

TERAPIA HOLÍSTICA /CONSTELAÇÃO FAMILIAR NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE DA CRIANÇA E DO ADOLESCENTE DEPENDENTE DE JOGOS ELETRÔNICOS

Alexandar Maria de Carvalho Alves¹; Geisla Aparecida de Carvalho²; Yasmin Carvalho Alves³.

¹Professora da Escola Estadual Lauro Fontoura, Uberaba. <http://lattes.cnpq.br/8083470289858026>

²Professora da Escola Estadual Professor Chaves, Uberaba. <https://lattes.cnpq.br/7413216096332744>

³Graduanda em Pedagogia pela Claretiano- Uberaba.

PALAVRAS-CHAVE: Terapia Holística na Atenção Primária. Saúde Mental da Criança e do Adolescente. Jogos Eletrônicos.

ÁREA TEMÁTICA: Educação em Saúde.

DOI: 10.47094/IICOLUBRASC.2024/RE/222

INTRODUÇÃO

Com o crescimento das tecnologias, o uso de jogos digitais por crianças e adolescentes tornou-se comum. Este estudo, baseado em revisão bibliográfica, examina os efeitos desses jogos na saúde mental, abordando benefícios e riscos. Especialistas apontam consequências negativas, como dependência, comorbidades, menor socialização e dificuldades no aprendizado. No entanto, outros defendem o uso moderado dos jogos como ferramenta de lazer, aprendizado e socialização. A pesquisa destaca a importância de um equilíbrio entre o uso saudável e os possíveis impactos negativos do tempo excessivo dedicado aos jogos digitais. Especialistas afirmam que o comportamento de adolescentes com dependência de jogos é caracterizado por alterações em aspectos fundamentais, como alimentação, hábitos de sono, convivência familiar, interações sociais e rendimento escolar, que apresentam queda drástica. Para abordar a questão norteadora do estudo, “Como tratar o vício? recomenda-se procurar um profissional de saúde mental, que pode classificar a condição como vício e propor intervenções adequadas.

Mendes, KD (2018 p.17), destacam que os videogames ganharam destaque na década de 1970 e, com a internet, muitos jovens passaram a exagerar no tempo dedicado a essa atividade. Disponíveis em diversas plataformas, os jogos digitais, quando usados de forma controlada, oferecem benefícios. No entanto, o uso excessivo pode prejudicar o desenvolvimento biopsicossocial de crianças e adolescentes.

Segundo Dias et al. (2021 p.24), jogos com finalidades educativas promovem criatividade, autonomia e socialização, mas, quando são a principal atividade, podem comprometer a saúde mental, exigindo intervenções.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) reconhece o “gaming disorder” como um transtorno caracterizado pela falta de controle sobre o tempo dedicado aos jogos, priorizando-os em detrimento de outras atividades. Esse comportamento compulsivo gera problemas psicológicos, sociais e fisiológicos, afetando o bem-estar. O descontrole e a intensificação desse comportamento podem gerar consequências negativas profundas, como o isolamento social e dificuldades no rendimento escolar.

No Brasil, a CID-11 inclui o transtorno de jogo eletrônico como uma condição de saúde mental (Dias et al., 2021). A literatura associa baixa autoestima, ansiedade, depressão e bullying ao uso excessivo de jogos, especialmente entre jovens. Jogos digitais são frequentemente uma forma de escape, oferecendo controle e satisfação frente às frustrações diárias.

Com dois bilhões de jogadores no mundo, muitos adolescentes e jovens adultos apresentam perfis de risco para dependência, especialmente os impulsivos. Esse cenário destaca a importância do monitoramento, especialmente nas escolas, onde educadores e gestores têm um papel crucial na identificação de comportamentos problemáticos e seus impactos no aprendizado.

