Pesquisa nº **102/2011**.

Cabe ao(s) pesquisador(es) elaborar e apresentar ao CEP da PUC-SP – Sede Campus Monte Alegre, os relatórios parcial e final sobre a pesquisa, conforme disposto na Resolução nº 196 de 10 de outubro de 1996, inciso IX.2, alínea "c", do Conselho Nacional de Saúde (CNS) do Ministério da Saúde (MS), bem como cumprir integralmente os comandos do referido texto legal e demais resoluções do Conselho Nacional de Saúde (CNS) do Ministério da Saúde (MS).


São Paulo, 30 de maio de 2011.


Prof. Dr. Edgard de Assis Carvalho
Coordenador do Comitê de Ética em Pesquisa da PUC-SP

Anexo - II Carta da Coordenação do NPPI e carta da Direção da Clínica

TERMO DE ANUÊNCIA PRÉVIA PARA A REALIZAÇÃO DO PROJETO

Pelo presente termo, o NPPI (Núcleo de Pesquisas da Psicologia em Informática), aqui representado por sua coordenadora, Profa. **Rosa Maria Farah**, estão cientes e concordam com a realização do projeto de pesquisa de doutorado intitulado "**Aspectos psicodinâmicos do uso patológico de internet**", onde será utilizado o material dos e-mails em arquivo do NPPI, nos períodos de 2001-2011.



Rosa Maria Farah
CRP 06.1315

Rosa Maria Farah

Núcleo de Pesquisas da Psicologia em Informática

Serviço de Informática da Clínica Psicológica Ana Maria Poppovic



Pontifícia Universidade Católica de São Paulo

Clínica Psicológica "Ana Maria Poppovic"

Rua Monte Alegre, 961 Σ Perdizes Σ CEP: 05014-001 Σ São Paulo – SP
Site: www.pucsp.br/clinica Σ Fones: 3670-8040, 3670-8041 (fax)
CNPJ: 60.990.751.0001-24



ORIENTAÇÃO AOS PROFESSORES DA PÓS – GRADUAÇÃO EM RELAÇÃO À UTILIZAÇÃO DA CLÍNICA PSICOLÓGICA PARA PESQUISA CLÍNICA DE MESTRADO E DOUTORADO

- 1) Apresentação do Projeto à Chefe da Clínica da PUC-SP
- 2) Descrição da necessidade da utilização da Clínica da PUC-SP
- 3) Aprovação do Comitê de Ética
- 4) Sendo o paciente atendido na Clínica é *imprescindível* que o paciente preencha a Ficha de Inscrição antes de iniciar os atendimentos.

COMPROMISSO DO PESQUISADOR COM CLÍNICA:

- Interar-se das *Normas e Procedimentos da Clínica*
- Responsabilizar-se pelos atendimentos clínicos das situações requeridas
- Preencher os dados da página 4 da Ficha de Inscrição do Paciente (amarela)
- Citar a Clínica da PUC-SP como local de pesquisa na dissertação
- Adequar-se aos horários da Clínica definidos pela Chefe da Clínica
- Avisar a secretaria a interrupção ou término do atendimento
- Elaborar Relatório ao final de cada caso (o orientador deve assinar também)
- Comunicar mudança do projeto no que diz respeito ao atendimento

São Paulo, 4 de maio de 2011


Prof. Dra. Regina Sonia Gattas F. do Nascimento
Diretora da Clínica

Anexo III- Entrevistas concedidas pelo Núcleo

Folha de São Paulo - São Paulo, quarta-feira, 15 de março de 2000

PUC pesquisa distúrbios de informatas

O Núcleo de Pesquisas da Psicologia em Informática -NPPI- da Clínica Psicológica Ana Maria Popovic, da PUC-SP, está oferecendo atendimento psicológico a casos cuja queixa envolva problemas relacionados à informática ou à Internet.

"Nosso interesse é averiguar se existe realmente uma problemática específica", afirma Rosa Maria Farah, coordenadora do NPPI e supervisora de atendimento clínico. "Vamos entrevistar as pessoas, definir suas necessidades e encaminhar cada caso."

Outro objetivo da pesquisa é determinar parâmetros, como o que é considerado uso excessivo do computador e da Internet.

O atendimento é feito por profissionais em fase de aprimoramento. Se o interessado suspeitar de que possui algum distúrbio dessa natureza, deve mencionar na ficha de inscrição.

O telefone da clínica para informações é 0/xx/11/3670-8040, de segunda a sexta, das 8h30 às 21h. O preço da mensalidade -até R\$ 88- é acertado com o psicólogo

Folha de S.Paulo 12/07/2006 - 10h24

Confira os sintomas apresentados por viciados em internet - SÉRGIO VINÍCIUS

O vício em internet, assim como muitos outros vícios chamados de dependências comportamentais, podem causar danos físicos e emocionais ao portador do problema.

