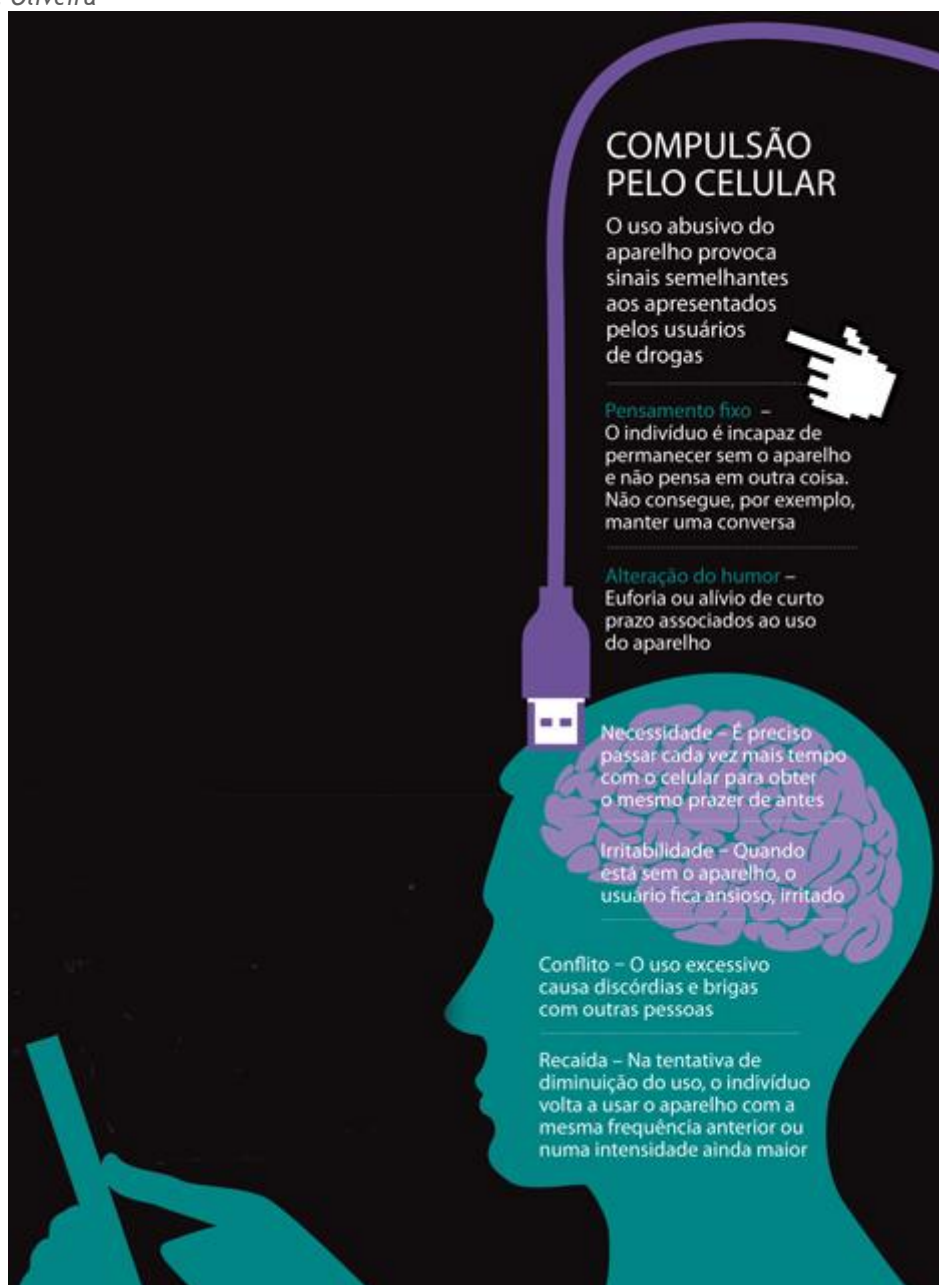


Vítimas da dependência digital

Com a explosão dos smartphones, cerca de 10% dos brasileiros já são viciados digitais. A medicina aprofunda o estudo do transtorno e anuncia o surgimento de novas opções de tratamento, como a primeira clínica de reabilitação especializada.

