

AJES – INSTITUTO SUPERIOR DE EDUCAÇÃO DO VALE DO JURUENA

BACHARELADO EM PSICOLOGIA

**DEPENDÊNCIA DE INTERNET, CELULAR E JOGOS: UMA REVISÃO
INTEGRATIVA**

Autora: Merali Alcântara de Souza

Orientadora: Prof.^a Dr^a. Nádie Christina Ferreira Machado Spence.

JUÍNA/MT

2016

AJES – INSTITUTO SUPERIOR DE EDUCAÇÃO DO VALE DO JURUENA

BACHARELADO EM PSICOLOGIA

**DEPENDÊNCIA DE INTERNET, CELULAR E JOGOS: UMA REVISÃO
INTEGRATIVA**

Autora: Merali Alcântara de Souza

Orientadora: Prof.^a Dr^a. Nádie Christina Ferreira Machado Spence.

“Trabalho apresentado como exigência parcial para a obtenção do título de Bacharelado em Psicologia do Instituto Superior de Educação do Vale do Juruena – AJES como exigência parcial para a obtenção do Título de Bacharel em Psicologia”.

JUÍNA/MT

2016

AJES – INSTITUTO SUPERIOR DE EDUCAÇÃO DO VALE DO JURUENA

BACHARELADO EM PSICOLOGIA

BANCA EXAMINADORA

Professora Ma. Gesica Borges Bergamini

Professor Me. Fabio Bernardo da Silva

Orientadora:
Professora Dra. Nádie Christina Ferreira Machado Spence

JUÍNA/MT
2016

DEDICATÓRIA

Dedico este trabalho especialmente a minha família. Ao meu pai Célebes, a minha mãe Maria, ao meu irmão e minhas irmãs que me apoiaram em todas as etapas deste projeto.

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus, que me deu forças para chegar a este momento. Agradeço aos meus pais Maria Souza e Cleber Souza, pelo apoio, incentivo e orações, pela ajuda a mim prestada durante todo esse tempo. Ao meu irmão e irmãs Vinícius, Claudiane, Érica e Edina, pelos momentos que compartilhamos juntos.

Aos meus colegas de turma pelos momentos bons e ruins compartilhados e pelas lembranças que me proporcionaram. E por fim, a coordenadora do curso Dar. Andie Christina Ferreira Machado Spence, e também minha orientadora pelo apoio e compreensão para a realização deste projeto e por nos proporcionar um ensino de base sólida, no qual concluímos na certeza de que seremos bons profissionais.

“A posse possui- Somente até certo grau a posse torna o homem independente, mais livre; um grau a mais- e a posse se torna senhor e possuidor, escravo: o qual tem de lhe oferecer em sacrifício seu tempo, sua meditação, e daí em diante se sente comprometido a um relacionamento, pregado a um lugar, incorporado a um Estado- tudo, talvez, contra sua necessidade mais íntima e essencial” (NITZSCHE, 1974).

RESUMO

O presente trabalho tem como tema a dependência de internet, celular e jogos que podem estar presentes no cotidiano de milhares de pessoas. É relevante saber diferenciar o uso compulsivo de internet do uso normal. Com um tema tão presente no dia-a-dia formulamos a seguinte questão: quais os fatores relacionados à dependência de internet, celular e jogos apresentados e discutidos na produção acadêmica em língua portuguesa, no período de 2012 a 2016? Para responder realizou-se uma revisão integrativa, com consulta nas bases de dados SCIELO – Scientific Electronic Library Online e PEPSIC, os artigos descrevem sobre a dependência de internet, celular e jogos que foram publicados no período de 2012 a 2016. Conclui-se que há participação de profissionais brasileiros atuando como pesquisadores a respeito da dependência de internet, celular e jogos, porém ainda são poucos e distribuídos em poucas regiões do país de forma que é relevante explorar o tema e as relações estabelecidas no ambiente virtual.

Palavras-chave: dependência, internet, telefone celular, jogos, compulsão.

ABSTRACT

This work has the theme dependence on internet, mobile and games that may be present in the daily lives of thousands of people. It is important to differentiate the compulsive use of internet normal use. With an issue as in the day-to-day formulated the following question: what factors related to dependence on internet, mobile and games presented and discussed in academic production in Portuguese, in the period 2012-2016? To answer held an integrative review, in consultation with the SCIELO databases - Scientific Electronic Library Online and PEPSIC, the articles describe about dependence on internet, mobile and games that have been published in the 2012 period to 2016. It was concluded that no participation of Brazilian professionals working as researchers about internet addiction, cellular and games, but there are still few and distributed in a few regions of the country so that it is relevant to explore the issue and the relations established in the virtual environment.

Keywords: addiction, internet, mobile phone, games, compulsion.

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 quadro sinóptico – Número de inclusão, base de dados e ano, título do artigo, autores, revista e Estado.....	40
Tabela 2 Quadro sinóptico – objetivo do estudo, método utilizado, amostra, principais resultados e conclusão.....	42
Tabela 3 - Metodologia.....	45
Tabela 4 – Regiões e estados de publicações.....	47
Tabela 5 - Ano de publicação	48
Tabela 6- Base de dados.....	49
Tabela 7- Participantes das pesquisas.....	50

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 conexão.....	17
Figura 2 Redes sociais.....	20
Figura 3 família conectada	27
Figura 4 Celular escraviza	28

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1- Metodologia.....	45
Gráfico 2- Estados de publicação.....	46
Gráfico 3- Regiões de publicação.....	47
Gráfico 4- Anos de publicação.....	48
Gráfico 5- Base de dados	49
Gráfico 6- Participantes das pesquisas.....	51
Gráfico 7- Formação acadêmica dos autores	52

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	12
1.1 JUSTIFICATIVA.....	13
1.2 OBJETIVOS.....	14
1.2.1 OBJETIVOS GERAIS	14
1.2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	14
2 HISTÓRICO E BENEFÍCIO DA INTERNET CELULAR E JOGOS	15
2.1 COMO A PSICOLOGIA ENTENDE E TRABALHA AS FERRAMENTAS DISPONÍVEIS ATRAVÉS DA INTERNET, CELULAR E JOGOS	18
2.2 AS QUALIDADES DOS JOGOS NA EDUCAÇÃO E O AUXÍLIO À SAÚDE	20
3 CARACTERIZAÇÃO DE DEPENDÊNCIA DE CELULAR, INTERNET E JOGOS	24
3.1 DEPENDÊNCIA DE INTERNET	24
3.2 DEPENDÊNCIA DE CELULAR	26
3.3 DEPENDÊNCIA DE JOGOS.....	28
4 AVALIAÇÃO CLÍNICA DA DEPENDÊNCIA	32
4.1 RISCOS PSIQUIÁTRICOS	33
4.2 TRATAMENTO	34
5 METODOLOGIA	36
5.1 REVISÃO INTEGRATIVA	36
5.2 QUESTÃO DE PESQUISA	36
5.3 BUSCA NA LITERATURA.....	37
5.4 SELEÇÃO DE ARTIGOS INCLUÍDOS NA REVISÃO	38
6 ANÁLISE DOS DADOS E RESULTADOS	44
6.1 ANÁLISE E DISCUSSÃO	44
6.2 ANÁLISE DOS ARTIGOS SELECIONADOS	45
7 CONSIDERAÇÕES FINAIS	54
REFERÊNCIAS.....	56

1 INTRODUÇÃO

O presente trabalho tem como finalidade sistematizar e analisar as produções acadêmicas no Brasil a partir de 2012 á 2016 acerca da dependência de tecnologias. Esta pesquisa tem como objetivo analisar os usos de internet, celular e jogos no cotidiano dos seres humanos e os fatores que podem desencadear dependências.

Percebe-se que nos últimos quatro anos houve um aumento significativo de pessoas com acesso a internet, celular e jogos, são diversas as utilidades, tanto que ocasionou um maior tempo gasto no seu uso tornando-se compulsivo e prejudicando as relações familiares, conjugais, sociais, desempenho no trabalho ou acadêmico, entre outros. O que contribuiu para o aumento de casos onde cada vez mais pessoas estão se tornando dependente pelos os usos e abusos destes recursos disponíveis (FEDELI, PERES E POLLONI, 2011).

Faz-se necessário um levantamento de dados através de artigos publicados nos bancos de dados Scielo e Pepsic. A pesquisa é de cunho bibliográfico, e o período de pesquisa foi de 01 á 29 de março de 2016. A seleção de artigos ocorreu por meio de leitura de resumo, texto completo e título.

O referencial teórico utilizado na pesquisa apresenta parte dos questionamentos de Young (1996), quando a pesquisadora publicou relatos de casos. Apresentando o desenvolvimento da dependência tendo em vista que há sinais de que as pessoas estão se tornando dependentes de tecnologias e é ignorado, não percebido, o que torna difícil perceber o problema de dependência e providenciar tratamento.

Na construção e estruturação da pesquisa, utilizou-se uma metodologia com base na pesquisa de revisão integrativa, com intuito de embasar o trabalho de maneira ordenada e científica. O presente trabalho se divide em cinco capítulos.

Primeiro capítulo traz uma breve introdução do tema explorado, apresentando o objetivo para a realização desta pesquisa. Apresenta também à justificativa e a relevância desta revisão.

No segundo capítulo, apresentamos a história do celular, internet e jogos e a maneira que eles mudaram e continuam a modificar as relações, os benefícios

provenientes destas tecnologias em doenças degenerativas, na educação, a conexão em rede, comunicação virtual, e outros.

No terceiro capítulo caracterizamos a dependência de internet, celular e jogos, apresentando os impactos negativos na vida familiar e social, salientando os riscos a saúde física e psíquica.

No quarto capítulo apresentamos a avaliação clínica de pacientes com dependências de internet, celular e jogos. O ciclo que o dependente vivencia, composto por quatro estágios, primeiro racionalização, segundo arrependimento, terceiro abstinência e por ultimo a recaída.

O quinto capítulo, o caminho metodológico os materiais utilizados, os procedimentos necessários para a exploração do tema, expondo quais os aspectos necessários para a realização da pesquisa.

O último e sexto capítulo desse trabalho apresentam análise e discussão dos dados levantados, através da pesquisa realizada, com o intuito de esclarecer o objetivo e a finalidade da pesquisa.

1.1 JUSTIFICATIVA

As tecnologias fazem parte do dia-a-dia da sociedade, e pode-se perceber que esta se tornando uma necessidade fundamental, porém é importante conhecer os benefícios e também os malefícios provocados pelos usos exagerados dessas tecnologias.

O mau uso das tecnologias pode provocar diversas consequências como: desencadear dependência, dificuldade de comunicação verbal, fobia social e outros o, que chama atenção para o tema é que mesmo com todas as utilidades e praticidades provenientes dessas tecnologias é necessário que haja equilíbrio. A construção deste trabalho surgiu da necessidade de conhecer a fundo o uso do celular, internet e jogos e que faz parte da vida de milhares de pessoas e que pode ser percebido como secundário, ou seja, faz parte do trabalho, da escola e também para entretenimento, e chama a atenção para a dificuldade em se perceber os malefícios que o investimento de tempo frente estas tecnologias provoca na vida do ser humano.

A leitura e análise de alguns artigos possibilitou uma nova percepção a respeito do tema, e uma necessidade de conhecer e contribuir para o desenvolvimento no âmbito acadêmico.

1.2 OBJETIVOS.

1.2.1 OBJETIVOS GERAIS

Sistematizar as publicações sobre dependência de internet, celular e jogos.

1.2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Buscar estudos que descrevem a dependência e os fatores desencadeantes.

Avaliar a influencia de autores brasileiros discursando a respeito da dependência.

2 HISTÓRICO E BENEFÍCIO DA INTERNET CELULAR E JOGOS

Cada nova invenção surge para suprir uma necessidade ou como um meio para proporcionar qualidade de vida e conforto. Quando revemos a história podemos perceber as mudanças que ocorreram ao longo dos anos e décadas como, por exemplo, as novas tecnologias de computação e telecomunicação que vem causando impacto significativo na vida diária dos seres humanos.

As primeiras ideias de computação eletrônica surgiram por volta de 1930, porém na época não deram tanta importância ao projeto do computador e somente em 1939 quase dez anos depois que surgiu o primeiro computador eletrônico digital, apresentado pelo professor de matemática Jonh Atanasoff, mas somente em 1946 nasceu o primeiro grande computador eletrônico da época que ocupava quase 200 metros quadrados, pesava 30 toneladas e utilizava 18 mil válvula, 10 mil capacitores e milhares relés e resistores, a partir deste ponto o computador começou receber atenção, isso possibilitou o surgimento de novas ideias e novos aprimoramentos como o Word, Microsoft, Windows 1 ao que conhecemos hoje o 10, até os modelos presentes em 2016 (FEDELI, PERES E POLLONI, 2011). Assim os autores defendem que (2011, p.4):

Com a chegada do computador pessoal, essa evolução cresceu de forma assustadora e novos softwares com interfaces mais amigáveis foram sendo introduzidos no mercado. Surgiram, assim, novas necessidades de mercado de hardwares, como lap tops, palm tops e outros equipamentos que hoje fazem parte do dia-a-dia, mas que em 1970 era apenas sonho.

Quando se analisa as evoluções tecnológicas, entende-se que com o tempo uma se sobrepõe a outra, como a máquina de datilografar (1876) que no seu início era ótima na escrita com letra de forma e bastante utilizada nas grandes empresas por secretarias, pois facilitava o trabalho, esta máquina nos anos que se manteve no mercado foi útil, porém foi substituída pelo computador que trouxe algumas vantagens como na edição de um texto se errar uma palavra não necessita retirar a folha completa e começar tudo novamente o Word facilitou com a vantagem de fazer e refazer um texto sem a preocupação de errar e ter que refazer todo o trabalho realizado (NARDI E KING, 2014).

