



## Adição aos Videojogos – Fatores de risco e consequências sociais

Ao longo das últimas décadas, a adição aos videojogos tem despertado o interesse da comunidade científica, aumentando também a preocupação de profissionais de saúde, pais e educadores. Recentemente a Organização Mundial de Saúde reconheceu a adição aos videojogos como distúrbio mental (OMS, 2018), constando também no DSM-V enquanto hipótese para pesquisas futuras (APA, 2013).

A OMS define o distúrbio de utilização dos videojogos como um padrão comportamental caracterizado por:

- Falta de controlo sobre a utilização do jogo (a nível de frequência, intensidade e duração);
- Priorização do jogo sobre atividades quotidianas;
- Intensificação do comportamento apesar das consequências negativas.

Neste âmbito, o videojogo *online* é particularmente problemático, uma vez que requer um grande investimento de tempo e comprometimento por parte do jogador. Para além disso, oferece uma experiência altamente imersiva, que possibilita um escape à realidade. Tudo isto, associado a uma mecânica de jogo estimulante, que cria condições propícias ao desenvolvimento de uma adição (Kuss, Louws & Wiers, 2012).

Os videojogos são desenvolvidos pela indústria de forma a incluírem mecanismos de recompensa para manterem o utilizador motivado para jogar durante longos períodos de tempo (King & Delfabbro, 2009).

Outra vertente proporcionada pelos videojogos *online* é a possibilidade de interação social a nível mundial de forma geralmente anónima. Esta característica pode representar um fator de risco, principalmente para crianças e jovens, uma vez que se torna difícil ter controlo sobre o carácter das conversas entre jogadores.

Neste sentido, comportamentos desviantes são relativamente comuns nas comunidades *online*, nomeadamente o assédio e o *bullying*. Isto torna-se preocupante, pois de acordo com Ross e Weaver (2012), os jogadores que se deparam com comportamento antissocial num videojogo são propensos a repeti-lo. Assim, tendencialmente, quanto mais tempo um jovem estiver exposto a este ambiente hostil, maior será a probabilidade de começarem a normalizar e, talvez, perpetuar este tipo de comportamentos (Tang & Fox, 2016).

Em suma, torna-se importante ter em atenção os fatores de risco e consequências sociais por detrás do fenómeno dos videojogos, de forma a compreender e intervir de forma mais específica e adequada.

### Curiosidades:

- Entre Janeiro e Novembro de 2017 venderam-se mais 1,3 milhões de videojogos em Portugal;
- A indústria dos videojogos tem crescido de tal modo que, atualmente, é considerado um desporto de competição (*eSports*).
- No Instituto de Apoio ao Jogador 20% dos pacientes apresentam problemas relacionados com os videojogos – Contudo, há aproximadamente seis anos era apenas de 1%.



## Caso Clínico G.:

G. começou a jogar videojogos regularmente na sua infância, como parte de uma rotina normalizada que se assemelhava à dos amigos e colegas de escola da sua idade. Mais tarde, por volta dos 12/13 anos, G. descobriu os jogos online que lhe permitiram aceder a uma experiência virtual de alta competição com outros jogadores.

Na altura, os pais de G. começaram a mostrar preocupação relativamente ao número excessivo de horas que ele passava a jogar. No entanto G. utilizava o seu sucesso escolar para justificar e defender o seu hábito diário. Eventualmente, G. começou a mostrar raiva e irritação perante as tentativas de o distanciar dos videojogos por parte dos pais, o que o levou a ter comportamentos mais agressivos.

Na escola, os temas de conversa com os amigos centravam-se principalmente nos videojogos e na troca de experiências e conquistas, o que alimentava ainda mais a vontade de G. em chegar a casa e jogar durante horas a fio.

G. descreve a experiência dos videojogos como uma fuga à realidade, uma vez que no mundo de fantasia não existem limites nem impossíveis. A fuga tornou-se numa obsessão a partir do momento em que G. começou a utilizar os videojogos como uma zona de conforto. Enquanto jogava, G. sentia que tinha controlo total e distraía-se dos problemas quotidianos, evitando lidar com os sentimentos negativos associados. Eventualmente, o comportamento aditivo de G. levou-o a negligenciar a sua alimentação e higiene pessoal, e a isolar-se de tal modo que refere ter ficado 1 semana sem ver o sol.

Hoje, G. reconhece o carácter destrutivo dos seus comportamentos, que utilizou para se refugiar da sua incapacidade de lidar consigo próprio e de aceitar o mundo com as suas imperfeições.

### Reportagem realizada pela SIC em colaboração com VillaRamadas

Vídeo - <http://sic.sapo.pt/Programas/e-se-fosse-consigo/temas---serie-2/perigos-n-internet/2017-11-07-Estive-uma-semana-sem-ver-o-sol-jogava-toda-a-noite-dormia-todo-o-dia>

## Referências

American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Washington, DC: Author.

Donati, M. A., Chiesi, F., Ammannato, G., & Primi, C. (2015). Versatility and addiction in gaming: the number of video-game genres played is associated with pathological gaming in male adolescents. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 18(2), 129-132.

King, D., & Delfabbro, P. (2009). Understanding and assisting excessive players of video games: A community psychology perspective. *Australian Community Psychologist*, 21, 62-74.

Kuss, D. J., Louws, J., & Wiers, R. W. (2012). Online gaming addiction? Motives predict addictive play behavior in massively multiplayer online role-playing games. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 15(9), 480-485.

Ross, T. L., & Weaver, A. J. (2012). Shall we play a game? How the behavior of others influences strategy selection in a multiplayer game. *Journal of Media Psychology: Theories, Methods, and Applications*, 24, 102-112.

Tang, W. Y., & Fox, J. (2016). Men's harassment behavior in online video games: *Personality traits and game factors*. *Aggressive behavior*, 42(6), 513-521.

