



A ADICÇÃO À INTERNET EM JOVENS UNIVERSITÁRIOS. ESTUDO COMPARATIVO COM ESTUDANTES PORTUGUESES E ESPANHÓIS

Luís Filipe Carias Coxo

Universidade de Évora

RESUMO

No presente estudo, foram analisados os padrões de uso/abuso da Internet, assim como os recursos específicos mais usados como páginas Web, e-mail, chats e fóruns de discussão. Contou-se com uma amostra aleatória simples de 103 sujeitos, estudantes universitários na Universidade Autónoma de Madrid, de diferentes licenciaturas, de ambos os sexos e com idades compreendidas entre os 18 e os 40 anos, analisando-se os parâmetros de uso/abuso da Internet de uma forma global e específica e ainda, os motivos e a interferência desta utilização na vida quotidiana dos sujeitos.

No geral, a maior percentagem da amostra (56,3%) realiza um uso moderado da Internet ao analisar-se o tempo de conexão (menos de 2 horas diárias) mas, 35,9% apresenta já alguns indícios de adicção ao estarem de 2 a 5 horas diárias conectados à Internet. Na avaliação dos parâmetros do uso dos recursos específicos da Internet, podemos encontrar que a Web é o serviço mais procurado seguindo-se o e-mail com, 73,8% e 59,2% respectivamente.

Palavras chave: Internet, estudantes universitários, uso, abuso, adicção.

ABSTRACT

In this study, the Internet usage patterns and resources, such as websites, e-mail, chats and blogs, were analysed in a sample of 103 university students (Universidade Autónoma de Madrid) of both sexes and with ages understood between the 18 and 40 years old, analyzing itself the parameters of use/abuse of the Internet of a global and specific form and still, the reasons and the interference of this use in the life of the citizens.

The results show, the biggest percentage of the sample (56.3%) carries less through and a moderate use of the Internet when analyzing itself the connection time (than 2 daily hours) but, 35.9% already present some indications of addiction disorder when being of 2 at 5 daily hours connected on Internet. In the evaluation of the parameters of the use in the specific resources of the Internet, we can respectively find that the Web is the looked service more following the email with, 73.8% and 59.2%.

Key words: Internet, use, university students, abuse, addiction.

Nota: Ainda não estão disponíveis os resultados da população portuguesa.



A ADICÇÃO À INTERNET EM JOVENS UNIVERSITÁRIOS...

1. INTRODUÇÃO

Foi ao ler um artigo da jornalista Sarah Kershaw, publicado no *New York Times*¹ que me despertou o interesse para este novo tipo de problemática – a adicção à Internet. Nesse artigo, constava que investigadores na área das adicções, nomeadamente Hilarie Cash e outros, referem que 10% dos cerca de 189 milhões de utilizadores da Internet (valores referentes a 2005) dos Estados Unidos apresentam sinais de dependência na Internet, que pode ser tão destrutiva como o alcoolismo ou a toxicodependência. Para confirmar este aumento exponencial, têm sido desenvolvidos vários projectos, nesse e noutros países (p.e. Coreia do Sul, Alemanha, etc.), dirigidos a este tipo de adicções, como a criação e desenvolvimento de retiros, programas, páginas de internet, departamentos próprios criados em hospitais e abertura de novas clínicas dedicadas a este tema.

Em Portugal não existem estudos que nos possam dar uma noção exacta do número de cibernautas “abusivos”. Em Espanha, o primeiro grande inquérito sobre o uso da internet revelou que mais de 16% dos navegadores perdem a noção do tempo quando estão ligados à Internet. De acordo com investigadores das universidades de Girona e da Catalunha, um em cada quatro utilizadores pensa que a vida sem a Internet seria “aborrecida, vazia e triste”. 59% dos inquiridos consideraram-se incapazes de restringir o seu uso e 62% experimentam sentimentos de culpa por navegarem sem controlo. Os resultados dessa investigação permitiu concluir que 52% dos internautas “patológicos” se ligam a “chats” e 26% preferem os sites pornográficos. Recentemente, quatro psiquiatras dos hospitais de Madrid e de Barcelona criaram uma página², com um questionário que permite verificar o grau de dependência da Internet. Na Alemanha o problema também é levado a sério e em Junho de 2005 foi inaugurada a primeira clínica especializada no tratamento de cibernautas compulsivos. Contudo, ainda não existe um modelo teórico suficientemente claro. Existem autores que falam de uma dependência sem substâncias, outros elaboram teorias sobre incomunicação da sociedade ou adicção. Outros ainda referem que não existe consciência da doença, e outros fazem comparações, como na Universidade de Harvard, onde se confronta a adicção à Internet com o uso moderado de álcool. Onde todos parecem estar de acordo é que existem problemas prévios à adicção.