Entre as evoluções e ideias que surgiram a partir de 1930, pode-se citar a

internet (1970) como uma delas, que foi criada por meio de projeto militar com o intuito de criar uma rede e interligar os computadores, após o surgimento da internet houve alguns aprimoramento e melhoramento das redes, como por exemplo, o World Wide Web (WWW) lançada em 1992, sendo que a mesma contribuiu para um crescimento explosivo “a World Wide Web é uma rede virtual (não física) “sobre” a internet, que torna os serviços disponíveis na internet totalmente transparente para o usuário” (FEDELI, PERES E POLLONI, 2011, p. 213). A internet é considerada revolucionaria na vida humana e que trouxe uma facilidade para as pessoas se comunicarem mesmo estando longe, ela é necessária na divulgação de sites, de redes de lojas, consulta ao banco, pagamento de contas enfim são diversas possibilidades e formas de utilizar esta rede que conecta o mundo. Assim a internet é definida e considerada como:

Uma gigantesca rede mundial de computadores, interligados por linhas comuns de telefone, linhas de comunicação privadas, cabos submarinos, canais de satélite e diversos outros meios de telecomunicação.

Essa grande transformação que a sociedade está vivenciando possibilita que as empresas e as pessoas se comuniquem de forma cada vez mais eficiente. Hoje, a realização de uma videoconferência, na qual várias pessoas, diferentes partes do mundo, se comunicam por meio de som e imagem, praticamente como se estivessem em uma mesma sala de reuniões, esta cada vez mais frequente e acessível. E, sem dúvida, a principal rede propulsora dessa transformação é a internet (FEDELI, PERES E POLLONI, 2011, p. 211).

Outro benefício da internet é a capacidade de conexão com o computador de mesa com o celular e o tablet, enviar e-mail para si mesmo, ou seja, a internet abriu um leque de possibilidades e oportunidades para todas as pessoas que tem acesso a ela, a conexão estabelecida é fantástica, porém também pode ser utilizada para causar prejuízo pessoal ou mesmo social, sendo assim é instrumento poderoso que se utilizado para benefício (divulgação, estudo, comunicação, e outros) apresenta ótimos resultados, mas se usado de forma errada (pedófilos, extorsão de dinheiro, falsa identidade, e outros) os prejuízos também podem ser trágico (NARDI E KING, 2014).

Na figura abaixo percebe-se que a conexão com o mundo está dentro das mãos.

Figura 1 conexão



Fonte: <http://www.portalsaudeevida.com/2015/08/dependencia-da-internet-nova-doenca-do.html>.

Outra invenção fantástica foi o telefone celular criado em três de abril de 1973 em Nova York, o primeiro aparelho pesava 1 kg e media 25 centímetros de largura, a bateria não durava muito tempo somente 20 minutos e desligava. O aparelho foi muito bem recebido pelos consumidores na época e hoje o consideramos “tijolo”¹, logo as empresas de telefonia começaram a investir e disputar quem produzia em grande escala um aparelho que facilitaria a comunicação em todo o mundo. Com o passar dos anos as empresas e fabricantes de celulares foram investido e modernizando cada vez mais os celulares, com o intuito de garantir seu produto mais tempo no mercado (CARDOSO, MACHADO E MAIA, 2014).

Dentre as criações que até os dias atuais beneficiam a sociedade estão os jogos onde o primeiro foi criado no dia 30 de junho de 1961 pelos estudantes Stephen Russell, Peter Samson, Dan Edwards, Martin Graetz, Alan Kotok, Steve Piner e Robert A. Saunders juntos eles desenvolveram o “SpaceWar!” com o intuito que houvesse interação entre computador e jogador, foi desenvolvido para que dois jogadores controlassem naves em ambientes escuros e ao mesmo tempo abater seu adversário. O primeiro protótipo de vídeo game chamado de Brown Box, foi apresentado em 1968 por Ralph Bear, assim ao longo dos anos surgiu e aumentou significativamente o interesse pelos jogos de vídeo games, assim surgiram

¹ Considerado tijolo pelo tamanho e peso exagerado do aparelho.

interessados em fabricar e vender o jogo como forma de entretenimento e diversão. Com a evolução das tecnologias os jogos também modernizaram no tamanho na criatividade, na sociabilidade entre os jogadores, ou seja, são perceptíveis as diversas mudanças e as variedades encontradas dos jogos virtuais, ao longo de 48 anos foram criados diversos jogos com modificações e quantidades para diversos segmentos como: jogos para atividade física, para auxílio em doenças degenerativas, para desenvolvimento escolar, para diversão e outros.

2.1 COMO A PSICOLOGIA ENTENDE E TRABALHA AS FERRAMENTAS DISPONÍVEIS ATRAVÉS DA INTERNET, CELULAR E JOGOS

Os celulares, computadores e a internet surgiram com o intuito de proporcionar conforto, praticidade e meios para facilitar a vida dos seres humanos como no desenvolvimento de trabalhos e rapidez nos resultados.

São visíveis as mudanças presentes na geração do início do século XXI, pois é uma geração impulsionada pelo imediatismo, onde tudo deve acontecer com imensa rapidez, e a internet auxilia e contribui como, por exemplo, quando surge uma dúvida é necessário uma rápida pesquisa na rede para se obter o resultado, a busca por um modelo de empresa, modelo de roupas, carros, são várias as possibilidades de receber uma resposta rápida e com eficiência (BARIFOUSE e AYUB, 2012).

O psicológico também deve se adequar a essas mudanças. Os testes eram realizados de maneira tradicional lápis, papel, prancha, ilustração, com correção manual o que demorava muito tempo e precisava de maior mão de obra, atualmente alguns testes disponibiliza alguns teste e a correção online o que facilita o trabalho e apresenta eficiência nas respostas. A internet atualmente possibilita a pessoa crescimento pessoal (acréscimo de conhecimento) e profissional (desenvolver projetos). Abre espaço no campo da psicologia, pois proporciona uma nova maneira de atuar, com a terapia online que oferece benefício para terapeuta e cliente, sendo que o atendimento pode acontecer em qualquer lugar e a qualquer hora.

Porém não são todas as áreas da psicologia que percebe esta novidade que a internet trouxe como benefício e sim como uma quebra no *setting* terapêutico e prejudica assim Mendes, 2014 p. 56-57 alega que:

Antes de pensarmos sobre as (im) possibilidades, e (in) adequação, (contra) indicação das novas tecnologias de comunicação como instrumentos para tratamento psicanalíticos, gostaria que pudéssemos examinar o impacto das mesmas no dia-a-dia das pessoas e suas relações. O meu *setting*, que não era asséptico, mas que eu fantasiava estar sob controle, fora violado. Ele não voltara a ser o mesmo, e isso não é só com esta paciente, ela só apresentou o cartão de visita do impacto que as novas tecnologias trariam às relações, à privacidade e, evidentemente, para as relações terapêuticas. Como a psicanálise não é uma profissão regulamentada, e a única referencia dos psicanalistas são seus conselhos de origem, que em geral proíbem a prática de atendimento virtual.

O autor ressalta ainda que o atendimento online seria interessante com pacientes que já passaram por um setting comum com o terapeuta, para pacientes que não existiu nenhum contato a abordagem a ser realizada seria de forma leve e com efeito de curto prazo descreve que:

[...] lamentavelmente, ou infelizmente, gambiarras não trarão os mesmos resultados, tampouco devem servir de alibi para o enfrentamento de um processo analítico. Ao mesmo tempo, nós analistas devemos seguir buscando a ampliação dos espaços (in) existentes para melhor exercer a nossa função (im) possível que é analisar (MENDES, 2014, p. 63).

A internet possibilitou a conexão em rede, que contribuiu para aumento significativo de redes sociais como facebook, chat, twiter, snapchat, e outros, que suas vantagens são a de estar conectado sempre, ter muitos amigos virtuais, postar momentos do dia, os pensamentos, são redes onde as pessoas se sentem livres para se abrir e mostrar partes da sua vida pessoal em formas de imagens e de depoimentos, assim “de que forma a virtualidade das relações interfere, influencia na subjetividade de nós sujeitos da contemporaneidade?” (BARBOSA, 2014, p. 58).

Para a autora (2014, p. 61) a liberdade de se expressar e a sensação de ser ouvido, dar opinião ser importante faz com que as pessoas sintam não ser mais necessária uma presença real somente a virtual é suficiente.

Estar 24 horas conectado é a sensação de estar acompanhado por olhos e ouvidos. A tecnologia providencia uma impressão de escuta permanente. No entanto, esse acompanhamento virtual constante cria algumas ideias que merecem ser discutidas com atenção. Podemos ter a sensação de que, com Iphone carregado e tendo a conexão necessária (isso é, dadas as condições preservadas), três ideias se colocam como “verdadeiras”: a primeira é a de que podemos colocar nossa atenção onde quisermos; a segunda, de que seremos sempre ouvidos e, finalmente, de que nunca ficaremos só.

Essa conexão em rede espanta a solidão, ou seja, a pessoa não se sente só, pois tem a possibilidade de se conectar quando quiser e onde quiser não existe a possibilidade de indisponível pode estar longe, mas a comunicação permanece intacta.

Figura 2 Redes sociais



Fonte: <http://portaldoprofessor.mec.gov.br/fichaTecnicaAula.html?Aula=26827>

Pode-se perceber que o mundo virtual também está presente nas escolas e que os métodos de ensino estão tendo que se adaptar para acompanhar os estudantes e conseguir transmitir o conhecimento, sendo necessário que haja entendimento do que se fala com o que se entende. Segundo Rosado e Tomé (2015) quando as escolas se utilizam dos aplicativos e redes sociais tendem a se aproximar do cotidiano dos jovens, destaca ainda que é necessário uma atenção e cuidado por parte de professores e pais com o envolvimento dos jovens e o que fazem nas redes sociais lembrando que é neste período que se forma a subjetividade e sociabilidade.

2.2 AS QUALIDADES DOS JOGOS NA EDUCAÇÃO E O AUXÍLIO À SAÚDE

Os jogos proporcionam aos jogadores a oportunidade de desenvolver atividades que sejam prazerosas e satisfatórias. Ao longo dos anos vários jogos virtuais receberam aprimoramento, também surgiram outros com designer moderno e diversas funções com o intuito de prender a atenção do jogador mais tempo.

Alguns estudos foram realizados com o intuito de compreender se o período

que o jogador permaneceu conectado lhe trouxe benefício ou simplesmente contribuiu para um novo problema, mas ainda são tema de debate, algumas pesquisas demonstram que algumas habilidades são aprimoradas, em contra partida outras são comprometidas, apesar dos estudos que estão sendo realizados faz se necessário um período de tempo maior para compreender os efeitos negativos e positivos dos jogos no cotidiano e na vida dos seres humanos, pois não é possível se chegar a um único resultado, é relevante tratar cada caso como único e não generalizar (LOUZADA, 2012).

Os jogos são presentes na realidade de milhares de pessoas, portanto é relevante aproveitar as qualidades deste entretenimento para auxílio na educação e também na área da saúde, estudos apontaram que alguns jogos tem potencial para desenvolvimento escolar e tratamento e reabilitação de pacientes com doença de Parkinson e danos cerebrais (LOUZADA, 2012).

Algumas pesquisas apontam que os jogos estimulam a criatividade, tomada de decisão, habilidades de percepção, e dentro do mundo dos jogos os jogadores estabelecem confiança e justiça.

Um grupo de pesquisadores do instituto Max Planck, os quais investigaram o efeito dos videogames sobre o cérebro. Convidou adultos para jogar o jogo "Super Mário 64" dois meses, 30 minutos por dia. Outro grupo não teve contato com o jogo. O estudo revelou um aumento significativo de áreas cerebrais no grupo que jogou videogame.

Os autores ainda preveem que os benefícios dos videogames poderiam se úteis em intervenções terapêuticas dirigidas, por exemplo, aos transtornos psiquiátricos. Os videogames podem ser ferramentais para o tratamento de pacientes com problemas de saúde mental, nos quais regiões do cérebro são alteradas ou reduzidas em tamanho, tais como: esquizofrenia, transtorno de estresse pós-traumático ou doenças degenerativas como o Alzheimer (EUGÊNIO, p. 25).

Ainda segundo o autor os games apresentam uma novidade interessante por isso não podemos associa-los ao sedentarismo, os Nintendo Wii, Xbox 360 e Playstation 3 e 4 possuem sensores que possibilita a interação do jogador com o jogo, outro que também traz novidade é o Kinect que vem equipado com sensores, câmera digital e microfone e também há interação com o jogo através da movimentação corporal. Essa interação jogador e jogo com movimentos do corpo contribui para qualidade de vida, pois nestes jogos não existe a possibilidade de sedentarismo. É bastante utilizado em pacientes com doenças degenerativas.

Em uma pesquisa realizada por Arduini (2015, p. 73) com pacientes com doença de Parkinson apresentou como resultado:

Investigou a capacidade de pacientes com doença de Parkinson de melhorar seu desempenho em quatro jogos do Xbox Kinect, após 14 sessões de treinamento. Os resultados levantaram dois pontos relevantes:

1. Houve melhora de desempenho em todos os quatro jogos treinados;
2. As melhoras ocorreram em diferentes períodos de treinamento.

Isto sugere que esses jogos provavelmente apresentam alto potencial terapêutico e poderiam ser indicados como alternativa de treinamento motor para pacientes com doença de Parkinson.