Monique Oliveira



"Eu literalmente não sabia o que fazer comigo", disse um estudante do Reino Unido. "Fiquei me coçando como um viciado porque não podia usar o celular", contou um americano. "Me senti morto", desabafou um jovem da Argentina. Esses são alguns dos relatos entre os mil que foram colhidos por

pesquisadores da Universidade de Maryland, nos Estados Unidos. Eles queriam saber o que sentiam jovens espalhados por dez países, nos cinco continentes, depois de passarem 24 horas longe do computador, dos smartphones e tablets. As descrições, como se viu, são assombrosas. E representam exatamente como sofrem os portadores de um transtorno preocupante que tem avançado pelo mundo: o IAD (Internet Addiction Disorder), sigla em inglês para distúrbio da dependência em internet. Na verdade, o que os entrevistados manifestaram são sintomas de abstinência, no mesmo grau dos apresentados por quem é dependente de drogas ou de jogo, por exemplo, quando privado do objeto de sua compulsão.

Estima-se que 10% dos brasileiros enfrentem o problema. Esse número pode ser ainda maior dada a velocidade com que a internet chega aos lares nacionais. Segundo pesquisa da Navegg, empresa de análises de audiências online, o Brasil registrou o número recorde de 105 milhões de pessoas conectadas no primeiro trimestre deste ano. Dados da Serasa Experian mostram que o brasileiro passa mais tempo no YouTube, no Twitter e no Facebook do que os internautas do Reino Unido e dos EUA. A atividade na rede é impulsionada pela explosão dos smartphones. De acordo com a consultoria Internet Data Corporation, esses aparelhos correspondiam a 41% (5,5 milhões) dos celulares vendidos em março. Em abril, o índice pulou para 49% (5,8 milhões).



SMARTPHONE QUE NÃO DESLIGA

Conectado à rede por obrigação profissional e também por prazer social, o analista de mídias sociais Vinicius Yamada, 31 anos, de São Paulo, viu-se obrigado a controlar o tempo que passa ao smartphone depois de sofrer uma crise de pânico. "Foi horrível. Do nada, não conseguia respirar nem engolir saliva", diz. Vinicius credita o ataque ao nível de ansiedade que o atingiu por usar excessivamente o aparelho. Para

se ter uma ideia, chegava a acordar para responder a mensagens ou verificar notificações de aplicativos. "Também usava o celular como se fosse muleta, sempre que esperava alguém ou ficava aparentemente sem fazer nada", conta. Hoje, Vinicius delegou tarefas no trabalho e tenta controlar o uso do aparelho. "Dá para controlar minha vontade de usá-lo e evitá-lo em alguns momentos."

Tantas pessoas usando esses aparelhos está levando ao surgimento de um fenômeno que começa a chamar a atenção dos estudiosos. Trata-se do vício específico em celular e da nomofobia, nome dado ao mal-estar ou ansiedade apresentados por indivíduos quando não estão com seus celulares. No livro "Vivendo Esse Mundo Digital", do psicólogo Cristiano Nabuco de Abreu, coordenador do Grupo de Dependências Tecnológicas, do Hospital das Clínicas de São Paulo, há uma das primeiras referências ao tema. Nele, estão descritas as consequências dessa dependência. "Os usuários estão se distraindo com facilidade e têm dificuldade de controlar o tempo gasto com o aparelho", escreveu o especialista. A obra também pontua os sintomas da dependência. O que assusta é que eles são muito parecidos com os manifestados por dependentes de drogas. Um exemplo: quando não está com

seu smartphone na mão, o usuário fica irritado, ansioso (leia mais no quadro na pág.67).