2. MATERIAL E MÉTODO

2.1- AMOSTRA

Para o presente estudo, contou-se com uma amostra aleatória simples com um total de 103 sujeitos de ambos os géneros, estudantes universitários de diferentes licenciaturas provenientes da Universidade Autónoma de Madrid e com idades compreendidas entre os 18 e os 40, residentes na Comunidade de Madrid. Os sujeitos foram seleccionados ao azar no Campus da Universidade Autónoma de Madrid, dependendo sempre da sua disponibilidade.

Todos os sujeitos participaram de forma voluntária no inquérito e eram conhecedores de que esta tomava parte de uma investigação sobre os padrões e uso da Internet, realizada pela Universidade de Évora, Portugal.

2.2- INSTRUMENTO DE AVALIAÇÃO

Considerando previamente outros questionários sobre o uso da Internet, existentes na literatura científica sobre esta área e perante a ausência de protocolos validados sobre os padrões de uso/abuso da Internet, desenvolvi um questionário adaptado de Kimberly Young (1996) com 31 itens categóricos que recolhe informações sobre os diversos aspectos como: demográficos; parâmetros de uso da internet de forma global; parâmetros de uso de recursos específicos na Internet; interferência do uso da Internet na vida quotidiana e; indicadores de uso patológico da Internet (Anexo D). O único critério da inclusão dos itens e das variáveis durante o desenvolvimento do instrumento foi o critério da validade aparente.

Concretamente, as variáveis objecto deste estudo e do presente trabalho foram:



PSICOLOGÍA Y SOCIEDAD: SIGLO XXI, COMPETENCIAS RELACIONALES

- a) Características demográficas. Foram analisadas por 6 questões que examinavam o género, a idade, o estado civil, nível educativo, profissão e a situação laboral.
- b) Parâmetros de uso da internet de forma global. Foram avaliados por 4 itens categóricos que faziam referência ao tempo que dispõe do serviço, o tempo que diariamente navegam, o tempo usado com objectivos distintos dos profissionais e, por ultimo o local de conexão.
- c) Parâmetros de uso dos recursos específicos da Internet. Foram analisadas através de 2 questões com referência ao uso dos recursos específicos da Rede, nomeadamente, correio electrónico, acesso a páginas web, chats, fóruns de discussão e serviços de notícias. Foram analisados também os fins e a frequência com que estes serviços eram consultados.
- d) Interferência do uso da Internet na vida quotidiana³. Foram avaliados através de 20 itens dicotómicos que incluem os seguintes sinais de interferência: se alguma vez permaneceu on-line mais tempo do que desejava, de descuida outras ocupações para estar on-line, se prefere a excitação da web à intimidade com o parceiro, se estabelece relações com outros usuários on-line, se outras pessoas como a família ou amigos se queixam dos longos períodos em que está a navegar, se os estudos ou trabalho se ressentem negativamente do longo tempo que passa on-line, se controla o e-mail excessivamente, se o desempenho no trabalho ou na escola sofreu alguma mudança negativa ocasionada pela Internet, se se tem atitudes defensivas quando alguém o critica pelo tempo gasto na Internet, quantas vezes repele pensamentos negativos sobre a sua vida consolando-se com o pensamento na Internet, se chega a pensar que a vida sem Internet seria tediosa e sem alegria, elevar a voz ou responder mal se alguém o perturba quando está ligado, perde horas de sono para estar on-line, pensa na Internet mesmo quando não está no computador, se já tentou reduzir o tempo de conexão mas sem sucesso, oculta das outras pessoas o total de tempo em que está conectado, prefere estar ligado à Rede do que sair com amigos, sente-se deprimido ou irritado quando não está ligado à Internet e sente-se bem quando o está.