Entre os sintomas físicos, estão incluídos a taquicardia, a sudorese, a secura da boca e as tremedeiras. A longo prazo, a longevidade diante do computador ainda resulta em problemas como comprometimento da postura, lesões por esforço repetitivo, como tendinite, obesidade ou subnutrição, devido a má alimentação, e deformidade na visão, atacada pela luminosidade do monitor.

Do lado psíquico, a incapacidade de concentração, a angústia por estar longe de um computador e o sentimento de impotência estão entre os problemas apresentados. Todas estas características comprometem o indivíduo de diversas formas, como baixo rendimento escolar e profissional, e o sono, por passar madrugadas diante do computador.

"Há casos de dependentes que renegaram a segundo plano a higiene somente para ficar mais tempo na frente de um computador", conta Rosa. 'Mas isso não é comum em casos de viciados em internet', completa a psicóloga.

A tendência é que o vício em internet seja apenas uma ponta do iceberg. E, com o tempo, mais problemas gerados pela tecnologia comecem a aparecer. "Quanto mais presente a tecnologia em nossa vida, mais problemas haverá na relação entre homem e máquina. O vício em internet é só uma das vertentes. O tempo trará mais", diz Erick Itakura, psicólogo da clínica da PUC.

O Núcleo de Pesquisas em Psicologia e Informática da PUC preparou um relatório com alguns procedimentos comuns a pessoas viciadas em internet. Tomando por base os casos atendidos desde 1995, alguns adictos apresentam como principais características:

Preocupação

O viciado fica constantemente preocupado com a internet quando está off-line e mal consegue pensar em outra coisa.

Necessidade

O indivíduo tem a necessidade contínua e crescente de utilizar a internet como forma de obter a excitação desejada.

Irritabilidade Quando tentam reduzir seu tempo na internet, o adicto apresenta reação irritada e grande dificuldade de aceitação.

Fuga

Utilização da internet como forma de fugir de problemas, ou de aliviar sentimentos de impotência, culpa, ansiedade ou depressão é o modo como o viciado se relaciona com ela.

Mentira

O viciado tem o hábito de mentir para familiares e pessoas próximas com o intuito de encobrir a extensão do seu envolvimento com as atividades on-line.

Prejuízos

Com o excesso de tempo na internet, o adicto compromete sua vida social e profissional, evitando compromissos off-line.

Lesões

O uso prolongado do computador causa problemas nas articulações motoras utilizadas na digitação, o que causa lesões por esforços repetitivos (LER).

Apatia

O viciado em internet tem falta de interesse em atividades que sejam realizadas fora da rede ou longe do mundo digital.

Sonho

Sensação de estar vivendo um sonho, durante um período prolongado na internet, é comum no dia-a-dia da pessoa com compulsão ao acesso.

Tempo

Tempo exagerado de conexão, aliado à má qualidade do uso da internet, é uma constante na vida do viciado. A forma da utilização da internet é o elemento determinante para definir se o indivíduo é viciado ou não.

Os temas abordados normalmente pelo indivíduo são relacionados, de forma direta ou indireta, com a própria internet.

Vanessa acorda no meio da madrugada angustiada. A respiração está apressada, meio ofegante. Sem pensar direito, levanta-se. Liga o computador. Conecta-se à internet. Checa os e-mails. Desliga a máquina. Aliviada e com a respiração novamente compassada, volta para a cama. De manhã, os sintomas se repetem até ela ligar a máquina novamente.

Vanessa é um nome fictício. Seu procedimento, não. Ele resume o que pessoas viciadas em internet sofrem: a compulsão por estar diante de um computador conectado à rede. O uso prolongado e contínuo da internet pode afastar pessoas do mundo real, atrapalhar o rendimento escolar ou profissional, causar danos físicos e psicológicos e até mesmo matar.

No mundo, há entre 50 milhões e 100 milhões de viciados em internet. Isso corresponde entre 5% e 10% do total de internautas do planeta, segundo artigo da pesquisadora Diane Wieland publicado em maio na revista "Perspectives in Psychiatric Care".

Embora não haja estudo conhecido sobre o assunto exclusivamente sobre o Brasil, o tema é tratado com seriedade no país. Em São Paulo, há serviços que cuidam de pacientes que deixaram a internet tomar conta de suas vidas.

O Programa de Orientação e Atendimento a Dependentes (Proad), do Departamento de Psiquiatria da Universidade Federal de São Paulo, usa psicoterapia para tratar doentes.