Segundo os autores os jogos demonstrou eficácia no tratamento de doentes de Parkinson e apresentou melhora significativa em apenas 14 sessões, pois os jogos exigiam dos pacientes habilidades motoras e cognitiva possibilitando treinamentos das áreas comprometidas pela doença, os pesquisadores acreditam que os “elementos importantes para o aprendizado motor como a repetição, motivação e retroalimentação e que, possivelmente, potencializaram esse treino” (ARDUINI, 2015, p. 75).

Os vídeos games são utilizados pelo baixo custo e pela eficácia em tratamentos, o Nintendo Wii (NW) é utilizado para reabilitação de crianças com paralisia cerebral, conforme o recurso é utilizado pode-se perceber melhoras no condicionamento físico, postura, maior movimentação e contribui para maior motivação por parte do paciente em aderir o tratamento, a realidade virtual também é inserida cada vez mais no tratamento de pacientes neurológicos (SILVA E MARCHESE, 2015).

Segundo Fantin (2015) a educação esta presenciando momentos de adaptação, onde os aparelhos digitais esta ganhando cada vez mais espaço dentro das escolas e entre os alunos, os jogos podem ser bastante populares, mas ainda é pouco explorada sua presença em sala de aula e seus efeitos, alguns estudos realizados demonstram que as regras, normas e o desenrolar do jogo proporciona ao jogador desenvolver raciocínio rápido e pode auxiliar na cognição.

Ainda segundo a autora este momento poderia ser percebido como partes opostas, mas que é necessário que aconteça para conhecimento e crescimento da criança assim:

Enfatizamos a possibilidade de aproximação entre os mais variados jogos e games por percebermos que no repertório lúdico infantil um encontro saudável acontece. Encontro da natureza com a cultura, da argila com o metal, da madeira com o plástico, do manual com o eletrônico, do analógico com o digital. Enfim encontro do velho com o novo, do antigo com o atual, do moderno com o contemporâneo com todas as nuances e tensões que tais encontros promovem no movimento de permanência e mudança existente nas práticas culturais das crianças (FANTIN, 2015, p. 207).

Os jogos representam desafios para os professores, pois é relevante se utilizar dos aprimoramentos e das novas tecnologias, principalmente em sala de aula. Pode-se tirar proveito dos jogos que de maneira correta há de ser uma ferramenta de grande utilidade e favorecer o aprendizado, pois é de baixo custo e fácil acesso possibilitando professor e aluno uma interação através dos jogos digitais.

Eugênio (2014) descreve que os jogos contribuem na cognição espacial e a imaginação mental e são habilidades lógicas e matemáticas, logo ambientes escolares que utilizar estas habilidades proporcionadas pelos jogos principalmente o action games pode influenciar meninas a perceber a carreira de exatas como física, engenharia e matemática como uma possibilidade e possivelmente área de atuação. E segundo o autor pessoas que participa de jogos de ação tende a tomar decisões 25% mais rápido que outros.

3 CARACTERIZAÇÃO DE DEPENDÊNCIA DE CELULAR, INTERNET E JOGOS

Segundo o dicionário ilustrativo de saúde (2008) dependência é: (1) forma de comportamento que sugere a incapacidade de tomar decisões. (2) desejo psíquico intenso por uma droga ou medicamento. A dependência psíquica pode ou não estar acompanhada por uma dependência fisiológica.

Abreu e Young (2012) destacam a facilidade que as tecnologias proporcionaram na vida quotidiana do ser humano, pois há disponíveis vários serviços tais como, pagamento de contas, reservas de hotéis, compras, compras de passagens aéreas e outros, com todas essas possibilidades torna-se difícil diferenciar o uso saudável do uso não saudável.

Conforme Sá (2012), o individuo permanece por horas a fio em frente ao computador conectado à internet fantasiando uma realidade inatingível para si mesmo, porém isso não o impede de tentar vender esta fantasia e irrealidade para outras pessoas. Segundo o autor

Ao se deparar com o mundo que sempre sonhou para si- em que os desafios e oportunidades são comandados pelo próprio indivíduo, com total responsabilidade pela sua formação- a necessidade de isolar-se do meio off-line cresce em larga escala (SÁ, 2012, p. 140).

Quando as crianças estão desobedecendo aos pais, o celular pode ser oferecido como forma de bom comportamento, pode passar maior tempo conectado e outros foram percebidos como uma forma de compensação, também é utilizada como forma de punição quando a criança não realiza as atividades ordenadas pode sofrer a suspensão dos jogos, celular e tempo de conexão. Quando adultos e crianças tem baixa autoestima se utilizam da internet e redes sociais para compensar esta dificuldade (YOUNG, YUE E LIYING, 2011).

3.1 DEPENDÊNCIA DE INTERNET

Os exageros e abusos no uso da internet trouxeram sérias consequências para aqueles que se apegaram a essas tecnologias, pois no mundo virtual os problemas são minimizados e com alta taxa de resolutividade proporcionando a

sensação de segurança.

Segundo Young, Yue e Liying (2011) as pessoas que sofrem de outras formas de dependências seja droga, sexo, álcool, comida são as que apresentam maior risco de se tornar dependente de internet, pois as pessoas estão vivendo com vários vícios tornando-se vulneráveis e suscetíveis. E para os autores

As dependências são definidas como a compulsão habitual a realizar certas atividades ou utilizar alguma substância, apesar das consequências devastadoras sobre o bem estar físico, social, espiritual, mental e financeiro do indivíduo. Tipicamente, a dependência apresenta características psicológicas e físicas. A dependência física ocorre quando o corpo da pessoa se torna dependente de certa substância e experimenta sintomas de abstinência quando o consumo é descontinuado, como acontece com drogas ou álcool. A dependência psicológica se torna evidente quando a pessoa experimenta sintomas de abstinência como depressão, fissura insônia e irritabilidade (YOUNG, YUE E LIYING p. 22 e 23, 2011).

O acesso à internet teve um aumento significativo nos últimos quatro anos, tornou-se prático não sendo necessário estar ligado e restrito somente ao computador de mesa, expandiu para o celular, tablete e notebook. A internet pode fornecer fuga da realidade proporcionando alívio para algumas preocupações e tristezas, pois algumas pessoas se apegam a internet para fugir da sua realidade seja em casa, no trabalho ou na vida social, ela fornece a sensação de segurança no mundo virtual que não está presente na sua vida real (YOUNG, YUE E LIYING, 2011).

E conforme Sá (2012) descreve a internet proporciona a liberdade de ser quem quiser e como sem julgamentos, assim:

A descoberta do novo, da sensação indescritível de liberdade, a negação do eu a criação de uma identidade virtual, o anonimato e a facilidade de se relacionar estão entre os fatores que atraem milhões de usuários para os computadores. Dos seios de suas casas (ou mesmo da rua), homens e mulheres, de todas as idades, experimentam de interatividade sem julgamentos externos ou políticas castradoras. E a necessidade de contato com essas sensações acaba por se tornar excessiva. Viciante (SÁ, p. 136, 2012).

Ainda segundo o autor um dos sintomas da dependência de internet é o isolamento, que é adquirido gradualmente e aos poucos é substituído de forma natural, isso por que o meio virtual exige atenção tanto quanto no convívio real, quando o indivíduo percebe já se tornou um dependente e não consegue se desligar

sozinho.

É uma preocupação dos pesquisadores que a dependência de aparelhos móveis possa influenciar nas tomadas de decisões, e que o ser humano passe a ser controlado pelos aparelhos e não consigam pensar, defender e decidir, por si mesmos e passem a tomar decisões rápidas com base nos aparelhos eletrônicos. A sensação de segurança ao estar conectado cria vários problemas contribuindo para o retraimento das pessoas ao lidar face a face, ou seja, auxiliando para o aumento da comunicação virtual, isso pode ser uma explicação do crescimento acelerado das redes sociais (ABREU E YOUNG, 2011).

Para os autores a dependência de internet requerer atendimento clínico, e em casos extremos faz-se necessário à internação, apesar de que alguns dependentes acreditam que somente parando o comportamento já eliminou a dependência, porém para uma recuperação completa é necessário acompanhamento psicológico, conhecimento para realizar uma mudança no comportamento e ações frente esta necessidade constante de estar conectado.

3.2 DEPENDÊNCIA DE CELULAR

Em 2016 quem não tem um celular, pode ser considerado atrasado, fora de moda, quadrado enfim o celular é um aparelho muito comum e que milhares de pessoas tem acesso e cada dia surge no mercado os mais modernos e com muitos aplicativos que facilitam e apresentam praticidade na correria do dia-a-dia.

Segundo Barifouse e Ayub (2012) os celulares são companhia constante e indispensável, pois no momento de dormir o celular esta ao lado na cama, na mesa do café da manhã, como distração quando necessário permanecer em espera com o atendimento num banco ou esperar ônibus. É muito comum encontrar crianças carregando os celulares mais evoluídos e modernos são aparelhos que seus pais entregaram como forma de acalantar a criança, prender a atenção ou mesmo para a criança não “incomodar” os pais e permanecer em silêncio.

Figura 3 família conectada



Fonte: <http://www.lepanto.com.br/lepanto/lembrancas-de-um-tempo-offline/>

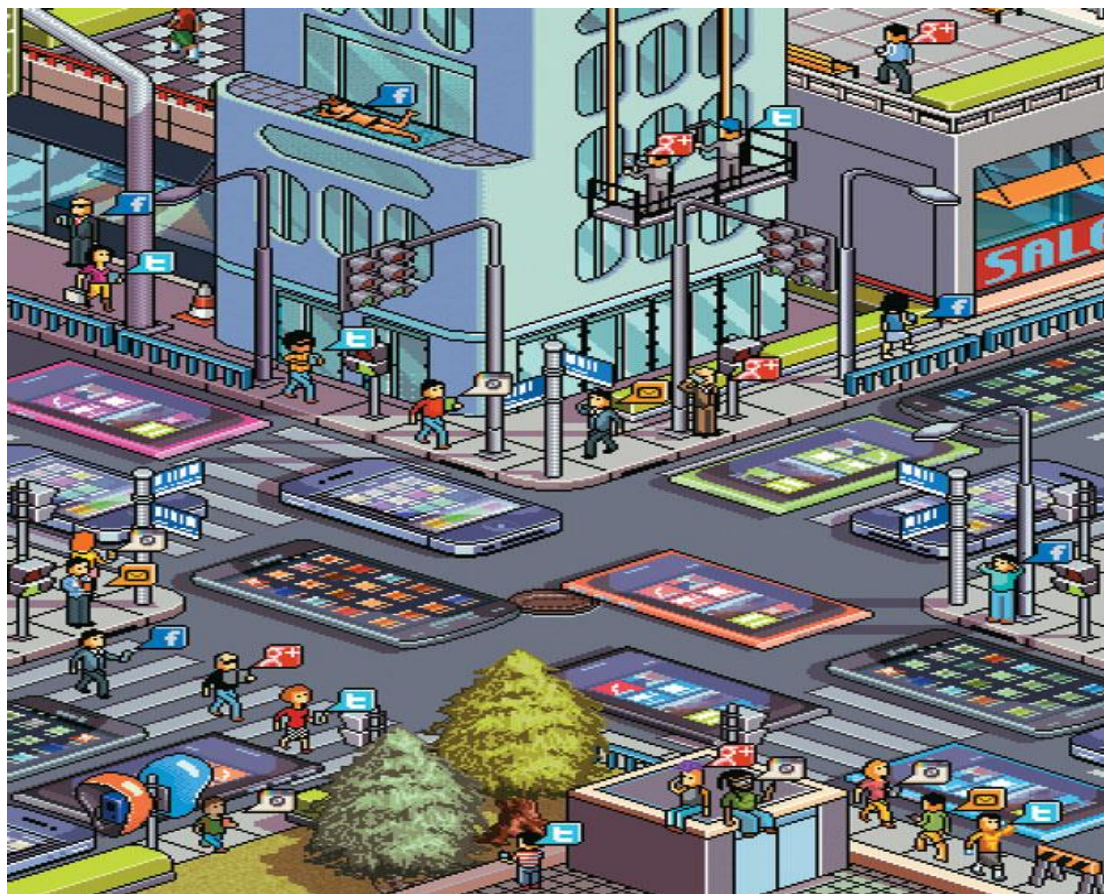
Quando se esquece do celular em casa e vai para o trabalho, escola, compras, e outros a necessidade do aparelho é tanta que parece que esta sempre faltando algo, ou a pessoa volta em casa para pegar o celular, pois não sai de casa sem ele tornou-se uma companhia constante pode faltar relações real, porém a virtual deve permanecer intacta.

Abreu e Young (2011, p. 319) descrevem que:

Vivemos em um mundo que estimula intensamente o uso de telefone celular, especialmente entre adolescentes. Entretanto, novos estudos descobriram que os dependentes de telefone celular podem ser seriamente atingidos no nível psicológico- mas como eles não demonstram nenhum sintoma físico, sua dependência passa despercebida, contrariamente ao que se observa no uso abusivo do álcool ou outras substâncias.

O exagero no uso de celulares possibilita possível dependência, a abstinência pode ser considerada semelhante aos efeitos de dependências de substâncias químicas.

Figura 4 Celular escraviza



Fonte: <http://revistaepoca.globo.com/vida/noticia/2012/06/o-celular-que-escraviza.html>

Barifouse e Ayub (2013) descrevem que “Somos incapazes de ficar mais de um minuto sem olhar para ele. É através dele que nos conectamos com o mundo, com os amigos, com o trabalho”, ou seja, esta se tornando vital para a convivência humana, com o aparelho celular não sentimos tanta falta do contato face a face, pois estamos conectados o que nos dá a sensação de que não estamos só.

3.3 DEPENDÊNCIA DE JOGOS

Os jogos são criados para satisfazerem os desejos e necessidades humanas, o que contribui para serem extremamente interessantes atraindo sempre mais pessoas, as regras e normas dos jogos prende a atenção incentivando a permanência nesta atividade (PICON E SPRITZER, 2013).

