

Seis a cada dez crianças de 9 a 10 anos jogam online; vício preocupa

Sociedade

Vício de crianças em jogos online preocupa pais e motiva alerta

Quatro em cada dez se conectam diariamente, e hábito avança conforme a idade; dependência pode levar ao quadro chamado de gaming disorder



VICTORIA LACERDA

De acordo com o estudo TIC Kids Online, de 2022, 44% das crianças e adolescentes de 9 a 17 anos relataram participar de jogos na internet...

Supervisionar o consumo dos jogos online e avaliar a maturidade da criança e do adolescente durante o acesso são práticas indispensáveis...

Conselho aos pais Para especialistas, é importante não julgar nem tentar diminuir valor do jogo para a pessoa

Segundo o documento da Sociedade, além dos aspectos positivos, "não há evidências de que os games, quando utilizados de forma adequada, afetem negativamente a proximidade familiar e o engajamento escolar".

ra", diz Eduardo Jorge Custódio, professor da Faculdade de Ciências Médicas da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ) e pesquisador do Grupo de Trabalho sobre Saúde na Era Digital da SBP.

Mas o exagero pode transformar esse cenário. Nesses casos, os jogos podem causar problemas como distúrbios do sono, inatividade física, transtornos de humor e até o chamado gaming disorder, um quadro caracterizado como dependência de uso recorrente e persistente da internet para games.

SINAIS DE ALERTA. Caso não consiga a colaboração da criança ou do adolescente para o teste, existe outra maneira de suspeitar que o uso de games passou do limite. Na 11.ª revisão da Classificação Estatística Internacional de Doenças (CID-11), a Organização Mundial da Saúde (OMS) reconheceu o gaming disorder como um distúrbio de saúde mental.

E ficou estabelecido que dá para caracterizar o problema quando há, obrigatoriamente, a presença de três comportamentos centrais por pelo menos 12 meses, em um padrão persistente. O primeiro comportamento é o adolescente jogar por mais tempo do que tinha planejado e não conseguir parar na hora estabelecida, configurando perda de controle.

Teste para adolescentes

Perguntas a responder Você se sente preocupado com o seu comportamento em relação aos jogos eletrônicos? (Alguns exemplos: Você fica pensando na partida anterior, ou no que irá fazer na próxima partida? Acha que o jogo se tornou a principal atividade em sua vida diária?)

Você sente mais irritação, ansiedade ou mesmo tristeza quando tenta jogar menos ou parar de jogar?

Sente necessidade de passar cada vez mais tempo jogando para satisfação ou prazer?

Falha quando tenta controlar sua participação em jogos ou parar de jogar?

Perdeu o interesse em passatempos anteriores e outras atividades de entretenimento por causa do jogo?

Continuou a jogar, mesmo

sabendo que estava causando problemas entre você e outras pessoas?

Você já escondeu dos seus familiares, terapeutas ou de outras pessoas a quantidade de tempo que estava jogando?

Você joga para temporariamente escapar, ou aliviar algum sentimento negativo (como culpa, ansiedade)?

Você colocou em risco ou perdeu um relacionamento importante, um emprego, uma oportunidade de estudo ou de carreira por causa do jogo?

Use para cada resposta: nunca, raramente, algumas vezes, frequentemente, muito frequentemente. O resultado está em estado.com.br.

FONTE: Adaptado de Severo RB, Barbosa APm, Fouhy DC, et al. Development and psychometric validation of internet gaming disorder scale-short form (IGDS-SF) in a Brazilian sample. addict behav 2023;130:10619.

dessa atividade, mesmo quando já se notam os problemas ou seja, o jovem continua jogando, e há prejuízos familiares, sociais, educacionais ou em outras esferas.

LAZER SEGUIDO DE PERTO. Segundo a psicóloga Luiza Brandão, doutora em Psicologia Clínica pelo Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo (USP), os pais e responsáveis devem manter conversas com as crianças e os adolescentes sobre esse passatempo. "Podemos incentivá-los a procurar por novos jogos sempre,

mas é preciso avaliar as escolhas com cuidado", afirma. Além disso, ela aconselha que os adultos estabeleçam regras, como um limite de tempo diário das telas.

Segundo os especialistas do Departamento de Medicina do Adolescente da SBP, responsáveis pela publicação, é fundamental entender que os instrumentos tecnológicos são, em princípio, "neutros" e adquirem significado "positivo ou negativo" conforme seu uso. "Esse conceito alerta para que não se assumam uma postura maniqueísta, apresentando jo-

gos eletrônicos, mídias sociais e outros dispositivos eletrônicos sempre como vilões", relata o texto.

Se os pais notarem um abuso claro e impactos em vários setores da vida, é fundamental buscar o apoio de um pediatra para avaliar corretamente. Isso porque, a despeito das queixas frequentes de muitos pais sobre o tempo dedicado aos games, na maioria das vezes a família não vivencia consequências negativas. De acordo com o documento da SBP, ao considerar estudos mais rigorosos, a prevalência mundial de gaming disorder é de 1,9%. Por isso, Custódio acredita que o maior conhecimento sobre o tema contribui para capacitar pais, escolas e profissionais de saúde na prevenção e na identificação do problema.

CAUTELA. Entre suas orientações, a sociedade de pediatras destaca que jogar não é perda de tempo; aliás, pode ser um tempo precioso, divertido e prazeroso. Além disso, os games podem ser usados de forma educativa. Para os especialistas, uma atividade como essa pode aproximar gerações, sendo que o adolescente será o protagonista do saber diante de um familiar ou adulto que não é um nativo digital.

Diante de alguém que pode estar fazendo um uso problemático de jogos, é importante não julgar nem tentar diminuir a importância do jogo para a pessoa. É necessário atentar para a classificação indicativa e o conteúdo dos jogos, pois nem tudo é adequado para crianças e adolescentes de todas as idades. Por fim, classificação indicativa não substitui o cuidado dos pais/cuidadores: conversar é o caminho. ●

Veículo: Impresso -> Jornal -> Jornal O Estado de S. Paulo

Seção: Metrópole Caderno: A Pagina: 16