Outra iniciativa é o trabalho feito pelo Núcleo de Pesquisas em Psicologia e Informática da PUC, que atende diariamente a pacientes por e-mail e tem um núcleo que visa estudar o comportamento dos netviciados.

Na clínica da PUC, os internautas podem ser tratados sem se identificar, protegidos pelo anonimato que a internet oferece. Rede que, ironicamente, pode servir de auxílio para tratar do vício que ela possibilitou.

Texto publicado na edição de Outubro de 2000 da revista SUPERINTERESSANTE

Armadilha digital Os benefícios da Internet todo mundo já conhece. Mas cuidado: novos estudos mostram que a Web pode viciar tanto quanto uma droga

Por JOMAR MORAIS Com a colaboração de Mariana Mello

O carioca Bruno Parodi é um rapaz de sucesso. Aos 23 anos, ele é um dos donos da Tessera, empresa de Internet que, segundo diz, vai muito bem, obrigado, apesar das tempestades que assolam a economia pontocom. Fundada em 1995, quando Bruno tinha apenas 18 anos, a Tessera desenvolve projetos virtuais para terceiros e mantém na rede produtos próprios como o Indicão, um site de entretenimento personalizado, que em apenas dois meses de vida capturou 10 000 usuários registrados e já computou 2 milhões de páginas vistas. Apesar disso, a habilidade empreendedora não é o detalhe que mais se destaca no perfil desse jovem empresário. Incrível mesmo é a sua capacidade de se manter plugado à Internet por horas a fio, numa demonstração de resistência muito além do limite das pessoas comuns.

"São 12 horas de conexão por dia", diz Bruno. "Tenho mais de 10 contas de email, recebo, em média, 400 mensagens diariamente e, tirando os spams (aquelas irritantes propagandas não solicitadas que costumam invadir nossos micros), respondo a todos". É mole? Pois tem mais. Com toda essa montanha de correspondência desabando em sua tela, o rapaz ainda encontra tempo para navegar por dezenas de sites de informação, bater papo on-line com 700 pessoas cadastradas em seu canal de ICQ - de figuras anônimas a celebridades como o craque Ronaldinho - e, de quebra, costuma publicar na rede artigos sobre marketing e comunicação, sua especialidade profissional. "Conheço muita gente importante do mercado sem nunca ter visto pessoalmente. Até meu sócio na empresa, eu encontrei na Internet", revela.

Bruno é um gênio? Um fenômeno da sociedade tecnológica? Ele próprio acha que não. "Considero-me um viciado em Internet, um webaholic", define-se. Como os profissionais obsessivos por trabalho, os workaholics, o jovem carioca traça sua auto-imagem com bom humor e uma ponta de vaidade, mas a verdade é que comportamentos como o de Bruno começam a ser vistos como sinal de uma nova doença: a compulsão pela vida digital. As infinitas facilidades proporcionadas pela Internet, como fonte de informações, serviços e meio de comunicação entre as pessoas, têm levado muita gente a perder o controle do tempo quando estão à rede. Quando isso acontece, o resultado é sempre uma sucessão de prejuízos que vão do desequilíbrio nas relações afetivas até a perda do emprego.

Chega a ser paradoxal que um sistema de comunicação que está revolucionando os negócios, ampliando o provimento de informações e colocando em contato pessoas dos quatro cantos do planeta possa ser associado a uma patologia. No entanto, estudos realizados nos últimos quatro anos, especialmente nos Estados Unidos - berço da Internet e país onde existem hoje 146 milhões de internautas -, evidenciam que atuar na teia mundial de computadores tem lá os seus perigos.

No semestre passado, por exemplo, uma pesquisa da Universidade Stanford entre 35 000 usuários de Internet em cidades americanas atestou que o uso abusivo da rede está criando uma nova categoria de pessoas solitárias, que se refugiam nos computadores e já não se interessam pelas obrigações e prazeres do mundo real. O dado não é exatamente de uma novidade. Afinal, dois anos antes, um outro estudo patrocinado pela organização HomeNet em Pittsburgh, na Pensilvânia, havia identificado uma significativa tendência à depressão entre usuários intensivos da Internet. O curioso é que, dessa vez, a divulgação dos resultados chocou de tal modo os americanos que um dos coordenadores da pesquisa, Norman Nie, não conteve um desabafo. "Eu sabia que o assunto é sério", disse. "Mas não esperava que fosse tão explosivo".

