

Distúrbios psicológicos causados pelo celular

Entrevistado: Psicólogo Luiz Ricardo Vieira Gonzaga

Repórter: Bruna Nunes Entrevista em 22/07/09

Mídia: Rádio da Universidade Metodista (UMESP)

- O uso do aparelho celular pode se tornar um vício ou trazer algum distúrbio psicológico?

Psicólogo: Antes de determinar se um aparelho celular causou distúrbios psicológicos em um indivíduo é necessário investigar se o mesmo não apresenta alguma "pré-disposição", para tal. Ou seja, se ela já é predisposta a algum transtorno psicológico. É uma linha muito tênue que irá determinar se aquele uso é normal ou patológico.

Geralmente para se enquadrar em algum transtorno psicológico nós nos baseamos através dos manuais de psiquiatria como o DSM IV e o CID-10 da Organização Mundial de Saúde. Por ex, para um indivíduo que se enquadra como TOC, para o DSM-IV as principais características seriam a presença de obsessões/compulsões graves que o comprometem socialmente. As obsessões seriam idéias intrusivas , são os pensamentos, sem sentido recorrentes e persistentes, sem nexos, mas que parecem como verdades para o sujeito. Já as compulsões remetem ao comportamento, ato repetitivo e sem propósito de aspecto ritualístico que visam amenizar a ansiedade e a neutralização daqueles pensamentos. Por exemplo: Quem possui esse transtorno poderá utilizar o celular como meio de neutralizar essas obsessões para precaver-se que algo ruim possa lhe acontecer apesar de não haver uma conexão real que aquele ato possa preveni-lo de algo. a maioria das vezes esses atos ritualísticos consomem uma grande parte do tempo e causam grande estresse ao indivíduo.

- A partir de quais sintomas a pessoa pode ser considerada viciada?

Psicólogo: É quando esse uso acarreta em prejuízo social ao indivíduo e na mudança do seu comportamento. Por ex. se o indivíduo passa a evitar o contato com o outro, deixando de se relacionar, quando ele evita reuniões sociais, lugares públicos e opta por fazê-lo mediado pelos meios tecnológicos, por exemplo, os sites de relacionamento, o famoso chat online.

Se o adulto ou adolescente deixa também de executar funções primordiais no dia a dia como, se alimentar, estudar, dormir, cuidados com a higiene, etc.

- Os aparelhos tecnológicos geram distanciamento ou aproximação social?

Psicólogo: Se pensarmos no aparelho celular, é notório que sua principal função seria a aproximação social. Ele pode ser destacado como um dos principais instrumentos de comunicação, pois ele se tornou uma ferramenta fundamental na agilidade dos processos da vida diária já que o tempo se tornou o nosso principal vilão. Hoje se busca a praticidade, a agilidade, o diferencial e a dinamicidade.

O celular tornou-se um marco que delimita tanto o *status* social a qual o usuário pertence como o estilo de vida dele. Por exemplo: No primeiro, um usuário que possui um aparelho “top de linha” de uma determinada marca com certeza ganha mais que 2 salários mínimos.

Em relação ao estilo de vida do usuário, uma pessoa que é mais dinâmica, independente, vai optar por um celular com recursos que ela possa utilizá-lo a seu favor como: transações bancárias online, MP3, memória expansível para armazenamento de arquivos, etc.

Já um adolescente já vai querer um celular mais despojado com MP3, quadriband, jogos, etc. Uma garota, por exemplo, vai optar pelo design do aparelho, a cor, etc.

E as empresas que têm um olhar neste mercado sempre irão lançar modelos que tenham sempre um recurso novo para que esses usuários fiquem motivados a adquirir novos aparelhos: é a lei da oferta e da procura.

De acordo com a abordagem comportamental, podemos discriminar o objeto celular como um reforço positivo, que seria tudo aquilo que aumenta a frequência de um dado comportamento, no caso o comportamento de usá-lo (falar ao celular). Esses esquemas de reforço vão sendo fortalecidos na medida em que o usuário o utiliza frequentemente. Outras variáveis também irão fazer parte deste esquema de reforço que seria o reforço social, ou seja, por ter um celular moderno ou pelo fato de ter um, o contato impessoal com o outro usuário, as facilidades também que a operadora provém ao usuário como o acesso online, MSN, chat, e-mail, pagamentos *online*, bônus, etc.

Então são alguns destes fatores que irão fortalecer esse comportamento de usar o celular tornando-o fundamental no nosso dia-a-dia.

- Por que o celular se tornou fundamental?

Psicólogo: Em primeiro lugar pela versatilidade e comodidade que ele fornece. Os indivíduos buscam cada vez mais otimizar seu tempo, não podemos negar que diante desta afirmativa, o celular se tornou um excelente instrumento. E comum agendar e desmarcar compromissos através do celular e, muitas vezes, sem que haja a necessidade de falar com a pessoa interessada, utilizando-se apenas um dos recursos que o aparelho disponibiliza como o *SMS*.

O aparelho deixou de ser apenas um meio de comunicação, tornando-se uma fonte também de entretenimento com novas versões e diferentes funções. Podemos citar as funções de *MP3*, Câmera, jogos, *Bluetooth* etc. Além das facilidades que a operadora provém ao usuário como o acesso *online*, *MSN*, *chat*, *e-mail*, pagamentos *online*, bônus, etc.