No futuro, a adesão aos óculos inteligentes, à venda a partir de 2014, poderá elevar ainda mais o número de dependentes. Esses aparelhos são, na verdade, um computador colocado no campo de visão. Empresas como o Google, por meio de seu Google Glass, apostam alto nessa tecnologia.



Fixação pelos jogos online

Quase três dias seguidos. Foi o tempo que o vendedor Fabiano Soares dos Santos, 35 anos, do Rio Grande do Sul, chegou a ficar jogando em rede. "Passei o meu aniversário de casamento assim." Hoje, ele passa em média 12 horas jogando e só sai de casa quando precisa. Fabiano joga o Combat Arms, famoso jogo online.

Como todas as dependências descritas pela psiquiatria, a digital não é facilmente reconhecida. Mas, da mesma forma que as outras, pode ser diagnosticada a partir de um critério claro. Ela está instalada quando o indivíduo começa a sofrer prejuízos na sua vida pessoal, social ou profissional por causa do uso excessivo do meio digital. Na vida real, isso significa, por exemplo, brigar com o parceiro/a porque quer ficar online mesmo com a insatisfação do companheiro/a ou cair de produção no trabalho porque não se concentra na tarefa que lhe foi delegada.

A gravidade do problema está levando a uma mobilização mundial em busca de soluções. Uma das frentes - a do reconhecimento médico do transtorno - está em franca discussão. Recentemente, a dependência foi um dos temas que envolveram a publicação da nova versão do Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais, publicação da Associação Americana de Psiquiatria adotada como guia para o diagnóstico das doenças mentais. Na edição final, o vício, não citado em edições anteriores, foi mencionado como um transtorno em ascensão que exige a realização de mais estudos. Muitos especialistas criticaram o manual porque acreditam já ser o distúrbio uma doença com critérios diagnósticos definidos.



Facebook com moderação

A professora Tais Luiz, 32 anos, de São Paulo, saiu duas vezes do Facebook. "Aumentava a ansiedade", diz. "É uma sensação estranha de esperar reconhecimento, de falar a todos e a ninguém ao mesmo tempo." Com a interrupção, ela ficou mais produtiva, a ansiedade diminuiu e ficou mais fácil controlar o tempo que passa na rede. "Agora voltei ao Face, mas não preciso compartilhar tudo que leio."

Uma das vozes a defender essa posição é a psiquiatra americana Kimberley Young, reconhecida autoridade na área e responsável, agora, por dirigir uma experiência mundial inédita: a primeira rehab digital, aberta no mês passado. O centro de reabilitação fica na Pensilvânia, como um anexo do Centro Médico Regional de Bradford. O modelo é igual ao de programas de reabilitação de drogas. No local, o indivíduo passará por uma internação de dez dias. O tratamento terá como base a terapia cognitivo-comportamental, cujo objetivo é substituir hábitos nocivos por outros saudáveis, além de sessões em grupo, individuais e intervenção medicamentosa consensual, se necessária, em situações extremas. "Há uma crescente demanda para esse tipo de serviço", disse Kimberley à ISTOÉ.

Em países como Japão, China e Coreia do Sul, a dependência já é tratada como questão de saúde pública. Programas desses governos foram criados na tentativa de mitigar o problema. O Ministério da Educação japonês lançou um projeto que atenderá 500 mil adolescentes. Além de psicoterapia, a iniciativa definirá áreas ao ar livre nas quais os jovens serão exortados ao convívio social por meio da prática de esportes, com uso restrito às mídias digitais. Na China, o programa é militarizado, o que desperta críticas no Ocidente. "É um tratamento militar, com total restrição à mídia", diz Rosa Farah, coordenadora do Núcleo de Pesquisa e Psicologia em Informática da PUC-SP, serviço que atende os dependentes por meio de orientações transmitidas por e-mail. Na Coreia do Sul, onde cerca de 30% dos adolescentes são viciados, os jovens passam 12 dias internados.