A explicação para o alvoroço está, talvez, em um número ainda não referendado pelo rigor estatístico, mas já suficiente para preocupar até o governo dos Estados Unidos. Estima-se que pelo menos 200 000 americanos perderam o controle sobre o uso da Internet e hoje sofrem de um mal catalogado pela Associação Americana de Psicologia como PIU (Pathological Internet Use) ou Uso Doentio da Internet, cujo sintoma básico é o uso preferencial e, muitas vezes, exclusivo da Internet sobre todas as outras atividades do cotidiano. Suas vítimas se tornam incapazes de controlar o número de horas que permanecem ligadas à rede, numa onda compulsiva que acaba isolando-as de familiares e amigos e comprometendo seu desempenho profissional.

É uma obsessão como o vício em jogo, dizem os especialistas, mas cujos efeitos se assemelham aos da dependência de drogas químicas. Um viciado em Internet costuma ficar triste ou ansioso quando não está conectado. Ele também desenvolve o fenômeno da tolerância - isto é, passa a ter necessidade de permanecer conectado por períodos cada vez mais longos para alcançar o mesmo nível de satisfação. A síndrome de abstinência, provocada pela cessação do uso da rede, pode incluir até distúrbios psicomotores, entre os quais o movimento incontrolável dos dedos, como se o internauta continuasse teclando mensagens sem fim num computador imaginário.

É provável que, enquanto lê esta reportagem, você já se tenha perguntado: não seria esse um risco a que estão expostos apenas os nerds, aqueles fanáticos por computador? Afinal, são eles e não os usuários comuns, como você, que dão plantão permanente à frente de um monitor. Também pensávamos assim até conversarmos com Kimberly Young (leia quadro na página ...), doutora em Psicologia e autora do mais completo estudo já realizado sobre dependência de Internet nos Estados Unidos. "Qualquer pessoa que possui um computador e um modem pode tornar-se um cyberdependente", diz Kimberly. Inclusive você. A propósito, a pesquisa feita por essa americana constatou maior incidência de viciação entre pessoas que navegavam na web há pouco mais de seis meses. No Brasil, onde existem 5 milhões de internautas e estima-se que mais 2,5 milhões chegarão à rede nos próximos três anos, não há ainda estatísticas sobre o problema. Mas os casos de dependência digital começam a sair do anonimato.

Se você ficou impressionado com a rotina louca de Bruno Parodi, é bom ficar sabendo: o rapaz está longe de ser um caso grave de cyberdependência. Parodi passa metade do dia surfando na web, mas boa parte de suas atividades on-line diz respeito aos seus negócios que, aparentemente, até agora não foram prejudicados. E é justamente aí que está a linha divisória entre a normalidade e a dependência na Internet, segundo os pesquisadores americanos. Apesar de os estudos indicarem que a maioria dos webaholics fica plugada à rede, em média, 38 horas por semana, o que mais importa, na definição do quadro clínico, é o impacto do uso da Internet na vida de cada usuário e não o tempo de conexão.

Veja o caso de Rafael Fijalkowski, um gaúcho de 23 anos, estudante de Radiologia em Porto Alegre. No início do ano passado, ele entrou pela primeira vez numa sala de bate-papo na Internet e sua vida nunca mais foi a mesma. Piorou muito, ressaltou-se. Fascinado pelas conversas on-line e pelo namoro virtual, o rapaz deixou de lado festas, amigos e até a família. "Perdi um semestre na faculdade porque já não conseguia estudar", diz Rafael. Exceto por um único final de semana, Rafael costuma ficar bem menos de 12 horas por dia plugado, mas os efeitos da obsessão digital em sua vida são mais nocivos que na do carioca Bruno.

Por que isso acontece? Depois de estudar o comportamento de jovens internautas como Rafael, um outro pesquisador, o doutor em Psicologia John Suler, da Universidade Rider, concluiu que a Internet funciona como uma extensão do mundo psíquico do indivíduo, um lugar onde a comunicação escrita (as limitações técnicas ainda não permitem a generalização das videoconferências nos chats) estimula os processos psicológicos de projeção e transferência. No anonimato das conversas on-line qualquer pessoa é capaz de, não apenas expressar seus desejos e fantasias com uma liberdade que jamais teria no mundo real, como também de projetar com mais intensidade no outro suas aspirações, ansiedades e receios. O garoto tímido se transforma no galã bem apessoado e falante. A mulher tribufu ganha contornos de gata da Play Boy. O teclado aceita tudo e o medo de rejeição praticamente desaparece, em razão da possibilidade de sair de cena a qualquer momento, sem deixar rastro sobre a própria identidade. A Internet, assim, proporciona uma gratificação imediata, uma experiência prazerosa que, no entanto, pode reforçar determinados comportamentos e necessidades não supridas pelo mundo real.