De acordo com Braccialli et al. (2020 p. 16-1), a OMS, classifica os comportamentos compulsivos relacionados aos jogos eletrônicos como uma doença. O uso abusivo desses jogos pode gerar uma série de prejuízos, como a perda de controle sobre o tempo de uso, a negligência de responsabilidades e a priorização dos jogos em detrimento de atividades educacionais, sociais e familiares. Além disso, o adolescente dependente pode apresentar sintomas de abstinência quando afastado dos jogos, como irritabilidade, ansiedade e insônia, sintomas que se assemelham àqueles observados em outros tipos de dependências, como a química.

A dependência de jogos eletrônicos está relacionada à liberação de dopamina durante o ato de jogar, criando uma associação cerebral com prazer e levando à obsessão. Essa dependência afeta não apenas o ambiente virtual, mas também as relações sociais, familiares e o desempenho escolar. O tratamento deve ser multidisciplinar, envolvendo profissionais da saúde mental e educação. A Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) é eficaz na identificação de gatilhos e controle do comportamento compulsivo. Em casos graves, acompanhamento psiquiátrico e medicamentos podem ser necessários. Grupos de apoio oferecem suporte aos dependentes e suas famílias, facilitando a recuperação.

Diante desse contexto, é fundamental que educadores, pais e profissionais de saúde estejam atentos aos sinais de dependência de jogos digitais entre crianças e adolescentes, promovendo o uso equilibrado dessas ferramentas e oferecendo suporte adequado quando necessário. A prevenção e o tratamento do transtorno de jogos eletrônicos são essenciais para garantir o bem-estar e o desenvolvimento saudável dessa população.

OBJETIVO

Este estudo tem como objetivo investigar, por meio de uma revisão da literatura nas bases de dados Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Google Acadêmico, o uso de jogos eletrônicos por adolescentes, caracterizando essa prática tanto como uma atividade recreativa quanto como uma possível dependência entre crianças e adolescentes que frequentam o ambiente escolar. A pesquisa, busca realizar uma atualização que permita identificar e classificar algumas doenças e distúrbios que não estavam contemplados na antiga Classificação Internacional de Doenças (CID-10), elaborada na década de 1990.

METODOLOGIA

Os pesquisadores como: Braccialli et al. (2020), Mendes, KD (2018 p.17), Dias, Mekaro et al. (2021), realizaram uma revisão de literatura, selecionando artigos científicos relacionados ao tema. As bases de dados utilizadas foram a Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), e o Google Acadêmico, que serviram como instrumentos de coleta de dados, a partir dos seguintes questionamentos: “Uso abusivo de jogos eletrônicos, dependência de videogames, internet e tratamento eficaz”.

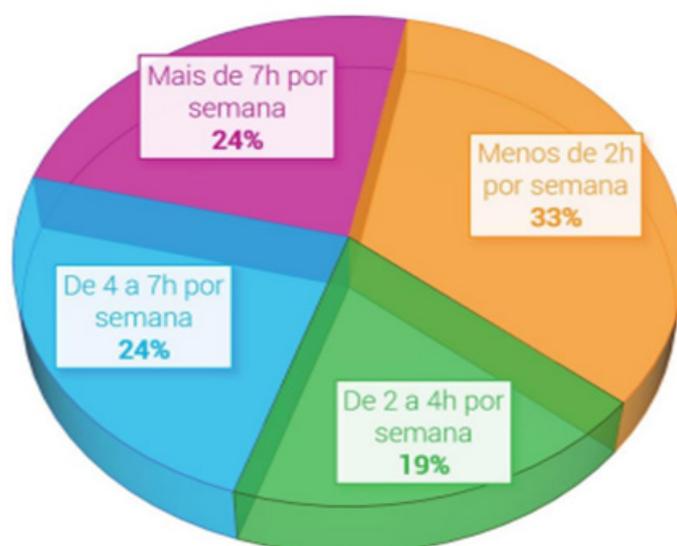
A investigação adotou uma abordagem qualitativa, baseada em levantamento bibliográfico, com aulas expositivas e dialogadas, focando nas técnicas de prevenção e tratamento da saúde de crianças e adolescentes no contexto escolar. Os dados foram coletados e analisados com base nas experiências profissionais relatadas pelos participantes.