- A tecnologia atualmente é bem ou mal utilizada?

Isso é relativo. Por exemplo: no caso da internet, alguns usuários se utilizam de *softwares* para aplicar golpes como sites falsos de bancos e lojas, ou até mesmo falsos perfis em sites de relacionamento, que denigrem e a reputação de outros. Por outro lado, este mesmo instrumento tem se mostrado muito útil nos dias de hoje: Quem não precisou enviar algum documento ou relatório com urgência por *e-mail*?

No caso do celular, segue esta mesma linha de raciocínio, como facções nas cadeias públicas que aplicam golpes de falso sequestro ou se identificando como funcionários de empresas fictícias ou conhecidas.

Então, a tecnologia abre portas tanto para quem as utiliza para o favorecimento ilícito ou para prejudicar terceiros como para pessoas que buscam melhorias e benefícios para si e para os outros agregando valor a sua vida pessoal e profissional.

- A partir de qual idade seria mais ideal obter um celular? (devido às crianças que também estão se tornando viciadas).

Psicólogo: Essa é uma decisão particular que dependerá muito da dinâmica de cada família, porém, acredito que o principal é instruir essa criança sobre a real utilização do aparelho podendo negociar com ela essa fase de uso, seja como uma maneira de informar aos pais sobre o paradeiro da criança (hoje existem serviços de algumas operadoras como o GPS pelo celular) ou simplesmente caracterizá-lo como parte de um determinado grupo de pares (amigos).

- Há prejuízo na saúde física do indivíduo?

Psicólogo: Podemos elencar alguns estudos neste campo. Em uma matéria veiculada pela BBC do Brasil, por exemplo, um estudo realizado na Finlândia mostrou que o uso de celulares pode afetar a saúde dos usuários. Foi a primeira vez que cientistas mensuraram os efeitos da radiação em células humanas (no cérebro) e não apenas em infrahumanos (ratos). A pesquisa aponta que mesmo as baixas emissões causam danos ao cérebro comprometendo a chamada barreira de segurança que impede que substâncias nocivas do sangue entrem no cérebro. Mesmo assim, o pesquisador Darius Leszczynski que liderou a pesquisa comenta que o estudo ainda não é conclusivo. Ele aponta que os resultados são de testes de laboratório com células humanas, onde as variáveis externas são controladas e que é preciso realizar novos estudos para avaliar se os efeitos realmente afetam os humanos, pois precisaria de pessoas para saber se a barreira do sangue é afetada realmente. Por fim, ele comenta que o cérebro ainda é um enigma e em relação aos aparelhos celulares o uso é seguro, pois não há prova científica que justifique a sua limitação.

Outra pesquisa divulgada pelo *The Jerusalem Post* e no *American Journal of Epidemiology* realizada pela cientista israelense Siegal Sadetzki, em Tel Aviv, atestou que o uso freqüente e prolongado do telefone celular contribui para o desenvolvimento de tumores benignos e malignos nas glândulas salivares. Ela diz que quem usa o celular com freqüência tem uma chance 50% maior de desenvolver um tumor nas parótidas (glândulas situadas dos dois lados do rosto) do que aqueles que não usam o aparelho. Ela salienta que os usuários freqüentes que moram em áreas rurais estão mais susceptíveis ao risco, pois os celulares emitem mais radiação para compensar a falta de antenas.

Já o *FDA* (Foods and Drugs Administration) que seria um órgão regulador nos EUA eles obrigam as empresas produtoras de celulares que informem aos usuários o nível de emissão de ondas eletromagnéticas *RF* (radiofrequency energy) e que os produzam a níveis toleráveis para o uso. Ela também participa de um grupo que são responsáveis por diferentes aspectos da segurança de emissão das ondas eletromagnéticas (RF)

Há outra comissão reguladora denominada *FCC* (Federal Communications Commission) que regulamenta que todos os celulares que são vendidos nos Estados Unidos estão dentro das normas legais da *FCC* e da emissão eletromagnética (RF). A *FCC* também regulamenta as antenas de transmissão que tem um poder de emissão eletromagnética maior que os

celulares, mas que essa emissão é baixa para os usuários já que a antena é montada como uma torre ou em outra estrutura que ficam distantes do público.

Outro pesquisador do Centro Médico da universidade de Wisconsin nos EUA, Prof. John Moulder, concluiu que na imensa maioria dos trabalhos não se conseguiu demonstrar que campos de radiofrequência semelhantes aos da telefonia celular tenham qualquer efeito sobre o aparecimento de tumores ou maior taxa de crescimento de tumores já existentes, ou que ainda tenham efeitos genotóxicos (quebra do DNA em células) ou teratogênicos (causadores de malformações fetais), in vitro (em culturas de células) ou in vivo (em animais vivos). Os dados de mais de 100 estudos científicos sugerem que a RF não causa mutações diretamente, e que efeitos adversos aparecem somente em altíssimos níveis de potência, pois elas irradiam com baixa potência e intermitentemente, em várias direções.

É sempre bom ter precauções como usar os acessórios para o celular (capa, fone auricular, suporte veicular, etc.) e evitar chamadas prescindíveis.