A dependência digital é também um problema para as empresas. Quase 70% do tráfego em sites eróticos ocorre durante o horário comercial e é protagonizado por profissionais que se utilizam de computadores das companhias para burlar o trabalho e dar vazão às fantasias. Incomodadas com a queda da produtividade, elas começam a reagir. No ano passado, a Xerox Corporation, nos Estados Unidos, demitiu em um único dia 40 funcionários, por acessar páginas pornográficas em horário de serviço. Em julho, foi a vez da Dow Chemical mandar para o olho da rua 50 funcionários e suspender outros 200 por uso do email da companhia para correspondências obscenas. A preocupação se estende, inclusive, aos teletrabalhadores, aqueles profissionais que, mesmo vinculados a uma empresa, trabalham em casa, através da Internet.

Em tese, quem acessa a Internet no trabalho tem menos chance de se tornar dependente, segundo o psiquiatra Dartiu Xavier da Silveira, coordenador do Proad, o programa de assistência a dependentes de drogas da Universidade Federal de São Paulo (Unifesp). É que, nesse caso, o uso dá-se por necessidade, não por fuga. A exceção são os teletrabalhadores, que muitas vezes acabam desenvolvendo uma atitude obsessiva, perdendo a noção do tempo diante do computador doméstico. Para amenizar o problema empresas como a AT&T, a gigante americana das telecomunicações, que mantém milhares de funcionários produzindo em casa, impõem a seus telecommuters a obrigação de respeitar rigorosamente o horário de trabalho da companhia.

Mesmo referendado e avalizado por universidades de prestígio, os estudos sobre dependência digital ainda constituem um tema polêmico, contra o qual se insurgem alguns acadêmicos, mesmo nos Estados Unidos. Eles questionam, por exemplo, os critérios das pesquisas e estranham que cientistas se assustem com a absorção de rotinas do cotidiano pela Internet, quando o desenvolvimento da tecnologia de tele-imersão em breve deve tornar corriqueiras a prática de esportes, a troca de carícias e a percepção de odores em ambientes de realidade virtual. Para cientistas como Jaron Lanier, criador da expressão realidade virtual e um dos pais da programa Internet-2, a rede de altíssima velocidade, o difícil é imaginar o que estará fora do mundo virtual daqui a 20 anos. No Brasil, a contracorrente, é liderada pela doutora em Psicologia Ana Maria Nicolaci da Costa, da PUC do Rio de Janeiro. Seu raciocínio: ninguém considera viciada uma pessoa que passa quatro horas por dia diante da televisão, mas se está querendo aplicar o rótulo a quem acessa a Internet apenas 10 horas por semana. Para a psiquiatra paulista Denise Razzouk, não há como uma pessoa equilibrada possa viciar-se em Internet ou em qualquer coisa.

Chame-se a isso vício, uso patológico ou mania, a verdade é que muita gente não tem conseguido conviver de forma saudável com uma novidade que está mudando radicalmente o mundo e o estilo de vida das pessoas. E, neste caso, a solução é impor limites que assegurem o retorno ao equilíbrio, seja por meio de uma boa dose de autodisciplina ou com ajuda de terapia psicológica. Em muitos casos, o tratamento do webaholic inclui a administração de calmantes e antidepressivos - enfim, a mesma terapia aplicada a dependentes de álcool e outras drogas químicas.

Em qualquer das alternativas, porém, o xis da questão é sempre o reconhecimento, pelo dependente, de que algo anda errado em sua relação com os bits. "Não é fácil", diz a psicóloga Rosa Maria Farah, do Núcleo de Pesquisa de Psicologia em Informática da PUC, em São Paulo. "A resistência do dependente é muito grande e são sempre os familiares e amigos que tomam a iniciativa de buscar ajuda".

Lembra de Rafael, o gaúcho? Não são poucas as vezes em que ele pensou em buscar um tratamento, mas na hora H... "A gente sempre arruma uma desculpa para não fazer", diz. Talvez, nenhuma trilha para a cura leve tão rápido a resultados quanto a encontrada pelo webdesigner paulistano Eduardo Salgado, cuja vida andava enroscada na rede. Ele já havia perdido os amigos, que não agüentavam mais aquele interminável "minutinho" para terminar algo na Internet, quando se viu forçado a vender o micro. "No começo foi duro, fiquei desesperado", conta. "Mas depois descobri o que estava perdendo. Eu era muito viciado." Bruno e Rafael, vocês não gostariam de fazer o mesmo?

Folha de S.Paulo 24/01/2002 - 08h25

Viciados em internet evitam a realidade

Quem passa a maior parte do tempo conectado à internet -em salas de bate-papo, jogando ou procurando notícias-, pode estar evitando outras atividades.