Os jogos apresentam uma qualidade relevante que é o auxílio no aprendizado e desenvolvimento do cérebro, pois é uma maneira divertida de

aprender e guardar informações a longo prazo, porém nem todas as pessoas conseguem utilizar os jogos somente para entretenimento ou aprendizado. E segundo Picon e Spritzer (2013 p. 116) “os jogos eletrônicos são hoje o principal motivo pelo qual adolescentes do sexo masculino fazem um uso problemático ou se tornam dependentes da internet”.

Para manter a atenção nos jogos existem sistemas de gratificações, com os objetivos de manterem continuidade e permanência dos jogadores, para isso todas as ações dos jogadores são percebidas como uma conquista, porém o que realmente vai fazer diferença nos pontos são as horas gastas nos jogos e não as habilidades dos jogadores. Um fator importante também é a capacidade de interação, onde as pessoas podem se tornarem líderes e serem apreciados pelos amigos virtuais, quanto mais realizações nos jogos e no mundo virtual maior a dificuldade de realizar atividades como dormir, comer e participar de eventos em família, desenvolver novas amizades, dentre outros (PICON E SPRITZER, 2013).

Com os avanços nas tecnologias os jogos também apresentaram modificações, diferente da década de 1970-1980 que jogos somente em máquinas (fliperama, arcades), as mudanças tecnológicas proporcionou a possibilidade de jogar sem sair de casa e uma interação em tempo real com outros jogadores. Outro fator que contribuiu para maior tempo gasto nos jogos é que quando os jogadores não estão conectados, aos jogos continuam em pelo funcionamento proporcionando assim uma necessidade de estar sempre monitorando e sempre conectado (PICON E SPRITZER 2013).

O DSM-5 descreve o uso abusivo de jogos como um transtorno de jogo pela internet, que segundo ele é um dos únicos transtornos que não tem relação com substância química. Assim

É um padrão de jogo pela internet excessivo e prolongado que resulta em um grupo de sintomas cognitivos e comportamentais, incluindo a progressiva perda de controle sobre o jogo, tolerância e sintomas de abstinência, análogos aos sintomas dos transtornos por uso de substâncias. Como ocorre com os transtornos relacionados a substâncias, indivíduos com transtorno do jogo pela internet continuam a se sentar diante do computador e a se envolver em atividades de jogo apesar da negligência a outras atividades. Eles geralmente se dedicam 8 a 10 horas por dia ou mais por dia a essa atividade e ao menos 30 horas por semana. Caso sejam impedidos de usar o computador e retomar o jogo, eles se tornam agitados e revoltados. Frequentemente permanecem longos períodos sem se alimentar ou dormir. (DSM-5, p. 796 e 797, 2014).

O jogo também representa uma realidade alternativa como, por exemplo, o ²MMORPG que proporciona as pessoas desempenhar papéis onde o jogador controla seu avatar e pode interagir com vários outros para conversar (considerado “positivo”) ou para agredir (considerado “negativo”) e segundo Blinka e Smahel (2011) são várias as motivações para participar deste jogo que mesmo quando o jogador estiver desconectado ele continuar em pleno funcionamento.

Um fator interessante é que segundo estudos experimentais os jogos violentos alteram os comportamentos dos jogadores e apresentam uma diminuição de empatia, ou seja, diminui o sentimento de ajudar o outro. Os jogadores podem se tornar sedentários, apesar de que alguns jogos incentivem as atividades físicas, porém se a escolha for à de permanecerem longos períodos sentados é possível desenvolver crescente aumento na obesidade, pois troca atividades ao ar livre para permanecerem longos períodos participando de jogos (PICON E SPRITZER, 2013).

Os comportamentos dos jogadores modificam quando começam a apresentarem sinais de dependência alguns comportamentos são: saliência- quando atividade do jogo se torna mais importante; mudança de humor- são influenciados pela atividade executada; tolerância- a constante necessidade de estar sempre alimentando o vício; sintomas de abstinência- sensação negativa pela falta de realização das atividades nos jogos; conflito- dificuldade de se relacionar com pessoas próximas; recaída e reinstalação- quando o indivíduo retorna ao comportamento e as atividades após um tempo relativo sem desenvolver atividades voltadas para o jogo (BLINKA E SMAHEL, 2011).

As várias possibilidades de jogos e formas de jogar, proporcionando aos jogadores participarem onde estiverem ou mesmo em vários aparelhos eletrônicos, não precisa necessariamente estar em casa ou em um computador de mesa, basta ter um celular, tablet, smartphone e uma programação para obter diversos jogos, ou seja, onde o indivíduo for ele pode levar consigo o jogo o que pode ser visto como benefício para o jogador, pois ele não precisa se preocupar quando for necessário sair e perder um “tempo precioso” dentro do jogo contribuindo com a dependência

² “Massively Multiplayer Online Role-Playing Game”, apresentam a possibilidade de criação de um protagonista personalizável, tanto em aspectos visuais quanto em atributos e características fundamentais no desenrolar do jogo, como força, magia e vitalidade.

(GRIFFITHS, 2011).

A facilidade e praticidade proporcionada pelas tecnologias estão presentes no cotidiano de milhares de pessoas contribuindo para bem estar, porém se não serem manuseadas com cuidado pode possibilitar o aparecimento de dependências.

4 AVALIAÇÃO CLÍNICA DA DEPENDÊNCIA

Conforme Young (2011) os usos práticos de internet prejudica no diagnóstico e, portanto contribui para mascarar a dependência de tecnologias, e pouco provável o terapeuta identificar os sintomas da dependência, geralmente às pessoas buscam atendimento para outros tipos de problemas como ansiedades, comportamentos obsessivos compulsivos e outros.

Para identificar a dependência foi criado um modelo de perguntas que se seguem

O internet Addiction Diagnostic Questionnaire (IADQ) foi à primeira medida de avaliação desenvolvida para diagnóstico (Young, 1998b). O seguinte questionário conceitualiza os oito critérios para o transtorno:

1. Você se preocupa com a internet (pensa sobre atividades virtuais anteriores ou fica antecipando quando ocorrerá a próxima conexão)?
2. Você sente necessidade de usar a internet por períodos de tempo cada vez maiores para se sentir satisfeitos?
3. Você já se esforçou repetidas vezes para controlar, diminuindo ou parar de usar a internet, mas fracassou?
4. Você fica inquieto, mal-humorado, deprimido ou irritável quando tenta diminuir ou parar de usar a internet?
5. Você fica online mais tempo do que pretendia originalmente?
6. Você já prejudicou ou correu o risco de perder um relacionamento significativo, emprego ou oportunidade educacional ou profissional por causa da internet?
7. Você já mentiu para familiares, terapeutas ou outras pessoas para esconder a extensão do seu envolvimento com a internet?
8. Você usa a internet como uma maneira de fugir de problemas ou de aliviar um humor disfórico (por exemplo, sentimentos de impotência, culpa, ansiedade, depressão)? (YOUNG, 1998b YOUNG, 2011, p. 37 e 38).

O questionário busca avaliar a existência de dependência, por isso quando a utilização da internet/computador que foram para entretenimento e diversão pode estar incluso na avaliação de dependência. É considerado dependente de tecnologias quando a pessoa responde sim para cinco das perguntas acima. Uma das formas de perceber o uso patológico podem ser a negação e desculpas para o período que permaneceu conectado.

A terapia cognitivo-comportamental auxilia a pessoa enxergar sua realidade sem tentar enfeita-la, assim pode perceber seus problemas reais, consegue com auxilio da terapia buscar alternativas que possa solucionar seus problemas, ou seja, a terapia contribui para o enfrentamento dos problemas de forma a resolvê-los

(ARAUJO, LEITE E ROCHA, 2013).

4.1 RISCOS PSIQUIÁTRICOS

Uma população que apresenta risco são alguns adolescentes que se apegam as tecnologias como o celular, internet e os jogos como uma forma de mascarar problemas naturais da fase de desenvolvimento, que é deixando a infância para viver a adolescência (que não é criança muito menos adulta), ou pode apresentar possível desentendimento em casa o que os tornam vulneráveis.

Quando a realidade torna-se demais para suportar é comum à busca por algo que alivie o sofrimento e traga satisfação imediata, que encontrada na realidade virtual, tanto que Freud apontou “Considera a realidade como a única inimiga e a fonte de todo o sofrimento, com a qual é impossível viver, de maneira que, se quisermos sair de algum modo felizes temos de romper todas as relações com ela” (FREUD 1930/1974 Apud BARBOSA, 2014 p. 100).

Segundo Gama (2013) os adolescentes do mundo atual vivem uma constante competitividade e imediatismo onde tudo deve acontecer de forma rápida com o intuito de satisfazer as necessidades, quando não atendidos com rapidez se sentem frustrados e insatisfeitos, sem contar que a adolescência por si traz um impacto na vida do indivíduo.

O rito de passagem de adolescentes para adultos apresenta um ciclo natural de conflitos, as experiências desta fase são recebidas com intensidades diferentes por cada pessoa. A falta de percepção por parte dos pais traz riscos a saúde mental dos adolescentes que podem apresentar “timidez é um processo inibidor de ações em um indivíduo, alteração de sono estado alterado da consciência” (GAMA, p. 126 e 127, 2013). O alívio para a incompreensão e as confusões presentes na vida dos adolescentes é a internet os usos e abusos dos jogos e celular são onde eles se apegam e pode ter sérias consequências.

Ainda segundo o autor vários transtornos que podem desencadear a dependência de tecnologias são eles: transtorno de ansiedade; fobia social; transtorno obsessivo-compulsivo (TOC); transtorno de déficit de atenção/hiperatividade (TDAH); depressão e suicídio. É relevante a família no período de tratamento na dependência de celular, internet e jogos com riscos de

transtornos mentais para fornecer apoio físico e emocional.

4.2 TRATAMENTO

O primeiro passo para o tratamento é a pessoa aceitar que tenha a dependência e assim buscar ajuda de um profissional. Alguns dependentes de internet deixam abruptamente o uso de tecnologias sem acompanhamento profissional, porém não elimina a dependência é necessário um trabalho em conjunto pra identificar e modificar os comportamentos.

Para Abreu (2013), o tratamento e intervenção podem ser realizados com a terapia cognitivo-comportamental (TCC), que atualmente apresenta bons resultados. É relevante perceber que para o tratamento dar certo são necessárias várias estratégias podendo modificar conforme a idade e necessidade do dependente de tecnologias, pois primeiro deve-se conhecer de qual e como ele se utiliza desta, sendo que cada caso se apresenta de forma singular.

A pessoa decidir parar com o uso abusivo do celular, internet e jogos é necessário acompanhamento profissional a simples abstinência total, não é suficiente, pois é relevante compreender os fatores que levaram a pessoa se tornar dependente e assim explorar para conhecer os limites e formas de enfrentamento do problema (ABREU E YOUNG, 2011).

Em estudo de caso a TCC apresenta as fases e evolução da dependência de internet, pois a pessoa pode primeiramente buscar conforto e apoio na rede, logo se torna seu melhor amigo que vai estar ao seu lado e não vai te decepcionar como as pessoas de seu ambiente familiar, ou seja, a internet e jogos são a melhor resposta para suas angustias assim acaba afastando amigos e a própria família do seu convívio diário o que contribui para o aparecimento de dependência (ARAUJO, SPONCHIADO E VIEIRA, 2013). A técnica utilizada na terapia foi possível com a ajuda do paciente que primeiro aprendeu como funciona e a sua contribuição no desenvolvimento da terapia de maneira que a adesão foi maior com o consentimento do paciente. A tcc é uma abordagem no qual terapeuta e cliente são colaborativos e ativos no processo terapêutico, sem aceitação e empenho do cliente a terapia não flui e apresenta resultado satisfatórios.

Segundo os autores alguns clientes apresentam uma necessidade de estarem conectado, sendo necessária a desintoxicação como as realizadas com o álcool, porém diferente da desintoxicação realizada em casos envolvendo álcool que são definidos e compreendidos, os de dependência de tecnologias ainda é uma intervenção nova e que precisa ser mais explorada em casos graves e intensos.

Pesquisas estão sendo realizadas para compreender quais outras modalidades de tratamento podem ser utilizadas. Segundo os autores

Comparar sistematicamente as modalidades de tratamento, tais como terapia cognitiva, modificação do comportamento, psicanálise, terapia da Gestalt, terapia interpessoal, aconselhamento de grupo ou aconselhamento in vivo dentro das comunidades virtuais, para determinar seu impacto e eficácia terapêutica para essa nova população de clientes. Também precisam investigar as diferenças de tratamento para os vários tipos de abusos de internet nas diversas modalidades terapêuticas (ABREU E YOUNG, p. 322 e 323, 2011).

Apesar dos estudos, ainda falta muito para ter um método a ser aplicado no cuidado desta dependência. Porém a prevenção ainda é o elemento-chave para conscientizar e prevenir futuros problemas, ou seja, o conhecimento auxilia para que deixem de ver as tecnologias somente como benefícios e esquecer os prejuízos provocados pelos mesmos.

5 METODOLOGIA

Esse tópico disserta sobre o método utilizado para a realização da pesquisa.

5.1 REVISÃO INTEGRATIVA

Trata-se de uma pesquisa bibliográfica, com método de revisão integrativa que conforme Carvalho, Silva e Souza (2010), proporciona a síntese de estudos e resultados que sejam significativos na prática, proporcionando ao pesquisador a oportunidade incluir estudos experimentais e não experimentais.