ALÉM DO LIMITE

Conheça mais sobre a dependência



QUANDO O VÍCIO SE CONFIGURA

Não é fácil reconhecer os sinais da dependência. Os sintomas aparecem aos poucos até, de fato, serem constatados prejuízos sociais, profissionais e emocionais ao indivíduo e àqueles que o cercam. Saiba os critérios diagnósticos mais comuns:

- Preocupação excessiva com algum tema ligado à internet
- Necessidade de aumentar o tempo online para obter satisfação
- Tentar diminuir o tempo na internet, sem conseguir
- Apresentar irritabilidade ou depressão
- Mostrar irritação quando o acesso à rede é restringido
- Permanecer mais tempo conectado que o programado
- Ter o trabalho e as relações familiares em risco pelo uso excessivo
- Mentir a respeito da quantidade de horas online



OUTROS TRANSTORNOS

É comum que a dependência também apareça associada a outro transtorno psiquiátrico, como depressão, fobia social, transtorno bipolar do humor e déficit de atenção e hiperatividade



REABILITAÇÃO DIGITAL

Novidade mundial, a modalidade é oferecida pelo Centro Médico Regional de Bradford, nos EUA. É destinada a maiores de 18 anos e prevê internação voluntária de dez dias. Nesse período, o indivíduo será assistido por uma equipe multidisciplinar de psiquiatras, psicólogos, conselheiros e assistentes sociais

Alguns critérios para admissão

Portar transtornos psiquiátricos aparentes e problemas no controle do uso da mídia eletrônica

Estar comprometido a adotar um estilo de vida mais saudável

Não ter outros problemas de saúde que requeiram cuidados específicos

Ser submetido a uma avaliação médica

A rotina

Internação voluntária de dez dias

Sessões individuais diárias com psiquiatra e psicólogo licenciado

Tarefas e sessões em grupo

Reintegração gradual diária com a mídia eletrônica

Visitas

São permitidos dois visitantes adultos por paciente em condições e horários a serem determinados por assistente social

É proibida a entrada de crianças menores de 12 anos nas dependências do hospital



TRATAMENTOS

- Psicoterapia individual ou em grupo, preferencialmente dentro da abordagem cognitivo-comportamental (objetiva mudar pensamentos e padrões de comportamentos associados ao problema)
- Intervenção familiar, no caso de pacientes menores de idade
- Remédios (antidepressivos e estabilizadores do humor)

ONDE BUSCAR AJUDA NO BRASIL

- O Instituto de Psiquiatria do Hospital das Clínicas de São Paulo tem o Programa de Dependência de Internet. A intervenção é feita com terapia de grupo e, em alguns casos, com sessões individuais. Familiares também recebem orientação
- O Núcleo de Pesquisa da Psicologia em Informática da PUC-SP oferece orientação, por e-mail, para dependentes
- O Programa de Orientação e Atendimento a Dependentes, da Universidade Federal de São Paulo, fornece atendimento individual
- No Rio de Janeiro, há o grupo "Apoio ao Jovem Dependente de Jogo Eletrônico", vinculado à Santa Casa de Misericórdia
- Em Porto Alegre, há o Grupo de Estudos sobre Adições Tecnológicas

Fontes: Kimberley Young (Centro Médico Regional de Bradford) e Instituto de Psiquiatria do Hospital das Clínicas de São Paulo

No Brasil, a assistência aos dependentes é feita em serviços vinculados a universidades (leia quadro abaixo). O tratamento se baseia em terapia, intervenção familiar e remédios, se necessário. “Damos atendimento de acordo com o caso”, explica Dartiu Xavier, diretor do Programa de Orientação e Assistência a Dependentes, da Universidade Federal de São Paulo.