"É como se a pessoa descobrisse uma maneira de fugir da realidade, como se criasse uma vida paralela", explica Ivelise Fortin de Campos, psicóloga do Núcleo de Pesquisas Psicológicas em Informática (NPPI), da PUC-SP.

Como todo indivíduo compulsivo, o viciado em internet demora a perceber os próprios exageros. "O grupo de maior risco ainda é o dos jovens. Mas hoje há donas-de-casa e até pessoas idosas com esse tipo de comportamento", afirma a pesquisadora.

Nos anos 90, a psicóloga norte-americana Kimberly Young pesquisou pessoas supostamente viciadas em computador. Young aplicou o mesmo questionário criado para diagnosticar a compulsão por jogo e concluiu que o número de dependentes em computador era cada vez maior.

No livro "Entendendo o Ciberssexo: da Fantasia ao Vício" (não lançado no Brasil), Young analisa o comportamento de dependentes de sexo via internet.

Segundo a psicóloga, o cibersexo não é um problema de solitários e fracassados, como se pode imaginar. Ao contrário, os entrevistados não apresentam problemas emocionais.

Young também prestou assistência a milhares de casais nos últimos sete anos em seu Centro de Combate ao Vício Online, no estado da Pensilvânia (EUA). Estima-se que aproximadamente 200 mil norte-americanos são viciados em sexo virtual.

Em "Entendendo o Cibersexo", Young aconselha os viciados a procurarem as causas de sua compulsão e sugere práticas para conter comportamentos autodestrutivos.

Site Dependentes.com 10/11/2006 Por Andrea Guedes

O mundo tecnológico deu origem aos viciados em internet. Estima-se que cerca de 50 milhões de pessoas em todo o mundo fazem mau uso da rede

Um distúrbio moderno, fruto de um mundo tecnológico, a dependência da internet já afeta um batalhão de cerca de 50 milhões de pessoas em todo o mundo. Calma, você não vai aumentar esta estatística porque está lendo esta matéria e navegando já há algumas longas horas. Paradoxalmente, a própria rede ajuda a tratar o vício.

Não é o tempo de conexão que determina a dependência, explica a psicóloga Andréa Jotta Ribeiro Nolf, do Núcleo de Pesquisa de Psicologia em Informática da PUC de São Paulo. Segundo ela, existem duas formas de se usar a rede: a criativa e a restritiva ou nociva.

No primeiro caso, o indivíduo insere a internet em sua rotina. Ou seja, trabalha, pesquisa, bate-papo com os amigos, vê e-mails, sem deixar de fazer nada em sua vida por conta disso. Já o uso nocivo se caracteriza quando a pessoa chega em casa, por exemplo, e se conecta, sem conversar com o cônjuge ou os filhos. Deixa de sair, de comer, de conviver com os amigos em função da rede. Até o trabalho é prejudicado, quando o tempo é gasto em blogs, fotologs e outros sites.

Conforme explica a psicóloga, não há um perfil do dependente, nem algo específico que ele busque na rede. Apenas os rapazes entre 15 e 25 anos têm mais tendência a se viciar em jogos online e pornografia, como o caso de um dos estudantes atendidos por Andréa. O hábito de acessar a internet de madrugada em busca de sites pornográficos começou a prejudicá-lo na escola e na vida social, já que quase não saía mais com os amigos.

Na faixa acima de 50 anos, porém, os casos de dependência são menos frequentes. "O que temos percebido é o aumento de pessoas nessa faixa etária acessando a internet e fazendo o uso positivo dela, já que eles buscam a rede para conversar com filhos distantes ou fazer cursos online. E a maioria dos e-mails que chega ao núcleo, de pessoas com mais de 50 anos, são de pais preocupados com os filhos", destaca Andréa.

Criado há 15 anos, o núcleo oferece atendimento e orientações via e-mail sobre todos os problemas relacionados à informática, desde traições virtuais à dependência da internet. Nesse último caso, os terapeutas trocam oito e-mails com o paciente, para caracterizar se de fato existe o vício. Em caso afirmativo, começa o atendimento presencial e individual. "Na conversa por e-mail, conduzimos o indivíduo a tomar consciência de que existe uma lacuna em sua vida que está sendo preenchida pela internet. E, em alguns casos, apenas essa conscientização já atua de forma positiva, diminuindo o acesso à rede", aponta Andréa.

Portanto, se há alguma suspeita de dependência, o ideal é procurar ajuda profissional. O Núcleo de Pesquisa de Psicologia em Informática (NPPI) da PUC de São Paulo oferece orientação por e-mail, e caso seja necessário, indica um tratamento terapêutico na cidade do paciente.

Os e-mails do NPPI são: clinica@pucsp.br e nppi@pucsp.com.br. O site é www.pucsp.br/clinica.