A revisão integrativa foi escolhida para esta pesquisa, pois ela dá capacidade de sistematização do conhecimento científico, auxilia o pesquisador detalhando o procedimento de pesquisa e proporciona a síntese do conhecimento e a aplicação de estudos na prática.

Será uma pesquisa qualitativa que segundo Marconi e Lakatos (2004) preocupam-se em analisar aspectos mais profundos de maneira a perceber e descrever a complexidade do ser humano, propiciando detalhes nas investigações.

Este método de pesquisa permite a síntese de múltiplos estudos publicados e possibilita conclusões gerais a respeito de uma particular área de estudo. É um método valioso para a psicologia.

5.2 QUESTÃO DE PESQUISA

Ao definir a questão norteadora na revisão integrativa devem-se levar em consideração os estudos a serem utilizados para a pesquisa, as formas de identificação e as informações coletadas dos estudos selecionados, se a pesquisa será há campo ou somente bibliográfica, quais intervenções e resultados a serem avaliados e mensurados. Com tais considerações, definiu-se como questão norteadora: quais os fatores relacionados à dependência de internet, celular e jogos apresentados e discutidos na produção acadêmica em língua portuguesa, no período de 2012 a 2016?

5.3 BUSCA NA LITERATURA

Concernente aos critérios de inclusão e exclusão de artigos deve ser realizada de maneira clara e criteriosa, de forma que a amostra representada possa propiciar profundidade, qualidade e confiança, na conclusão final da revisão.

Foram realizadas buscas de publicações nos seguintes bancos de dados: Scielo - Scientific Electronic Library Online e Psyc. Utilizando os descritores: “jogos eletrônicos”, “tecnologias”.

Para inclusão desses estudos publicados foi utilizado os seguintes critérios:

- Publicações no Brasil em português entre os anos de 2012 a 2016;
- Títulos dos estudos devem ter aproximação com a questão norteadora;

Serão excluídos todos os artigos encontrados que não obedecerem aos critérios acima citados. Para a exclusão dos artigos que não contemplam os critérios de inclusão estabelecidos, foi utilizado seguinte critério:

- Leitura dos títulos e dos artigos publicados;

Após busca realizada nas bases de dados supracitados, foram revisados todos os estudos encontrados. A seguir foram selecionados os que cumpriam com os critérios de inclusão descritos.

Da pesquisa realizada foram encontrados 28 artigos publicados que correspondiam aos descritores acima. Essa primeira etapa da revisão resultou no achado de estudos publicados, artigos, tese, páginas de revistas e resumos.

Da busca realizada foram encontrados 221 estudos publicados, sendo 18 na Psyc com o descritor “jogos eletrônicos”, mas somente 02 artigos foram selecionados conforme os critérios de inclusão e exclusão. No Scielo com o descritor “jogos eletrônicos” 27 foram encontrados e 02 foram selecionados, com o descritor “tecnologias” os resultados foram de 176, mas somente 02 artigos contemplaram os critérios.

Após a realização da busca e da aplicação dos critérios, foi realizada a leitura na íntegra do material selecionado, com a finalidade de analisar os resultados encontrados. Em seguida realizou-se a apresentação e a discussão de cada estudo

com o propósito de identificar, compreender e apresentar os principais pontos das pesquisas realizadas.

Por fim, foram realizadas considerações acerca da temática e dos resultados apresentados, como forma de contribuir para a população, no que concerne à dependência da internet e os seus impactos.

Para esclarecer o procedimento realizado nesta pesquisa, posteriormente será explicado e detalhado a seleção desses estudos.

5.4 SELEÇÃO DE ARTIGOS INCLUÍDOS NA REVISÃO

Posteriormente buscou-se na base de dados Pepsic e Scielo;

Na base de dados Pepsic foram encontrados 18 estudos publicados

Na Base de dados Scielo foram encontrados 176 “tecnologias”, 27 “jogos eletrônicos” estudos publicados;

Ao aplicar os critérios de inclusão e exclusão as Bases de dados pesquisadas, restaram 06 artigos para a realização da revisão.

A seguir as combinações de palavras utilizadas nas bases de dados:

Dependência de internet	jogos patológicos virtuais	Dependência de tecnologias	Nomofobia	Internet patologia
Dependência de celular	Jogos virtuais	Jogos	Internet	Dependência não química
Dependência de jogos	Tecnologias	Jogos eletrônicos	Celular	Uso abusivo

Fonte: SOUZA, Merali Alcântara de. Análise de produções sobre dependência de internet, celular e jogos: uma revisão integrativa. 2016.

No total foram 14 combinações de palavras, porém somente “tecnologias” “jogos eletrônicos” foram possíveis encontrar artigos atendendo aos critérios de

exclusão e inclusão.

A proposta inicial não incluía artigos de revisões, porém pela escassez de materiais sobre o tema, fez-se necessário a inclusão de artigos de revisão com a proposta de complementar as conclusões e percepções das análises.

Cabe ressaltar que os estudos que não foram revisados, não constam nessa pesquisa, uma vez que atendem aos critérios de exclusão.

O quadro sinóptico abaixo esboçado mostra os estudos publicados, referente à dependência de internet, jogos e celular dos anos de 2012 a 2016, no Brasil.

Tabela 1 quadro sinóptico – Número de inclusão, base de dados e ano, título do artigo, autores, revista e Estado.

Nº	TÍTULO	AUTORES	REVISTA	BASE DE DADOS E ANO	ESTADO E PAÍS	FORMAÇÃO DOS AUTORES
01	Jogos eletrônicos e juízo moral um estudo com adolescentes do ensino médio.	Daniela Karine Ramos	Psicologia teoria e prática	Pepsic, 2012	SC- Brasil	Graduação em psicologia e pedagogia. Mestre e doutora em educação.
02	À frente do computador: a internet enquanto produtora de dependência e isolamento.	Gustavo Malafaya de Sá	Sociologia, revista da faculdade de letras da universidade do porto.	SciELO, 2012	Lisboa- Portugal	Graduação e mestrado em comunicação social.
03	Aspectos do uso patológico do uso de internet.	Ivelise Fortim, Ceres Alves de Araujo.	Bol. Acad. Paulista de psicologia.	PePsic, 2013	SP- Brasil	Graduação em psicologia e mestrado em ciências sociais. Graduação e mestrado em psicologia e doutorado em distúrbios da comunicação humana.
04	Neuro imagem na dependência de jogos eletrônicos: uma revisão sistemática	Igor Lins Lemos; Paula Rejane Diniz; Julio Fernando Prieto Peres; Everton Botelho Sougey.	J Brasileira de Psiquiatria	SciELO, 2014	PE- Brasil	Doutor Neuropsiquiatria mestre em psicologia e especialista em cognitivo-comportamental. Graduação em informática mestre e doutora em neurociências. Psicólogo clínico e doutor em neurociências. Graduação em medicina mestrado em psiquiatria e doutor em saúde mental.

05	Jogos eletrônicos: corporeidade, violência e compulsividade.	Jeferson José Moebus Retondar; Juliana Coutinho Bonnet; Elisabeth Rose Assumpção Harris.	Revista brasileira de ciências do esporte	Scielo, 2014	RJ- Brasil	Graduação mestrado e doutorado em educação física. Graduação Educação física. Licenciada e bacharel em educação física.
06	As representações sociais de violência dos usuários de jogos eletrônicos.	Igor Lins Lemos; Raimundo Cândido de Gouveia; Lynn Rosalina Gama.	Revista institucional de psicologia	Pepsic, 2014	MG- Brasil	Doutor Neuropsiquiatria mestre em psicologia e especialista em cognitivo-comportamental. Licenciatura em psicologia mestrado e doutorado em psicologia social. Graduação em pedagogia mestrado e doutorado em educação.

Fonte: SOUZA, Merali Alcântara de. Análise de produções sobre dependência de internet, celular e jogos: uma revisão integrativa. 2016.

Tabela 2 Quadro sinóptico – objetivo do estudo, método utilizado, amostra, principais resultados e conclusão.

Nº	OBJETIVO DO ESTUDO	MÉTODO UTILIZADO	AMOSTRA	PRINCIPAIS RESULTADOS	CONCLUSÃO
01	O objetivo do estudo foi investigar a influencia que as experiências em mundos virtuais advindas da interação com os jogos eletrônicos têm sobre a competência do juízo moral dos sujeitos.	Pesquisa a campo	Foram analisados 72 questionários e testes respondidos.	Após a análise estatística dos dados obtidos, não se constataram diferenças significativas entre alunos jogadores e não jogadores com relação ao juízo moral.	Esse fator reforça a ideia de que o jogo é apenas mais um elemento que contribui com os processos de subjetivação, mas que ele não pode ser considerado determinante das qualidades morais dos sujeitos envolvidos no estudo.
02	A intenção é apresentar um cruzamento de ideias com relação á necessidade dos indivíduos em ter contato com a web.	Pesquisa bibliográfica e questionários Dissertativos.	Questionários aplicados por meio de fóruns na própria internet.	Tencionou-se refletir e fazer um alerta com relação á saúde e bem-estar dos usuários pelo uso exagerado do meio on-line.	A crescente necessidade de contato com a internet em função da atratividade, novidade e descoberta tem preocupado grande parte dos pesquisadores pela promoção de dependência e isolamento dos indivíduos. No entanto, é fato que existe outra corrente de teóricos que entendem que a internet como um grande e promissor campo para o franco desenvolvimento da sociedade.
03	O objetivo do estudo é compreender a vivencia do de internet (UPI), a partir do autor relato de usuários que se declararam “viciados de internet”.	É pesquisa qualitativa, sendo um estudo documental, transversal e retrospectivo.	A amostra é de 189 sujeitos, que enviaram 278 mensagens coletadas no período de 02/2001 a 06/2011, portanto durante 10 anos.	Muitos usuários relatam consequências negativas graves, tais como prejuízo no trabalho, comprometimento social, prejuízos nos estudos etc.	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 utilizam da internet para alívio de problemas.
04	Realizar revisão sistemática de manuscritos que utilizaram a neuroimagem no estudo de dependência de jogos eletrônicos, a fim de identificar as principais regiões cerebrais alteradas.	Pesquisa Bibliográfica	Dos 52 artigos encontrados, 16 foram selecionados.	A despeito dos métodos utilizados, os estudos apontam convergências quanto ás reciprocidades cerebrais.	Apesar de apenas recentemente pesquisas de neuro imagem em dependentes de jogos eletrônicos terem sido realizadas, contamos no momento com achados significativos alinhados à compreensão dos mecanismos neurais associados à dependência de jogos eletrônicos e respectivas inserção como

					categoria nosológica no âmbito psiquiátrico.
05	É identificar as representações de jovens praticantes de jogos eletrônicos sobre o modo como se veem e de que forma concebem tais praticas.	Pesquisa de campo, aplicação de questionário.	12 jovens escolhidos por conveniência por conveniência na faixa entre 13 e 21 anos.	Identificou-se que os jogos sentidos da corporeidade, da violência e da compulsividade só podem ser pensados no contexto da construção imaginária do jogador e, nesse sentido, tal compreensão sinaliza para inúmeras questões do ponto de vista pedagógico.	Diante dos resultados encontrados e interpretados, podemos dizer que esses jovens se veem como sujeitos apaixonados pelo universo virtual, uma vez que tal realidade se sentem mais seguros para se expor em relação ao contato com o outro, são capazes de fazer valer seu universo imaginário, ficcional e desejante, sem o julgamento cerceador e frustrante possível na interação face a face.
06	Investigar as representações sociais em relação à contida nos jogos eletrônicos e, especificamente, verificar se os participantes estabelecem as representações sociais em relação à violência contida nos jogos eletrônicos e comportamentos violentos.	Pesquisa de campo com questionário.	20 usuários, maiores de idade.	A violência, elemento camuflado na fala dos usuários, não foi considerada uma influencia na prática dos jogadores, revelando contradições nos discurso.	Os jogadores aparentavam levar em consideração apenas seu lado da questão, sem ter um olhar mais crítico do fenômeno da violência.

Fonte: SOUZA, Merali Alcântara de. Análise de produções sobre dependência de internet, celular e jogos: uma revisão integrativa. 2016.

6 ANÁLISE DOS DADOS E RESULTADOS

Esse tópico contará apenas com a análise de dados e discussão dos resultados obtidos.

6.1 ANÁLISE E DISCUSSÃO

O objetivo deste estudo foi sintetizar publicações abordando a dependência de internet, celular e jogos e os fatores propulsores da mesma, por se tratar de um tema presente no cotidiano houve a necessidade de conhecer a influencia de pesquisadores brasileiros discursando a respeito.

Esta revisão é composta por seis artigos selecionados conforme os critérios de inclusão e exclusão estabelecidos, após a seleção os artigos foram lidos na integra e analisados criteriosamente.

A dependência de internet chamou atenção da pesquisadora Young no ano de 1996, pois começou a perceber alguns sinais de que os excessos de internet traziam prejuízo na vida cotidiana das pessoas e foi neste mesmo período que a internet deixou de ser privilegio para alguns brasileiros e tornou-se acessível em território nacional.

Diniz (2014) afirma que a disseminação da internet trouxe uma nova forma de ver a vida, causou impacto nas relações e na vida cotidiana dos seres humanos, e que a atratividade da internet prende a atenção com as cores vibrantes e vívidas, realidade virtual (menor risco), os áudios, vídeos o conhecimento do mundo de culturas diversas isso atrai cada vez mais, ao ponto que se torna irresistível. Sendo assim é relevante cuidar para que esse atrativo não se torne um problema no futuro.