3- RESULTADOS

3.1- CARACTERÍSTICAS DA AMOSTRA

Para o presente estudo contou-se com uma amostra de 103 sujeitos, de ambos os sexos, sendo 41,7% homens e 58,3% mulheres (Anexo E).

A classe de idades dos sujeitos da amostra oscilou entre os 18 e os 40 anos, ficando situada a sua média nos 22,02 anos. No que respeita ao estado civil, 99,3% dos indivíduos afirmaram serem solteiros, enquanto que 0,8% declararam ser casados.

Ao considerar a sua situação laboral, uma alta percentagem dos universitários inquiridos afirmaram dedicarem-se exclusivamente a completar os seus estudos (98,4%), enquanto que 1,6% manifestaram compatibilizar os seus estudos com o emprego.

3.2- PARÂMETROS DO USO DA INTERNET E NÍVEIS DE ADICÇÃO.

Do total da amostra analisada, 93,2% dos estudantes universitários afirmam ser usuários da Internet há mais de 12 meses. Maioritariamente, o local de conexão à internet é a partir da Universidade com uns 83,5% respectivamente (ver Anexo E).

No que respeita ao número de horas de conexão, 56,3% permanece menos de duas horas ligado por dia, enquanto que 35,9% mantém um uso de duas a cinco horas/dia, ficando 7,8% ligado mais de 5 horas por dia (ver gráfico 1).

Quanto às horas de conexão à Internet com objectivos distintos às obrigações laborais, 68,9% permanece menos de duas horas, 28,2% de duas a cinco horas e, 2,9% mais de cinco horas diárias.

Na avaliação dos parâmetros do uso dos recursos específicos da Internet, podemos encontrar que



A ADICÇÃO À INTERNET EM JOVENS UNIVERSITÁRIOS...

a Web é o serviço mais procurado “diariamente” (73,8%)⁴ e “várias vezes ao dia” (19,4%), o e-mail também é procurado “diariamente” (59,2%) e “várias vezes ao dia” (30,1%). Por sua vez, os chats atingem valores de 46,6% no “nunca” e 20,4% do “quase nunca”, assim como na utilização de fóruns/blogs 53,4% no “nunca” e 26,2% no “quase nunca”. Os serviços noticiosos, atingiram valores mais altos na ordem dos 28,2% no “quase nunca” e 22,3% no “diariamente”.

Nos objectivos de utilização destes serviços, obteve-se valores no item trabalho na ordem dos 28,2% no “quase nunca” e 22,3% no “diariamente”, no relacionar-se com a família e/ou amigos 63,1% no “diariamente” e 16,5% “uma vez por semana”. No criar novas relações, 45,6% dos sujeitos referiram “nunca” e 29,1% “quase nunca”, assim como nas actividades sexuais com 75,7% para o “nunca” e 11,7% para o “quase nunca”. No item dos jogos interactivos e solitários, os sujeitos referiram para o primeiro 48,5% que “nunca” e 34,0% no “quase nunca”, e para o último 52,4% “nunca” e 33,0% para “quase nunca”. Para o item das compras, 48,5% alude que “nunca” utiliza e 32,0% que “quase nunca” utiliza. Para os serviços como p.e. turismo ou banca, 37,9% refere que “quase nunca” e 30,1% que pelo menos utiliza “uma vez ao mês”. Nos serviços noticiosos, 33,0% os inquiridos referem que “quase nunca” utilizam e, 21,4% pelo menos “uma vez por semana”. Já nas imagens e vídeo, 32,0% refere que utiliza “uma vez por semana” e 29,1% “diariamente”. No item das descargas de software (download), 28,2% postula que “quase nunca” e 25,2% usa pelo menos “uma vez ao mês”. Por último, o item música, atinge valores de 34,0% na utilização “diária” e 28,2% com um uso de pelo menos “uma vez por semana”.