Hospital das Clínicas vai tratar jovens viciados em internet -Isabela Noronha Do G1, em São Paulo

Encontros conjuntos semanais vão discutir o problema; inscrição é gratuita.

Estão abertas a partir desta quinta-feira (13) as inscrições para tratamento de adolescentes dependentes de internet do Hospital das Clínicas (HC). Em 2006 e 2007, o hospital já havia aberto inscrições para o tratamento do mesmo problema em adultos. Desta vez, o foco são os adolescentes de entre 12 e 17 anos.

“Quando fizemos a convocação para adultos, apareceram muitas mães preocupadas com o filhos”, diz o psicólogo Cristiano Nabuco, coordenador do tratamento no HC.

As inscrições são gratuitas e podem ser feitas pelo telefone (11) 3069-6975 ou pelo site do grupo. São 15 vagas para encontros conjuntos semanais. “Observando no outro, talvez facilite reconhecimento do problema”, explica Nabuco.

Os sintomas dos dependentes em internet são semelhantes aos de qualquer outro vício. A pessoa começa a ter dificuldades de controlar o uso ou envolvimento com a rede e passa a comprometer outras áreas de sua vida.

“Muitas vezes, os casos entre os adolescentes superam a gravidade dos adultos”, afirma Nabuco. O psicólogo relata a história de um jovem que, dos 14 aos 16 anos, parou de sair de casa, deixou a escola e os amigos, por não conseguir se desligar do computador. Em outro caso, um jovem de 18 anos chegava a passar 40 horas seguidas jogando online e não parava nem para comer ou ir ao banheiro.

“Nossa hipótese é que esses comportamentos são muito mais sintomas que problemas em si mesmos. As pessoas já trazem alguma dificuldade de fundo que se manifesta desta forma”, explica a psicóloga Rosa Maria Farah, coordenadora do Núcleo de Pesquisas da Psicologia em Informática (NPPI) da PUC-SP.

O grupo dá orientações por email a dependentes de internet. O trabalho é diferente da psicoterapia por ser focado em apenas um problema, ter curta duração e não implicar em vínculo entre paciente e terapeuta.

O atendimento leva, em média, entre quatro e seis semanas, e é feito por email. “Muitas vezes, principalmente entre os adolescentes, o vício é uma forma também de chamar atenção”, analisa Rosa. Quem quiser receber o serviço de orientação do NPPI deve mandar um email para nppi@pucsp.br

UOL Tecnologia 14/08/2009 - 08h01 -SÉRGIO VINÍCIUS

Terapia presencial e atendimento por e-mail são algumas formas de tratamento

Antes de tratar um vício, é necessário diagnosticá-lo. Os estudiosos do assunto dizem haver diferentes graus de compulsão e também diversos motivos que podem levar uma pessoa a se viciar. E, de acordo com cada caso, um tratamento diferente é indicado - que pode ser de um mero bate-papo até terapia tradicional.

Assim, o primeiro passo para determinar se há o problema do vício é realizar uma consulta com um especialista. No caso dos serviços de combate ao vício na internet da Unifesp e da PUC, o atendimento é gratuito. O primeiro pode ser agendado com ligação - a pessoa interessada irá participar de um processo de triagem.

A partir daí, caso seja necessário, o paciente é encaminhado para um grupo de tratamento.

Na Unifesp

Atualmente, o Proad (Programa de Orientação e Atendimento a Dependentes) da Universidade Federal de São Paulo (Unifesp) divide a terapia em quatro grupos, que são reagrupados em dois. Os viciados em sexo e em internet participam do mesmo grupo, assim como compulsivos por compras e jogos.

"Acreditamos que o comportamento de pessoas viciadas em sexo e em internet é semelhante, assim como os adictos por jogos e compras. Ambos tem perfis semelhantes", diz o professor Aderbal Vieira Júnior, que coordena o programa de atendimento. "São turmas de até oito pessoas e não há um prazo para o término dos tratamentos, já que muitas variáveis influenciam em cada um dos problemas".

Uma vez identificado o viciado e colocado em seu grupo, ele participará de sessões de psicoterapia coletiva, que é um tratamento da psicologia que abrange diferentes métodos. Todo o tratamento é monitorado por profissionais, que realizam trabalhos verbais e não verbais com os pacientes.

Em breve, o Proad também abrirá sessões de terapia para viciados em operar na bolsa de valores via internet. De acordo com o estudioso, trata-se de um nicho que cresce muito. O problema envolve não só a internet, mas ainda um procedimento semelhante a apostas em dinheiro, compras e, até mesmo, jogos. Para qualquer que seja o problema - sexo, jogos e compras, se a pessoa deseja se tratar, basta entrar em contato com o Proad, via telefone ou e-mail, e agendar uma entrevista pessoalmente.