Bonnet, Harris e Retondar (2014) descrevem o mundo virtual como:

Um momento de passagem, um ponto de partida e de deslocamento, e não um ponto de chegada. Jogos eletrônicos, jogos virtuais são jogos não se enraízam na corporeidade, uma vez que lhes falta fundamento de fixação: eles mudam ininterruptamente. Pode-se começar o mesmo jogo do mesmo ponto onde se parou, pois o jogador é quem controla, de uma forma absoluta o seu contato com as imagens, alterando-as, retomando-as, congelando-as ou deletando-as quando melhor lhe convier (p.4).

6.2 ANALISE DOS ARTIGOS SELECIONADOS

Para maior compreensão os dados serão apresentados e detalhados através de tabelas e gráficos de modo que a análise seja mais criteriosa demonstrando os estados de publicação, os anos, que tipo de pesquisa esta presente no trabalho, as bases de dados utilizada e formação dos autores dos artigos, serão apresentados de forma clara e sucinta.

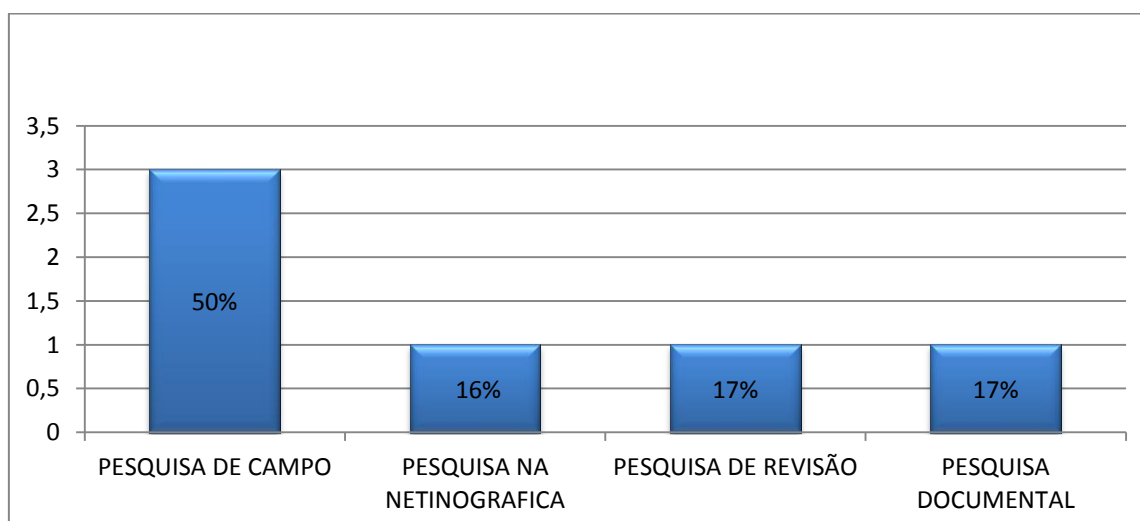
Tabela 3 - Metodologia

Método	Qt	%
Pesquisa de campo	3	50
Pesquisa de documental	1	17
Pesquisa de netnográfica	1	16
Pesquisa de revisão	1	17
Total	6	100%

Fonte: SOUZA, Merali Alcântara de. Análise de produções sobre dependência de internet, celular e jogos: uma revisão integrativa. 2016.

A tabela acima apresenta os tipos de pesquisas que estão sendo analisadas, dos seis artigos selecionados, 3 (50%) apresentam a pesquisa de campo, 1(17%) pesquisa documental, 1 (16%) pesquisa netnográfica, e o último 1 (17%) pesquisa de revisão.

Gráfico 1- Metodologia

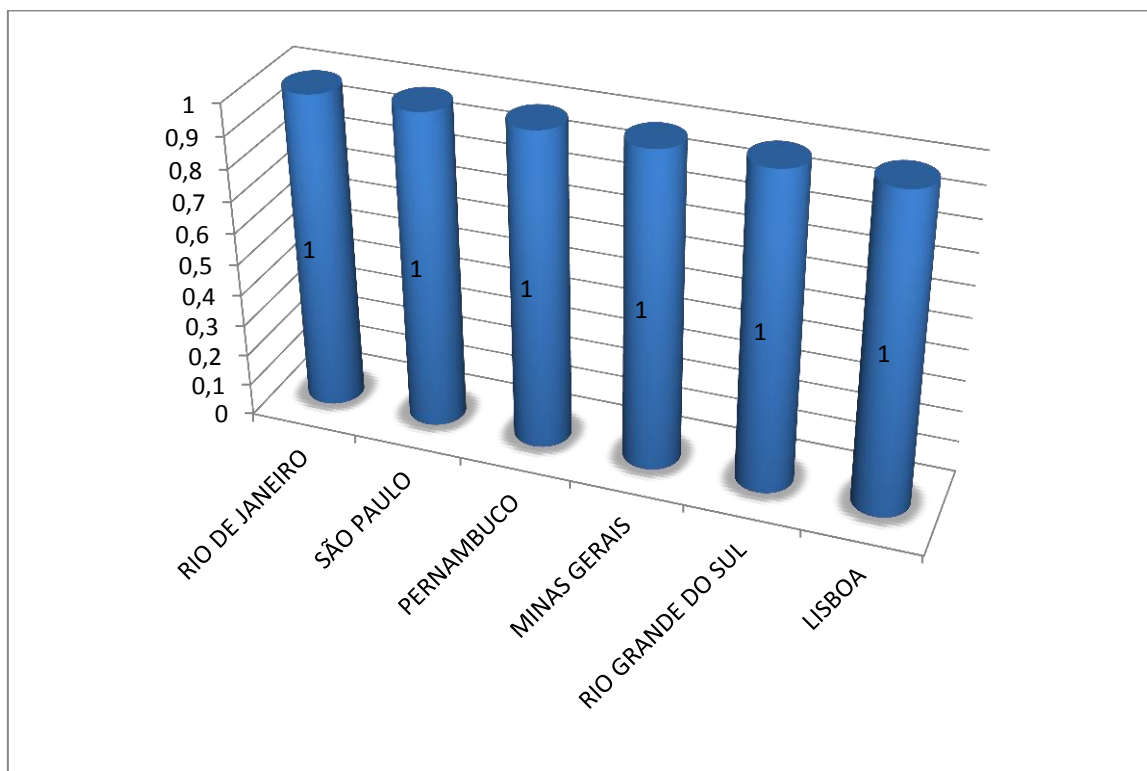


Fonte: SOUZA, Merali Alcântara de. Análise de produções sobre dependência de internet, celular e jogos: uma revisão integrativa. 2016.

Os gráficos e a tabela a seguir apresentam os estados dentro e fora do Brasil que tiveram artigos publicados.

Foi possível perceber a possibilidade de que mais pessoas se tornem dependentes de internet, celular e jogos e Bonnet, Harris e Retondar (2014) descrevem que o universo virtual é uma realidade à parte e que pode realização de desejos. O gráfico abaixo destaca os estados que os artigos foram publicados. Rio de Janeiro (16%), São Paulo (16%), Pernambuco (17%), Minas Gerais (17%), Rio Grande do Sul (17%) e Lisboa (17%).

Gráfico 2- Estados de publicação



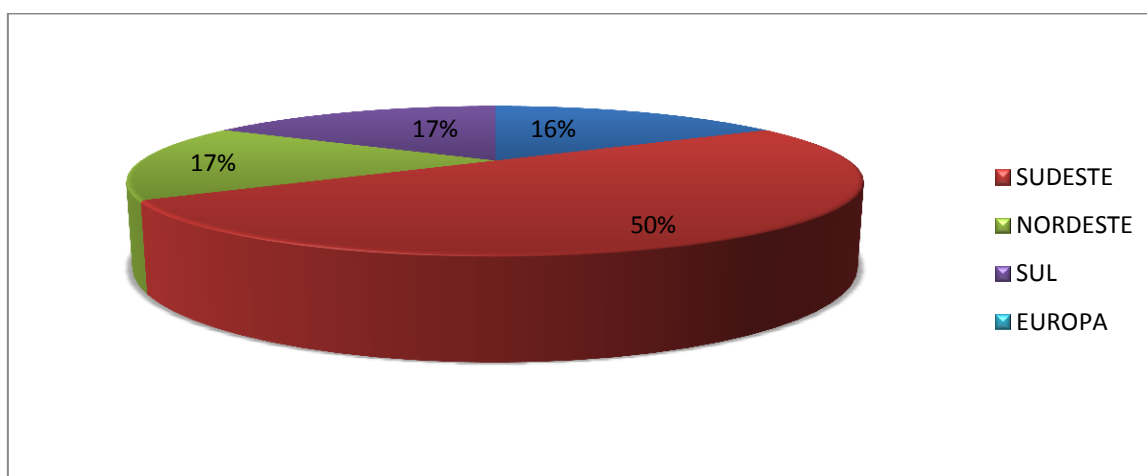
Fonte: SOUZA, Merali Alcântara de. Análise de produções sobre dependência de internet, celular e jogos: uma revisão integrativa. 2016.

Tabela 4 – Regiões e estados de publicações

Região	Estado	Qt Estado	Qt. Região	% Região
Nordeste	PE	1	1	17
Sudeste	SP	1	3	50
	RJ	1		
	MG	1		
Sul	SC	1	1	17
Europa	Lisboa	1	1	16
Total		5		100%

Fonte: SOUZA, Merali Alcântara de. Análise de produções sobre dependência de internet, celular e jogos: uma revisão integrativa. 2016.

As regiões que apresentam maior incidência de artigos publicados são a região sudeste (50%), sul (17%), nordeste (17%) e Europa (16%) onde os artigos foram publicados e trata-se de regiões que tiveram o primeiro contato com a internet que foi através das universidades.

Gráfico 3- Regiões de publicação

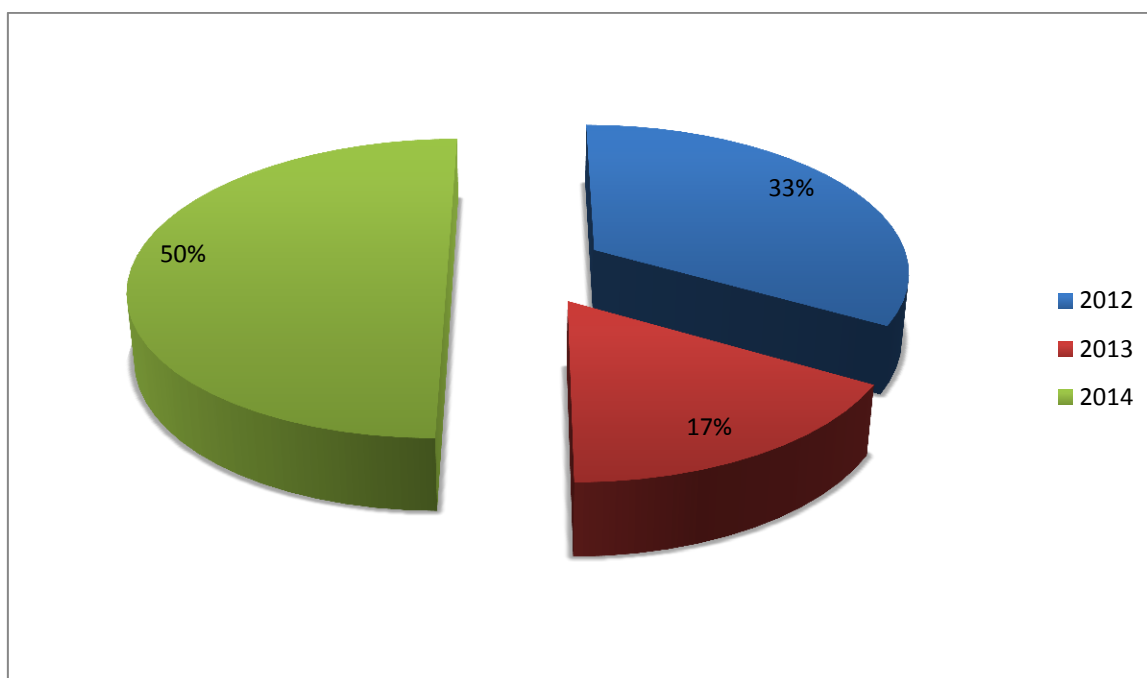
Fonte: SOUZA, Merali Alcântara de. Análise de produções sobre dependência de internet, celular e jogos: uma revisão integrativa. 2016.

Tabela 5 - Ano de publicação

Ano	Qt	%
2014	3	50
2013	1	17
2012	2	33
Total	6	100%

Fonte: SOUZA, Merali Alcântara de. Análise de produções sobre dependência de internet, celular e jogos: uma revisão integrativa. 2016.

A tabela e o gráfico apresentam os anos de publicações e o período estipulado para esta pesquisa foi de 2012 á 2016, mas somente os anos de 2012 (33%), 2013 (17%) e 2014 (50%) foram possíveis encontrar artigos referenciando o tema, nos anos de 2015 e 2016 não foi possível encontrar pesquisas disponíveis referentes ao tema.