Em Israel, cientistas da Universidade de Tel-Aviv criaram uma terapia de exposição gradual às mídias digitais. É uma tentativa de ajudar o indivíduo a treinar o autocontrole até o ponto no qual seja capaz de acessar a rede e dela sair depois de um tempo curto. A instituição foi uma das primeiras a considerar o vício um transtorno vinculado ao transtorno do impulso, dando uma dimensão da gravidade dos casos. “Essa dependência é um transtorno grave similar aos que vemos, como a obsessão por lavar as mãos”, diz o psiquiatra Pinhas Dannon, da Universidade de Tel-Aviv.

Outro recurso são os aplicativos que controlam a intensidade da navegação na web. É possível bloquear sites como o Facebook por meio de programas (plug-ins) instalados em navegadores como Internet Explorer e Chrome, ou impedir o uso da internet 3G no celular. Também se pode lançar mão de aplicativos como o “AppProtector”, que não permite o uso de aplicativos e de jogos em tablets e celulares.



NOVIDADE Kimberley acaba de inaugurar nos EUA a primeira clínica de reabilitação para os viciados em internet

Nos laboratórios, os cientistas tentam conhecer melhor as causas e repercussões do transtorno. Algumas certezas estão colocadas. “A humanidade está condenada a ficar presa em um modelo de interrupções mentais frequentes e sem se aprofundar em nada”, diz o psicólogo Cristiano de Abreu. Para Peter Whybrow, da Universidade da Califórnia, a internet induz a ciclos de mania, seguidos por ciclos de depressão. “O computador é como a cocaína”, disse à ISTOÉ. “O abuso leva à compulsão.” De fato, pesquisas mostram que o vício digital aciona o sistema cerebral de recompensa, o mesmo estimulado pelas drogas. Quanto mais se cede à compulsão, mais sensação de prazer o cérebro produz. E isso vai até um ponto no qual a pessoa não consegue mais ficar sem essa sensação, tornando-se dependente de seu foco de compulsão.

Também é sabido que adolescentes que apresentem déficit de atenção, fobia social e depressão estão mais propensos a desenvolver o vício. Pesquisadores da Universidade de Kaohsiung, Taiwan, analisaram a relação

entre esses transtornos em cerca de 2,3 mil adolescentes. Cerca de 10% dos adolescentes eram dependentes, e todos apresentavam sinais de algum dos transtornos associados (o de déficit de atenção foi o mais prevalente).

Na Alemanha, pesquisadores da Universidade de Bonn descobriram que os dependentes apresentam uma variação genética já identificada naqueles com propensão ao vício da nicotina. “Essa alteração eleva a probabilidade de comportamentos compulsivos”, diz Christian Montag, um dos autores da pesquisa.

DORES DA TECNOLOGIA

Conheça problemas ortopédicos associados aos erros de postura ao utilizar dispositivos eletrônicos



GAMEBOY BACK
(algo como costas de gameboy)

Sinais: curvatura e dores na coluna lombar e no pescoço, tensionamento da musculatura dos ombros ao jogar videogames

Prevenção: sentar-se corretamente, apoiando-se nos isquios (ossos das nádegas) para manter as costas eretas. Em plataformas como Wii Fit ou Xbox Kinect deve-se limitar o tempo de uso para prevenir lesões nos joelhos

TEXT NECK

Sinais: tensão e dores no pescoço, na cabeça e nos ombros e, às vezes, nos braços e mãos por má postura ao falar usando tablets e smartphones

Prevenção: manter o pescoço ereto e olhar para a linha do horizonte quando estiver usando os aparelhos

BLACKBERRY THUMB
(polegar de Blackberry)