PUC

No NPPI (Núcleo de Pesquisas da Psicologia em Informática) da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC-SP), basta um e-mail. O interessado em se tratar - ou mesmo sanar o problema de um familiar ou amigo - pode enviar uma mensagem eletrônica para os estudiosos. No total, são 12 psicólogos que respondem às cartas dos interessados.

De acordo com a coordenadora Rosa Farah, a avaliação dos compulsivos é feita com uma média de seis a oito e-mails, que são respondidos uma vez por semana.

"Nós realizamos somente o primeiro passo do processo. Identificamos qual o problema do paciente e fazemos o encaminhamento, tentando a chegar a soluções com eles", conta Rosa. "Depois de vários e-mails, indicamos o tratamento, que pode ser algum tipo de terapia".

Como o trabalho é realizado por e-mail, os psicólogos da PUC contam que atendem pessoas de todo o Brasil e até mesmo pacientes que se comunicam em língua estrangeira. Em nenhum momento é pedido qualquer identificação pessoal do paciente, como nome ou sobrenome. Além disso, não é necessário que o próprio adicto envie o e-mail pedindo ajuda, terceiros também podem contatar a clínica a fim de ajudar amigos ou parentes.

"Muitos pais entram em contato conosco. Analisamos cada caso e damos o encaminhamento que acreditamos ser necessário", diz Rosa. "Mas depois que avaliamos a situação e indicamos o tratamento, os pacientes tem de procurar auxílio próximo às suas casas, em outras cidades, e nem sempre há especialistas no assunto".

Obviamente, se o paciente procurar a PUC para dar prosseguimento ao tratamento depois da análise realizada pela clínica, será bem atendido. Mas o problema é que os e-mails são oriundos do Brasil inteiro e, por questões logísticas e espaciais, é impossível acompanhar de perto o desenrolar do tratamento.

Serviço

PROAD

Rua dos Otonis, 887 - Vila Mariana - São Paulo

Telefone: 5579-1543

E-mail: aderbalvieira@doctor.com

Site: <http://www.proad.unifesp.br/>

CLÍNICA DA PUC

Rua Monte Alegre, 961 - Perdizes - São Paulo

Telefone: 3670-8040

E-mail: nppi@pucsp.br

Site: <http://www.pucsp.br/nppi/jornada/index.html>

A psicóloga afirma que os pacientes potenciais têm dificuldade para pedir ajuda. "Para a maioria, o acesso à Internet ainda é uma realidade muito nova e, além disso, as pessoas têm dificuldades de se identificar como usuários abusivos. É preciso que os familiares ou os mais próximos comecem a reclamar do afastamento para que elas considerem a possibilidade de estar passando dos limites".

Segundo a professora Rosa, as angústias relacionadas ao uso da informática já chegaram aos consultórios, ainda que o cliente não assuma diretamente que o problema é o computador.

Se há os "viciados", existem, por outro lado, as pessoas que têm "fobia" à informática. Precisam, porém, conviver com ela praticamente todos os dias, já que hoje até mesmo para fazer simples operações bancárias é indispensável usar uma máquina.

Toda essa cobrança pela necessidade de aderir ao uso do computador, principalmente na esfera profissional, acaba por gerar certa angústia.

Além desses dois casos extremos, são inúmeros os problemas que podem surgir por causa do avanço da tecnologia. Vão desde paranóias e inseguranças sobre infidelidade entre casais por meio da Internet até problemas físicos, como as Lesões por Esforços Repetitivos (LER).

Segundo os estudos realizados sobre o tema, como as drogas químicas, a compulsão no uso da Internet também está relacionado à sensação de prazer físico que ela produz. A cada download de uma foto sexualmente orientada, na interatividade num chat, no momento de abrir um e-mail esperado, no jogo virtual ou mesmo no barulho eletrizante da conexão a Internet, são produzidas no cérebro descargas elétricas entre os neurônios, induzidas por um neurotransmissor chamado dopamina.

A dopamina é uma substância que o cérebro libera normalmente quando uma pessoa faz sexo, come ou bebe. Quanto mais dopamina, maior a sensação de prazer. A dependência a Internet mantém esse mesmo padrão fisiológico, criando uma dependência naqueles pequenos momentos de prazer. O problema é que a Internet propicia uma rapidez muito grande nas atividades interativas aumentando as chances de dependência.

Mas é lógico, que nem tudo é fisiológico! Existem fatores motivacionais que pulsionam essa descarga de prazer por vias da Internet. Um fator só existe se o outro componente for potenci for potencialmente determinante.