Ao analisar os valores da Interferência do uso da Internet na vida quotidiana, nomeadamente o grau de adicção, segundo a escala⁵ de Young (1996), obtive no total da amostra, uma média de 38,47 pontos com uma S.D. 10,17 valores.

4. DISCUSSÃO

Perante a crescente preocupação acerca da capacidade que a Internet tem de originar um processo adictivo, surgiram diferentes estudos, alguns já aqui explanados, com o intuito de analisar as possíveis consequências negativas do seu uso nos diferentes indivíduos. Parece-me necessário talvez, como uma estratégia prévia a este tipo de análise, começar a investigação a partir do uso específico que este recurso tem neste país (Espanha), posto que somente desta maneira se pode ter consciência da magnitude do problema e da sua provável abordagem.

Corroborando com esta ideia da importância de uma análise ao uso da Internet, para que seja possível avançar com desenhos de modelos ou propostas de intervenção de uma possível patologia, estão os resultados obtidos deste estudo que, dá um sentido ligeiramente distinto comparando-o com outros países.

Se considerarmos a magnitude do tempo investido no uso da Internet, parâmetro através do qual se tem medido a existência de uma implicação patológica, os resultados obtidos parecem aproximarem-se das proporções descritas noutras investigações nas quais a utilização dos serviços da Web e e-mail ocupam um tempo significativamente importante na vida dos usuários.

Num estudo de Muñoz-Rivas, Perales e Pablo (2003) sobre padrões de uso da internet numa população universitária, apresentou valores semelhantes, no que diz respeito aos serviços mais utilizados pelos usuários, nomeadamente a Web e o e-mail e o tempo de exposição à Internet (15 horas semanais).

Assim, de toda a amostra em estudo, mais de metade dos inquiridos (56,3%) afirmaram estarem ligados menos de 2 horas/dia e 35,9% de 2 a 5 horas/dia. Estes valores estão bastante próximos de outras investigações realizadas em Espanha. Este facto informa-nos que, no geral, os estudantes realizam um uso moderado da Internet, se nos situarmos no grupo que dedica menos de duas horas/dia,



PSICOLOGÍA Y SOCIEDAD: SIGLO XXI, COMPETENCIAS RELACIONALES

mas, não descurando os 35,9% que dedica de 2 a 5 horas/dia comprovando alguns índices de um uso mais abusivo ou patológico, aproximando-se da adicção.

Os níveis de adicção estudados nesta amostra mostram que os estudantes já partilham de alguns hábitos ligeiramente adictivos (média = 38,47 pontos) com valores que vão desde os 21 pontos aos 64 pontos na escala de adicções de Young. De qualquer maneira não deveríamos esquecer que, na população espanhola trata-se de um número de sujeitos cuja situação, à vista dos resultados, não seria possível generalizar a toda a população de universitários, como se tem vindo a fazer noutros países, afirmado que este seria um grupo populacional mais susceptível de gerar problemas relacionados com o uso/abuso da Internet (Anderson, 1998 *cit. in* Muñoz-Rivas, M., Perales, M., Pablo, N. (2003).

Resumindo, à luz destes resultados, o uso da Internet na população universitária não parece alcançar proporções exageradas. É necessário referir e considerar que, a utilização da Internet está ainda em fase de expansão em Espanha e, analisando as tendências observadas noutros países que sugerem que o uso da Internet está prosperando, os estudos específicos sobre padrões de uso da Internet são cada vez mais necessários e urgentes. Ainda, os escassos estudos existentes recorda-nos que é possível que a situação dos usuários em Espanha não corresponda, pelo menos neste momento actual, com a problemática observada noutros países, cuja familiaridade com as novas tecnologias foi realizada com uma maior prontidão e com alguns anos a esta parte.

De qualquer forma, será importante determinar em estudos posteriores que tipo de variáveis caracterizam e diferenciam a minoria dos usuários que utilizam a Internet por um tempo prolongado e/ou experimentam dificuldades no seu funcionamento social, laboral ou familiar por razões deste excesso de utilização e que, possivelmente se possa tornar praticável a criação de grupos de pessoas com as quais seja necessário dirigir posteriores programas de intervenção.