Gráfico 4- Anos de publicação

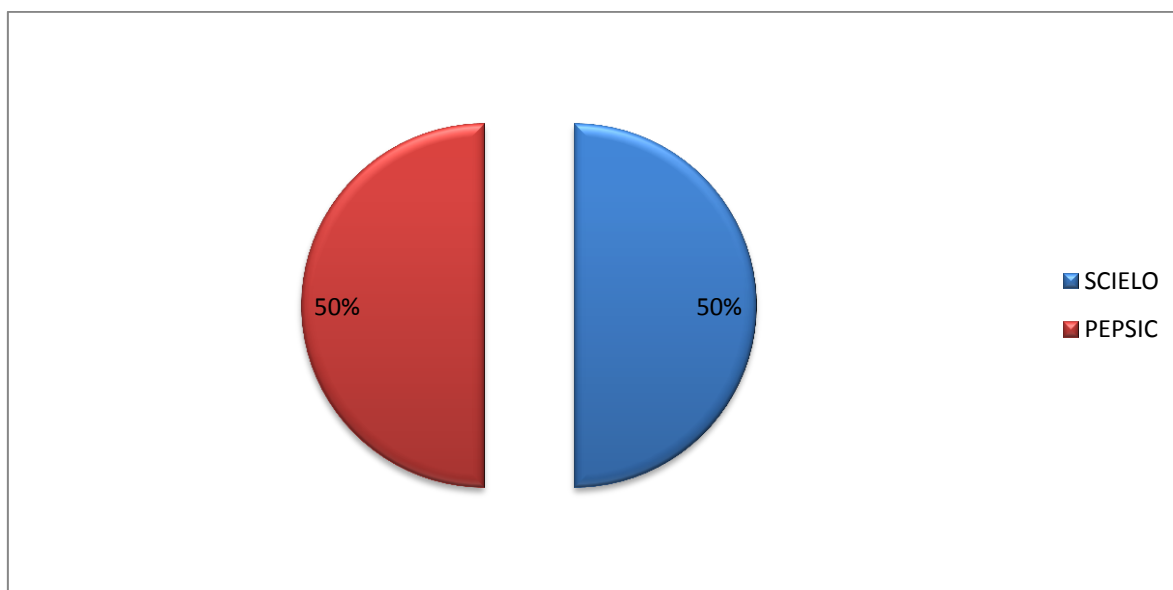
Fonte: SOUZA, Merali Alcântara de. Análise de produções sobre dependência de internet, celular e jogos: uma revisão integrativa. 2016.

No desenvolvimento desta pesquisa utilizou-se as seguintes bases de dados pepsic (50%) e scielo (50%), com o intuito de embasar e dar suporte ao credibilidade a formação deste trabalho.

Tabela 6- Base de dados

Banco de dados	Qt	%
PEPSIC	3	50
SCIELO	3	50
Total	6	100%

Fonte: SOUZA, Merali Alcântara de. Análise de produções sobre dependência de internet, celular e jogos: uma revisão integrativa. 2016.

Gráfico 5- Base de dados

Fonte: SOUZA, Merali Alcântara de. Análise de produções sobre dependência de internet, celular e jogos: uma revisão integrativa. 2016.

A tabela e gráfico abaixo apresentam a participação das pessoas no desenvolvimento de atividades de campo, e também apresentam os dados das pesquisas netnográficas, de modo que foram 359 participantes ao longo dos anos que as pesquisas foram desenvolvidas.

Participaram das pesquisas de campo tanto homens quanto mulheres de várias idades a partir de 13 anos à 58, porém o foco estava na população mais jovem dos 18 aos 28 anos que representam a geração que nasceu com acesso a internet, celular e jogos, o que nos leva a pensar que o uso contínuo juntamente com o exagero pode provocar prejuízos. Assim conforme Araujo, Vieira e Sponchiado (2013) os excessos no uso da internet, celular e jogos acontece gradativamente pela necessidade de atenção dos filhos por parte dos pais ou mesmo a solidão.

Lemos, Gama e Gouveia (2014) em sua mostra de pesquisa apresenta a

presença masculina âmbito dos jogos virtuais, pois dos 20 entrevistado 19 eram homens assim descrevem que os jogos violentos chamam atenção para a violência sendo um tema que a sociedade não explora como deveria com isso são explorados nos jogos de forma virtual e sem riscos, outro enfatiza que o que prende a atenção é a violência contida nos jogos sendo o que proporciona renda a indústria.

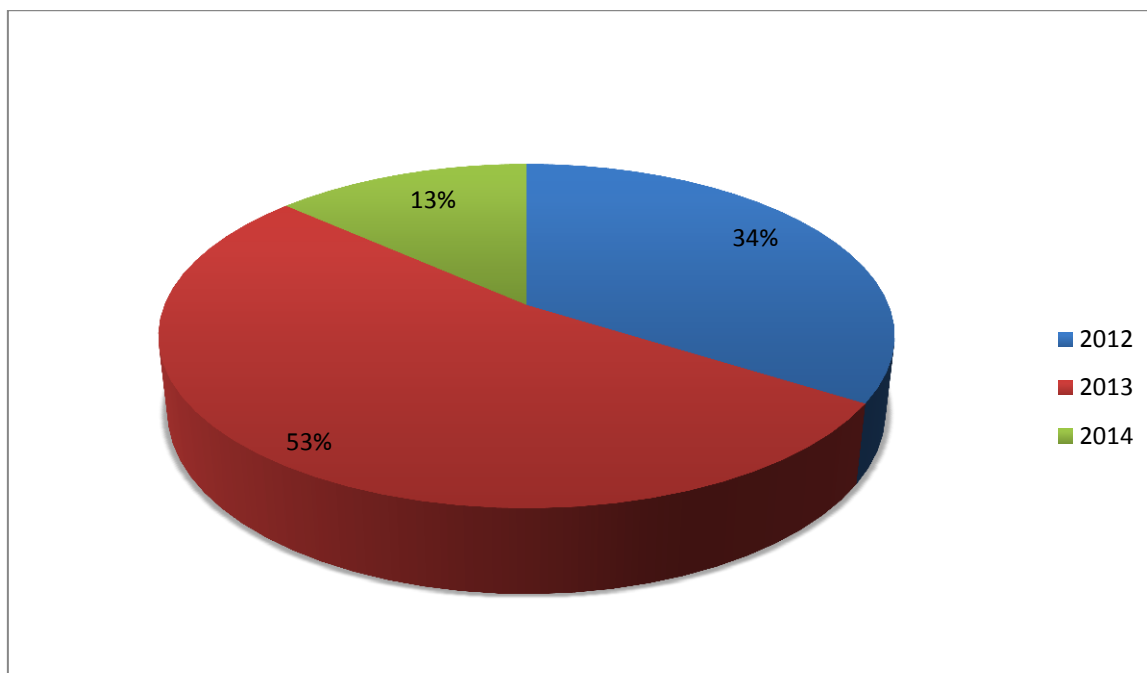
Conforme Ramos (2012) os jogos eletrônicos e virtuais pode somente influenciam na subjetividade e não na moral do ser humano assim a autora defende que primeiramente é necessário conhecer o representa as imagens violentas dos jogos para assim compreender as possibilidades de o jogador apresentar dificuldade no seu desenvolvimento, porém é importante o contexto social e familiar que o sujeito esta envolvido.

Diniz (2014, p. 62) descreve que “um importante aspecto foi o fato de os adolescentes dependentes de jogos eletrônicos apresentarem, concomitantemente, famílias disfuncionais”, assim podemos perceber a influencia do ambiente familiar na vida do sujeito.

Tabela 7- Participantes das pesquisas

Anos	Qt	%
2012	122	34
2013	189	53
2014	48	13
Total	359	100%

Fonte: SOUZA, Merali Alcântara de. Análise de produções sobre dependência de internet, celular e jogos: uma revisão integrativa. 2016.

Gráfico 6- Participantes das pesquisas

Fonte: SOUZA, Merali Alcântara de. Análise de produções sobre dependência de internet, celular e jogos: uma revisão integrativa. 2016.

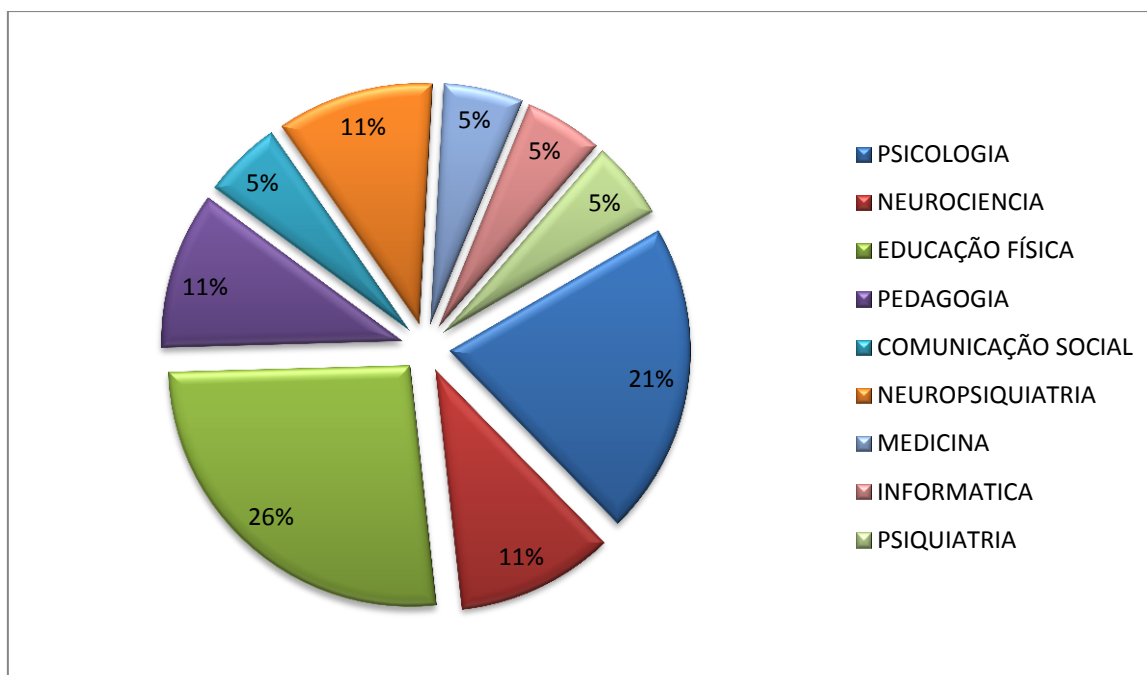
Sá (2012) e Araujo e Fortim (2013) utilizaram em sua pesquisa o método de netnografia e segundo Kozinets as “interações online são consideradas reflexos culturais que proveem profundo entendimento sobre a humanidade” (2010, p. 1) que é quando o pesquisador utiliza a própria internet como instrumentos de pesquisa, assim foram realizados questionários onde os internautas responderam de forma espontânea, a internet e o celular são ferramentas úteis no trabalho e isso faz que as pessoas estejam conectadas para a realização do trabalho e logo é usado para entretenimento e usos pessoais. Alguns entrevistados se descrevem como dependentes, mas não especificam se é nas redes sociais, em outros sites, pornografia, jogos e outros.

A dependência de celular é apontada por Abreu (2011), porém não foi possível encontrar pesquisas que apontam esta dependência sendo assim faz-se necessárias pesquisas aprofundadas para compreender quando ocorre a dependência, pois o celular pode ser utilizado para acessar a internet e para jogar sendo assim como realmente ocorre a dependência deste aparelho.

Os autores dos artigos selecionados para esta revisão são de formação e profissões diferentes como: comunicação social, psicologia, neurociências, educação física, neuropsiquiatria, medicina, pedagogia e informática, ou seja, é um

assunto pouco explorado, mas que chama atenção e preocupa profissionais de diversas áreas do conhecimento, pois pode-se considerar que esse tipo de dependência causa impacto em todos os âmbitos da vida do ser humano.

Gráfico 7- Formação acadêmica dos autores



Fonte: SOUZA, Merali Alcântara de. Análise de produções sobre dependência de internet, celular e jogos: uma revisão integrativa. 2016.

Até certo ponto é saudável o contato que o ser humano desenvolveu com a internet, pois os benefícios são diversos, porém é relevante cuidar para que o apego não seja para suprir uma relação, e suprir uma necessidade de comunicação com outras pessoas ou o medo de ficar só podendo desenvolver dependência não química. Abreu e Young (2011) apontam que apesar de que o mundo que vivemos estimular o uso do aparelho celular e a conexão 24 horas na internet previne para tomar cuidado, pois afeta o psicológico e aparentemente a pessoa se encontra bem, porém a psique pode precisar de ajuda profissional.

Fortim e Araújo (2013) apresentam que a internet em si não é nociva, mas é necessário ter cautela com o seu uso, pois se a pessoa estiver vulnerável ou mesmo fragilizada e se apegar a internet celular e jogos como uma forma de proteção, isso pode causar graves prejuízos na vida pessoal e social. Os autores concluem ainda as dependências de internet, celular e jogos precisa de cuidado e que as consequências podem ser avassaladoras, porém outros acreditam que é

necessário uma busca detalhada e um estudo de longo prazo com profundidade e riqueza de detalhes para se chegar a uma conclusão.

Conclui-se que há participação de profissionais brasileiros atuando como pesquisadores a respeito da dependência de internet, celular e jogos, porém ainda são poucos e distribuídos em poucas regiões do país de forma que é relevante explorar o tema e as relações estabelecidas no ambiente virtual.

7 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao longo do desenvolvimento deste trabalho foi possível perceber que a internet, o celular e os jogos têm presença marcada na vida diária de milhares de pessoas, e que o período de tempo utilizando esses dispositivos pode ser motivado pelo trabalho que é onde passamos aproximadamente dez horas e que é necessário cumprir metas, são utilizados também para desenvolver trabalhos escolares e acadêmicos, e quando sobra um tempo é utilizado para diversão e entretenimento, ou seja, já esta tão presente no cotidiano que algumas vezes não conseguimos perceber a proporção e o tempo que tomou em nossas vidas, sendo assim é possível desencadear dependências (ABREU E YOUNG, 2011).

É quase impossível descrever internet sem associar ao celular e os jogos, pois a internet pode ser acessada pelo celular, computador, tablet e o mesmo pode se dizer dos jogos de modo que o celular pode ser considerado veículo para este contato. Ao longo dos anos foi possível perceber o salto que as tecnologias tiveram como o desenvolvimento e aprimoramento na comunicação assim modernizaram e facilitaram a vida diária de milhares de pessoas. E dentre estes aprimoramento a internet proporcionou o conhecimento do mundo sem a pessoa sair de casa, com isso começou-se a virtualizar serviços, desenvolver relações por meio das redes sociais possibilitando assim um apego (para pagamento de contas, compras, redes sociais, vender, realizar marketing e outros) cada vez maior pela internet e as praticidades que ela fornece (BARIFOUSE E AYUB 2013).