Sinais: dores no polegar por uso repetitivo na hora de digitar no aparelho

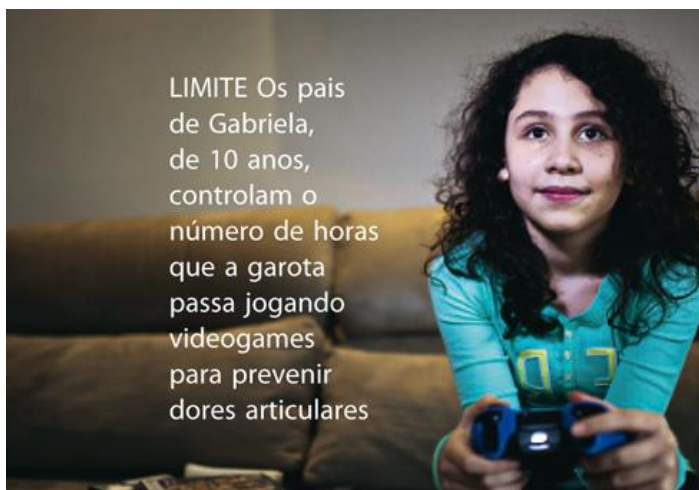
Prevenção: digitar mais lentamente, usar outros dedos

DOENÇAS DIGITAIS

Mônica Tarantino

Mais crianças e adolescentes estão sofrendo de dores nas costas e no pescoço por culpa do excesso de horas manuseando consoles de videogames ou jogando em tablets e celulares. A constatação é de cientistas holandeses liderados pelo cirurgião ortopédico Piet van Loon. Em artigo escrito para a principal revista médica da Holanda, a “Medisch Contact”, Van Loon adverte que o vício postural pode originar dores persistentes de coluna, hérnias de disco e alterações como a hipercifose (curvatura anormal para a frente na região do tórax). “Ficar sentado muito tempo em posição errada comprime as cartilagens e discos vertebrais. Pais e escolas precisam ficar atentos”, disse ele à ISTOÉ.

O problema se agrava se for aliado ao sedentarismo. “A prática de esportes e exercícios ajuda a restaurar a boa postura e a prevenir problemas crônicos”, diz o médico Miguel Akkari, membro do Comitê de Ortopedia Pediátrica da Sociedade Brasileira de Ortopedia e Traumatologia. Porém, se forem usadas de modo exagerado, versões de games que simulam exercícios e esportes, a exemplo do Wii Fit, Xbox Kinect ou Playstation Move, também podem causar danos. “Há casos de tendinite em pernas e braços por exagero nos gestos em jogos virtuais que dispensam o console e o movimento do jogador é o que comanda a ação”, relata o médico Akkari. Foi o que aconteceu à sua filha Gabriela, 10 anos, que teve mais restrito o acesso aos jogos. “Precisei limitar a uma hora nos fins de semana o uso de plataformas para simular jogos e dança por causa de dores nos joelhos”, diz o especialista.



Um estudo feito pela Universidade de Nova York (EUA) já havia alertado para os riscos das diversões eletrônicas em função dos gestos repetitivos que impõem. A comparação entre 257 estudantes com idades entre 9 e 15 anos mostrou que as dores no punho e nos polegares provocadas pelos videogames eram maiores do que os

sintomas de quem digitava em smartphones. Observou-se também que as meninas sentiam duas vezes mais dores do que os meninos por causa do envio de mensagens de celular.

Você é um dependente digital?

Responda às perguntas abaixo com base na frequência com que você:

1 Passa mais tempo na internet do que pretendia

- Raramente
- Às vezes
- Frequentemente
- Geralmente
- Sempre
- Não se aplica

2 Abandona as tarefas domésticas para passar mais tempo na web

- Raramente
- Às vezes
- Frequentemente
- Geralmente
- Sempre
- Não se aplica

3 Prefere a emoção da internet à intimidade com seu parceiro

- Raramente
- Às vezes
- Frequentemente
- Geralmente
- Sempre
- Não se aplica

4 Cria relacionamentos com novos amigos na internet

- Raramente
- Às vezes
- Frequentemente
- Geralmente
- Sempre
- Não se aplica

5 Ouve outras pessoas em sua vida se queixando sobre a quantidade de tempo que você passa on-line

- Raramente
- Às vezes
- Frequentemente
- Geralmente
- Sempre
- Não se aplica

6 Suas notas na escola pioram por causa da quantidade de tempo que você passa na web

- Raramente
- Às vezes
- Frequentemente
- Geralmente
- Sempre
- Não se aplica

7 Acessa seu e-mail antes de qualquer outra coisa que você precise fazer

- Raramente
- Às vezes
- Frequentemente
- Geralmente
- Sempre
- Não se aplica

8 Seu desempenho ou produtividade no trabalho piora por causa da internet

- Raramente
- Às vezes
- Frequentemente
- Geralmente
- Sempre
- Não se aplica

9 Fica na defensiva ou guarda segredo quando alguém lhe pergunta o que você faz on-line

- Raramente
- Às vezes
- Frequentemente
- Geralmente
- Sempre
- Não se aplica

10 Bloqueia pensamentos perturbadores sobre sua vida pensando em conectar-se para se acalmar

- Raramente
- Às vezes
- Frequentemente
- Geralmente
- Sempre
- Não se aplica

11 Se pega pensando quando você vai entrar na internet novamente

- Raramente
- Às vezes
- Frequentemente
- Geralmente
- Sempre
- Não se aplica

12 Teme que a vida sem a internet seria chata, vazia e sem graça

- Raramente
- Às vezes
- Frequentemente
- Geralmente
- Sempre
- Não se aplica

13 Explode, grita ou se mostra irritado se alguém lhe incomoda enquanto você está conectado

- Raramente
- Às vezes
- Frequentemente
- Geralmente
- Sempre
- Não se aplica

14 Você dorme pouco por ficar on line até tarde da noite

- Raramente
- Às vezes
- Frequentemente
- Geralmente
- Sempre
- Não se aplica

15 Sente-se preocupado com a internet quando está desconectado, imaginando que poderia estar conectado

- Raramente
- Às vezes
- Frequentemente
- Geralmente
- Sempre
- Não se aplica

16 Se pega dizendo "só mais alguns minutos" quando está na web

- Raramente
- Às vezes
- Frequentemente
- Geralmente
- Sempre
- Não se aplica

17 Tenta diminuir a quantidade de tempo que fica na internet e não consegue

- Raramente
- Às vezes
- Frequentemente
- Geralmente
- Sempre
- Não se aplica

18 Esconde quanto tempo você está na internet

- Raramente
- Às vezes
- Frequentemente
- Geralmente
- Sempre
- Não se aplica

19 Opta por passar mais tempo on-line em vez de sair com outras pessoas

- Raramente
- Às vezes
- Frequentemente
- Geralmente
- Sempre
- Não se aplica

20 Sente-se deprimido(a), mal-humorado(a) ou nervoso(a) quando está off-line e esse sentimento vai embora assim que você volta a se conectar à internet

- Raramente
- Às vezes
- Frequentemente
- Geralmente
- Sempre
- Não se aplica

Resultado:

Some os pontos. Em cada questão, atribua **1** se assinalou "raramente", **2** para "às vezes", **3** para "frequentemente", **4** para "geralmente", **5** para "sempre" e **0** para "não se aplica". Abaixo de 20 pontos, o uso da rede é saudável. Confira avaliações para pontuação acima desse valor:



20-49 pontos:

(Sinal verde) Você é um usuário mediano, ou seja, às vezes surfa um pouco a mais do que deveria na internet, mas ainda têm o controle do uso



50-79 pontos:

(Sinal amarelo) Você está enfrentando problemas ocasionais ou frequentes por causa da internet. Considere os impactos que isso poderá lhe trazer e avalie a necessidade de ajuda profissional



80-100 pontos:

(Sinal vermelho) Você está dependente. O uso da internet já está lhe causando problemas significativos. Busque imediatamente ajuda especializada



PIONEIRO
O psicólogo Nabuco foi um dos primeiros estudiosos do tema no Brasil. Hoje, ele dirige um serviço especializado no tratamento da dependência Digital no HC/SP