5. CUIDADOS ÉTICOS E DEONTOLÓGICOS

Dado que pretendemos analisar os padrões de uso/abuso da Internet, é necessário atender à importância dos cuidados éticos e deontológicos os quais não podem ser menosprezados.

Para esta investigação serão salvaguardados todos os direitos dos participantes, previstos na Constituição Portuguesa, no Código Civil, nos Direitos do Homem e no Código de Ética dos Psicólogos.

6. BIBLIOGRAFIA CONSULTADA:

Chávez, I. (2007) *Adicciones No Convencionales*. [Monografia]. [Online]. Disponível em: <http://monografias.com/tese48/adicciones-no-convencionales.shtml>.

Doron, R. & Parot, F. (2001). *Dicionário de Psicologia*. Lisboa. Climepsi Editores.

González, A. (2006). *La adicción al internet*. [Monografia]. [Online]. Disponível em: <http://www.monografias.com/trabajo67/adicción-al-internet/adicción-al-internet.shtml>

Giovanni, G. (2007). *Adicciones no convencionales*. [Monografia]. [Online]. Disponível em: <http://www.monografias.com/trabajos53/adicciones-no-convencionales/adicciones-no-convencionales.shtml>

Guerreschi, C. (2007). *New Addictions. As novas dependências*. São Paulo. Edições Paulus.

Grau, S., Ortega, D. & Sierra, A. (2006). *Nuevas Adicciones – Síndromes y Trastornos*. Barcelona. Básicos Andamio.

Goldberg, I. (1999). *Internet addiction disorder*. [Online]. Disponível em: http://www.um1.edu/student_services/counseling/internet/netdisorder.

Young, K.S. (1999). *Internet addiction: the emergence of a new clinical disorder*. [Online]. Disponível em: <http://www.netaddiction.com/articles/new-disorder>.

_____. (1998). *The Internet Addiction Test*. [Online]. Disponível em: <http://www.netaddiction.com/resources/test>.



A ADICÇÃO À INTERNET EM JOVENS UNIVERSITÁRIOS...

- _____. (1998). *What is Cybersexual Addiction*. [Online]. Disponível em: <http://www.netaddiction.com/cybersexual-addiction>.
- _____. (2000). *Caught in the net: how to recognize the signs of internet addiction and winning strategies for recovery*. Nova Iorque. John Wiley & Sons.
- _____. (2003). *A Therapist's Guide to Assess and Treat Internet Addiction*. [Online]. Disponível em: <http://store.netaddiction.com>
- Muñoz-Rivas, M., Perales, M., Pablo, N. (2003). *Patrones de uso de Internet en población universitaria española*. Dissertação de mestrado não-publicada, Universidad Autónoma de Madrid. Madrid. España.
- Shapira, N., Goldsmith, T., Keck, P., Khosla, U., McElroy, S. (2000). *Psychiatric feature of individual with problematic Internet use*. In: *Journal of Affect Disorder*, 17.
- Ramírez, F. (2007). *Internet*. [Monografia]. [Online]. Disponível em: <http://www.monografias.com/trabajo69/internet/internet.shtml>.

NOTAS

- 1 Para mais informações consultar: <http://www.nytimes.com/2005/12/01/fashion/thursdaystyles/01addict.html?pagewanted=1&sq=internet%20addiction&st=nyt&scp=9>.
- 2 <http://www.adictosainternet.com/>.
- 3 Adaptado de Kimberly Young, 1996.
- 4 Valores mais expressivos. Para mais detalhe consultar gráfico correspondente ou o Anexo E.
- 5 A escala de Young (anteriormente descrita), vai de 0 a 100 pontos. A autora refere que, os sujeitos que atinjam valores neste instrumento na ordem dos 0 aos 30 pontos têm uma utilização normal da internet (*normal range*), os que atinjam de 31 a 49 pontos considera-se que têm uma utilização pouco adictiva (*mild range*), os que têm valores de 50 a 79 pontos, já apresentam um sinal moderado de adicção (*moderate range*) e, por fim, sujeitos que obtenham valores na ordem dos 80 a 100 pontos já apresentam um grau mais severo de adicção (*severe range*).

Fecha de recepción: 28 febrero 2009

Fecha de admisión: 19 marzo 2009