O estudo buscou compreender os fenômenos no contexto real, sem controle sobre eventos ou variáveis. Os instrumentos de coleta de dados foram aplicados por profissionais capacitados, incluindo professores de diversas disciplinas, psicopedagogos escolares e profissionais da saúde do SUS (HC/UFTM), responsáveis pelo encaminhamento para tratamento psiquiátrico dos estudantes, além do CRAS. A análise dos dados foi realizada utilizando a técnica de análise de conteúdo, com entrevistas gravadas e transcritas para garantir a precisão. O estudo permitiu mapear as principais questões relacionadas ao vício em jogos eletrônicos entre os alunos, levando em consideração os desafios impostos pela carga de estresse e pelas condições de ensino.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados indicam que os jogos eletrônicos são a atividade de lazer mais praticada pelos adolescentes, por proporcionarem um ambiente seguro e controlado, permitindo uma fuga da realidade e a evitação de problemas sociais.

Gráfico1- Envolvimento de adolescentes em jogos eletrônicos.



Fonte: <https://11nk.dev/FI2H0> Censo 2022.

Foram entrevistados 150 alunos, dos quais 57 (24,7%) responderam ao questionário. Entre esses, 54 apresentaram sintomas de estresse relacionados ao uso das redes sociais, e 94% dos participantes demonstraram um perfil de dependência em jogos eletrônicos, com risco mais elevado entre jovens de 18 a 24 anos.

A pesquisa também revelou que 94% dos estudantes que se sentiam ameaçados em sala de aula tinham menos de 20 anos. O uso excessivo de jogos eletrônicos e redes sociais, combinado com baixo desempenho escolar, motivou muitos docentes a explorar mais profundamente o tema abordado nesta pesquisa.

O estudo concluiu que as informações coletadas e analisadas possibilitaram uma compreensão mais ampla do impacto na saúde primária dos estudantes e destacaram de que forma familiares e profissionais de saúde e educação podem contribuir com estratégias para melhorar o desempenho acadêmico e o bem-estar de crianças e adolescentes.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O uso abusivo de jogos eletrônicos tem impactado significativamente as esferas social, familiar, acadêmica e afetiva dos adolescentes, que são os mais vulneráveis à dependência. Este estudo busca incentivar pesquisas interdisciplinares envolvendo Psicologia, Psiquiatria e abordagens terapêuticas, como a Constelação Familiar, para tratar a dependência de jogos e o uso inadequado das redes sociais. Os efeitos dos jogos digitais em crianças e adolescentes são uma problemática recente, tornando-se cada vez mais urgente com a evolução da internet.

Estudos destacam tanto os malefícios quanto os benefícios do ambiente digital para os adolescentes. Qualquer dependência seja psicológica, química ou comportamental é considerada uma doença crônica, como discutido no 3º Congresso Internacional de Saúde Mental da Família. A Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), é um tratamento tradicional, abordando questões como ansiedade e depressão, enquanto a Terapia Holística utiliza estratégias complementares, como Reiki, Yoga, Meditação, Constelação Familiar e Mindfulness, ajudando os adolescentes a alcançar melhores resultados na recuperação.

PRINCIPAIS REFERÊNCIAS

BRACCIALLI LM, ALMEIDA VS, SILVA FC, SILVA MZ. **Vídeo game na escola e na clínica: auxiliar da inclusão.** J Res Spec Educ Needs. 2016; 16(1):1078–81.

CALEFFI CC, ROCHA PK, ANDERS JC, SOUZA AIJ, BURCIAGA VB, SERAPIÃO LS. **Contribuição do brinquedo terapêutico estruturado em um modelo de cuidado de enfermagem para crianças hospitalizadas.** Rev Gaúcha Enferm. 2016;37(2):1-8.

MENDES KD, SILVEIRA RC, GALVÃO CM. Revisão integrativa: **método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem.** Texto Contexto Enferm. 2008;17(4):758–64.