ETIQUETA NA REDE

Saiba como se comportar na rede e com o uso de celulares e tablets. As orientações são de Claudia Matarazzo, jornalista especialista em etiqueta



TWITTER

Não use o Twitter como chat

Nunca tuíte mais de 15 vezes ao dia

Não retuíte exatamente tudo, mesmo que achar interessante

Diversifique os assuntos que comenta. Compartilhe fatos de sua vida pessoal e também os links sobre outros assuntos que considerar interessantes



FACEBOOK

Não peça a alguém para ser seu amigo mais de uma vez

Não se ofenda se alguém não o aceitar

Não faça pedidos de amizade a amigos dos seus amigos se você não os conhece

Não escreva algo que não diria na vida real

Não use a rede para compartilhar situações muito particulares



LINKEDIN

Não peça uma recomendação a alguém que você não conhece pessoalmente

Não envie convites a amigos sem um texto personalizado

Não tente vender produtos

Ao solicitar introduções ou apresentações, lembre-se que um dia você terá que retribuir



E-MAIL

Utilize no assunto uma frase que faça sentido

Não anexe arquivos desnecessários

Não escreva em caixa-alta

Não abuse da opção responder a todos

SMARTPHONES E TABLETS

EM LUGARES PÚBLICOS

SOZINHO →

O uso é liberado, mas cabe o bom senso. Desative ruídos mais altos, inclusive o som do teclado e avisos de aplicativos

Questione-se. É realmente necessário verificar o celular naquele momento?

Também tenha em mente que sua observação do ambiente e do que o circunda está prejudicada. É isso o que você quer?

Onde existe a proibição de uso, respeite-a. Isso vale para locais como cinema e teatro

ACOMPANHADO

Não utilize o aparelho a não ser que ele seja imprescindível para o que está sendo discutido. Mesmo assim, limite o tempo de uso e envolva o interlocutor na atividade

Caso vá responder a uma mensagem pessoal, avise. Se puder, comente sobre o que vai fazer e não se prolongue

Estabeleça uma periodicidade para a checagem de mensagens se tiver um projeto importante em curso que precisa obrigatoriamente acompanhar

No caso do uso de redes sociais como Instagram e Facebook, tente envolver a turma ou o seu acompanhante no processo. Faça disso um "momento"

EM EVENTOS SOCIAIS

SOZINHO →

Controle a filmagem e fotos de shows e outros eventos. Filme apenas o momento mais importante ou encontre um lugar estratégico para registros mais prolongados

Nunca tire fotos ou filme o evento com um tablet. Ele é grande, atrapalha a visibilidade e deixa os fotografados ainda mais constrangidos

Em uma festa, o uso do dispositivo móvel pode afastá-lo das pessoas. Caso tenha que checá-lo, vá para um lugar reservado

ACOMPANHADO

Dê atenção a quem está com você e, no caso do uso do aparelho, seja discreto

Ao tirar fotos, mostre a imagem para o fotografado e peça permissão para a postagem. O mesmo vale para fotos com tags (marcações) com link para o perfil

Tome cuidado com situações de festas ou se bebeu além da conta. Evite tirar fotos e postar instantaneamente nessas ocasiões – você pode deixar a pessoa fotografada em uma posição constrangedora



Fonte: Miguel Akkari, do Comitê de Ortopedia Pediátrica da Sociedade Brasileira de Ortopedia e Traumatologia (SBOT).

Fonte: Grupo de Dependências Tecnológicas do Programa Integrado dos Transtornos do Impulso (PRO-AMITI) do Instituto de Psiquiatria do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo.

Fotos: Gabriel Chiarastelli; divulgação.

Fotos: Rafael Hupsel/ag. istoé; Pedro Dias/ag. Istoé.

Fontes: Kimberley Young (Centro Médico Regional de Bradford) e Instituto de Psiquiatria do Hospital das Clínicas de São Paulo.

Foto: Vinicius Yamada