É notória a presença dos celulares, internet e jogos no dia-a-dia, pois a conexão é cada vez mais pratica e de fácil acesso, um exemplo disso é nos comerciais apresentados na televisão onde para estar em sintonia com o mundo é necessário uma ótima internet. As diversas propagandas de aplicativos que vão facilitar e trazer segurança no dia-a-dia como podemos citar o Itaú que apresenta o cartão digital que o numero do cartão é gerado somente para uma compra, a claro que em sua propaganda descreve o aprimoramento de serviços por que esta suprindo uma necessidade e que é uma exigência das pessoas, ou seja, a busca por aprimorar e ganhar cada vez mais pessoas aderindo aos pacotes promocionais está crescendo.

Os benefícios dessas tecnologias são diversos, na saúde, na educação,

proporciona praticidade, sempre pensando no bem-estar dos seres humanos, mas se pensarmos o quanto as tecnologias fazem parte do cotidiano é relevante conhecer completamente os benefícios e também os malefícios provocados pelo mau uso.

Pesquisas estão sendo realizadas para conhecer as contribuições dos jogos na área da saúde, atualmente são utilizados em tratamento de doenças degenerativas como: Parkinson, Alzheimer, acidente vascular cerebral ou lesão cerebral traumática e que podem auxiliar na reabilitação de áreas do cérebro que foram comprometidas pela doença, ou seja, os jogos estão deixando de ser brincadeira de criança e adultos desocupados para ser de utilidade, pois ao mesmo tempo em que as pessoas realizam tratamentos também se divertem o que contribui na qualidade de vida (ARDUINI, 2015).

É necessário tomar cuidado para não exagerar nos usos das tecnologias, pois da mesma forma que foram criadas com o intuito de proporcionar qualidade de vida, ser uma fonte de entretenimento e outros, é relevante cuidar para que os impactos na comunicação não cheguem a casos extremos, e que possamos cuidar das relações reais e também as virtuais, porém não se prender somente as relações virtuais e perder o contato físico e as relações fora do universo virtual (BARBOSA, 2014).

Como a internet, celulares estão presentes no trabalho, na escola, algumas pessoas também utilizam em seu tempo livre, ao passar um período esse uso pode se transformar excesso e desencadear uma dependência. E sendo tão utilizadas na vida diária algumas pessoas quando conseguem perceber começa o momento de negação tentando justificar suas ações e algumas vezes não buscam ajuda.

É relevante realizar um trabalho de redução de danos de maneira a conscientizar a sociedade dos riscos e que as tecnologias com certeza apresentam benefícios, porém o exagero pode desencadear uma patologia, ou dependência.

REFERÊNCIAS

ABREU, Cristiano Nabuco de; YOUNG, Kimberly S. pensamentos finais e futuras implicações. In ABREU, Cristiano Nabuco de; YOUNG, Kimberly S. e colaboradores. **Dependência de internet manual e guia de avaliação e tratamento**. Artmed. Porto Alegre, 2011.

ABREU, Cristiano Nabuco. Dependência de internet. In _____. EISENSTEIN, Evelyn; ESTEFENON, Susana Graciela (org.). **Vivendo esse mundo digital impactos na saúde, na educação e nos comportamentos sociais**. Artmed. Porto Alegre, 2013. P. 95-103.

ABREU, Cristiano Nabuco; EISENSTEIN, Evelyn; ESTEFENON, Susana Graciela org. **Vivendo esse mundo digital impactos na saúde, na educação e nos comportamentos sociais**. Artmed. Porto Alegre, 2013.

ARAUJO, Ceres Alves de FORTIM, Ivelise. Aspectos psicológicos do uso de internet. **Boletim-Academia de psicologia**. São Paulo, 2013. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-711X2013000200007> acesso em 30 de maio de 2016.

ARAUJO, Renata Brasil; LEITE, Leticia; ROCHA, Sabrina M. Oliveira Da. Entrevista diagnóstica-iniciando o trabalho da terapia cognitivo-comportamental. In: ARAUJO, Renata Brasil; LEITE, Leticia; ROCHA, Sabrina M. Oliveira Da. **Guia de terapias cognitivo-comportamental para os transtornos do exagero: tratando pacientes da vida real**. Sinopsys, Novo Hamburgo, 2013. p. 21-51.

ARAUJO, Renata Brasil; SANTOS, Lucena Paola; SILVA, Ruana Barrera P.; NEUBERGER, Jorge Romeu da Costa. Caso clínico: transtorno esquizoafetivo, dependência de tabaco e jogo patológico- utilização simultânea de diferentes abordagens cognitivo-comportamentais. In: ARAUJO, Renata Brasil; LEITE, Leticia; ROCHA, Sabrina M. Oliveira Da. **Guia de terapias cognitivo-comportamental para os transtornos do exagero: tratando pacientes da vida real**. Sinopsys, Novo Hamburgo, 2013. p. 227-250.

ARAUJO, Renata Brasil; VIEIRA, Breno Sanvicente; SPONCHIADO, Aline Romani. Caso clínico: manejo de contingência e prevenção à recaída em um caso de dependência de internet e de sexo. In: ARAUJO, Renata Brasil; LEITE, Leticia; ROCHA, Sabrina M. Oliveira Da. **Guia de terapias cognitivo-comportamental para os transtornos do exagero: tratando pacientes da vida real**. Sinopsys, Novo Hamburgo, 2013. p. 209-225.

ARDUINI, Lilian et al. Pacientes com a Doença de Parkinson são capazes de melhorar seu desempenho em tarefas virtuais do Xbox Kinect: “uma série de casos”. **Motricidade**. Vol. 11, n.3, pp.68-80, edições desafio singular, Brasília, 2015.

BARBOSA, Marielle Kellermann. Tecnologia e subjetividade. **Psique ciência e vida**. Oceano. Ano VIII edição 105. São Paulo, 2014.

BARIFOUSE, RAFAEL; AYUB, ISABELLA. O celular que escraviza: Eles roubam nosso tempo, atrapalham os relacionamentos e podem até causar acidentes de trânsito. Quando é a hora de desligar? **ÉPOCA**. 2012 Rio de Janeiro. Disponível em <<http://revistaepoca.globo.com/vida/noticia/2012/06/o-celular-que-escraviza.html>> acesso em 30 de maio de 2016.

BLINKA, Lukas; SMAHEL, David. Dependência virtual de role-playing games. In: ABREU, Cristiano Nabuco de; YOUNG, Kimberly S. e colaboradores. **Dependência de internet manual e guia de avaliação e tratamento**. Artmed. Porto Alegre, 2011. p. 98-118.

BONNET, Julia Coutinho; HARRIS, Elisabeth Rose Assumpção; RETONDAR, Jeferson José Moebus. Jogos eletrônicos: corporeidade, violência e compulsividade. **Revista brasileira de ciência do esporte**. Rio de Janeiro, 2014. Disponível em <<http://www.rbceonline.org.br/pt/jogos-eletronicos-corporeidade-violencia-e/articulo/S0101328915001353/>> acesso em 29 de maio de 2016.

CARDOSO, Adriana. MACHADO, Sérgio. MAIA, Ana Claudia de Ornelas. A relação do indivíduo com o celular e implicações para a saúde mental. In CARDOSO, Adriana. MACHADO, Sérgio. MAIA, Ana Claudia de Ornelas. **Nomofobia dependência do computador, internet, redes sociais? Dependência do telefone celular?** Editora atheneu, São Paulo, 2014. 191-198.

CARVALHO, Rachel de; SILVA, Michelly Dias da; SOUZA, Marcela Tavares de. Revisão integrativa: o que é e como fazer, **Einstein**, 8 (1 Pt 1) 102-6, São Paulo, 2010. Disponível em <http://www.scielo.br/pdf/eins/v8n1/pt_1679-4508-eins-8-1-0102.pdf> acesso em 28 de maio de 2016.

DINIZ, Paula Rejane Beserra et al. Neuroimagem na dependência de jogos eletrônicos: uma revisão sistemática. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**. Rio de Janeiro, 2014. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0047-20852014000100057&lng=pt&nrm=iso&tlng=en> acesso em 29 maio 2016.

EUGÊNIO, Tiago J. B. Videogames mudam o seu cérebro. **Psique ciência e vida**.

Ano VIII edição 106. Oceano. São Paulo 2014.

FEDELI, Ricardo Daniel; PERES, Fernando Eduardo; POLLONI, Enrico Giulio Franco. **Introdução á ciência da computação**. Cengage Learning, 2º edição, São Paulo, 2011.

GAMA, Lynn Rosalina; GOUVEIA, Raimundo Cândido de; LEMOS, Igor Lins. As representações sociais de violência dos usuários de jogos eletrônicos. **Gerais: revista institucional de psicologia**. Salvador, 2014. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-82202014000200008&lng=pt&nrm=iso> acesso em 29 de maio de 2016.

GAMA, Marco Antônio Chave. Outros riscos psiquiátricos e da saúde mental. In ABREU, Cristiano Nabuco de; YOUNG, Kimberly S. e colaboradores. **Vivendo esse mundo digital impactos na saúde, na educação e nos comportamentos sociais**. Artmed. Porto alegre, 2013. p. 125-133.

GRIFFITHS, Mark; dependência de jogos de azar na internet. In ABREU, Cristiano Nabuco de; YOUNG, Kimberly S. e colaboradores. **Dependência de internet manual e guia de avaliação e tratamento**. Artmed. Porto Alegre, 2011. p. 119-143.

KOZINETTS, Robert V. **Netnografia**: a arma secreta dos profissionais de marketing como o conhecimento das mídias sociais gera inovação. 2010 disponível em <http://bravdesign.com.br/wp-content/uploads/2012/07/netnografia_portugues.pdf> acesso em 05 de junho de 2016.

LOUSANA, Fernando. Efeitos do videogame. **Mente e cérebro**. Ed. 233, Pinheiros, São Paulo, 2012.

MANUAL DIAGNÓSTICO E ESTATÍSTICO DE TRANSTORNOS MENTAIS: **DSM-5**. Tradução: NASCIMENTO, Maria Inês Corrêa... et al. Porto Alegre. 2014.

MARCONI, Marina de Andrade; LAKATOS, Eva Maria. **Metodologia científica**. Atlas. São Paulo. 2004.

MENDES, Hemerson Ari. Psicanálise para além do divã. **Psique ciência e vida**. Oceano. Ano VIII edição 98. São Paulo, 2014.

MINAYIO, Cecília de Souza (org); GOMES, Suely Ferreira Deslandes. **Pesquisa social teoria, método e criatividade**. Vozes. Rio de janeiro, 2009.

NARDI, Anna Lucia Spear; KING, Antonio Egidio. As novas tecnologias e os impactos clínicos, cognitivo-comportamentais, sociais dos indivíduos. In CARDOSO, Adriana. MACHADO, Sérgio. MAIA, Ana Claudia de Ornelas. **Nomofobia dependência do computador, internet, redes sociais? Dependência do telefone celular?** Editora Atheneu, São Paulo, 2014. p. 29-39.

RAMOS, Daniela Karine. Jogos eletrônicos e juízo moral: um estudo com adolescentes do ensino médio. **Psicologia: teoria e prática**. Santa Catarina, 2012. Disponível em <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/ptp/v14n1/v14n1a08.pdf>> acesso em 29 de maio de 2016.

ROSADO, Luís Alexandre da Silva; TOMÉ, Vitor Manuel Nabais. As redes sociais na internet e suas apropriações por jovens brasileiros e portugueses em idade escolar. **Revista brasileira estudos pedagógicos**. Brasília v. 96, n 242, 2015.

ROTHER, Edna Terezinha. Revisão sistemática X Revisão narrativa. **Acta Paulista de Enfermagem**, vol.20, núm. 2, 2007. Pp. v-vi. São Paulo.

SÁ, Gustavo Malafaya. Á frente do computador: a internet enquanto produtora de dependência e isolamento. **Revista da faculdade de letras da universidade do porto**, vol. XXIV 2012 pág. 133-147, Lisboa. Disponível em <<http://ler.letras.up.pt/uploads/ficheiros/10761.pdf>> acesso em 30 de maio de 2016.

SILVA, Carlos Roberto Lyra da; SILVA, Roberto Carlos Lyra da; VIANA, Dirce Laplaca. Compacto Dicionário ilustrativo de saúde. Yendis editora Ltda., 3º ed. São Paulo, 2008.

SPRITZER, Daniel Tornaim; PICON, Felipe. Dependência de jogos eletrônicos. In. ABREU, CRISTIANO NABUCO; EISENSTEIN, EVERLYN; ESTEFENON. SUSANA GRACIELA (org.). **Vivendo esse mundo digital impactos na saúde, na educação e nos comportamentos sociais**. Artmed. Porto alegre, 2013. p. 116-123.

YOUNG, Kimberly S. Avaliação clínica de clientes dependentes de internet. **Dependência de internet manual e guia de avaliação e tratamento**. Artmed. Porto Alegre. 2011. p.36-53.

YOUNG, Kimberly S; YUE, Xiao Dong; LIYING. Estimativas de prevalência de modelos etiológicos da dependência de internet. . In: ABREU, CRISTIANO NABUCO DE; YOUNG, KIMBERLY S. E COLABORADORES. **Dependência de internet manual e guia de avaliação e tratamento**. Artmed. Porto Alegre, 2011. p. 19-35.