

Vida

/ AMBIENTE / CIÊNCIA / EDUCAÇÃO / SAÚDE / SOCIEDADE



Leia o **Estadão** no Tablet

Saúde. Conhecida como 'pílula da inteligência', a droga tem sido usada por estudantes que querem melhorar o desempenho acadêmico; pesquisa revela que medicamento não beneficia a atenção nem a memória; remédio costuma ser obtido no mercado negro

Estudo da Unifesp derruba mito de que Ritalina 'turbina' cérebros saudáveis

Mariana Lenharo

A Ritalina não promove melhora cognitiva em pessoas saudáveis. Indicada para transtorno do déficit de atenção com hiperatividade (TDAH), ela tem sido usada por estudantes que buscam melhor desempenho em provas e concursos. Apesar da fama - que lhe rendeu o apelido de "pílula da inteligência" ou "droga dos concurseiros" -, uma pesquisa da Universidade Federal de São Paulo (Unifesp) mostra que o medicamento não beneficia a atenção, a memória e as funções executivas (capacidade de planejar e executar tarefas) em jovens sem o transtorno.

A psicóloga Silmara Batistela, autora do estudo, decidiu investigar o tema ao perceber a popularização da prática de doping mental. "É muito comum ouvir o relato de pessoas que, para passar a noite estudando antes da prova, tomam Ritalina", diz. O objetivo da pesquisadora era avaliar se o consumo do medicamento, cujo princípio ativo é o cloridrato de metilfenidato, realmente trazia vantagens cognitivas.

Para a pesquisa, foram selecionados 36 jovens saudáveis de 18 a 30 anos. Eles foram divididos aleatoriamente em quatro grupos: um deles tomou placebo e os outros três receberam uma dose única de 10 mg, 20 mg ou 40 mg da medicação. Depois de tomarem a pílula, os participantes foram submetidos a uma série de testes que avaliaram atenção,

memória operacional e de longo prazo e funções executivas. O desempenho foi semelhante nos quatro grupos, o que demonstrou a ineficácia da Ritalina em "turbinar" cérebros saudáveis.

"O uso não alterou a função cognitiva. A única diferença que observamos foi que os que tomaram a dose maior, de 40 mg, relataram uma sensação subjetiva de bem-estar maior em comparação aos demais", diz Silmara.

Perigos. O psiquiatra Dartiu Xavier da Silveira, diretor do Programa de Orientação e Atendimento a Dependentes (Proad) da Unifesp, observa que o mito de que a Ritalina teria o potencial de tornar alguém mais inteligente não faz sentido. "A pessoa fala que consegue estudar a noite inteira com o remédio. Isso é porque ela fica acordada e não porque tem uma melhora na atenção", diz. Ele observa que o aprendizado sob o efeito da droga consumida inadequadamente é de má qualidade.

Silveira destaca que existem perigos relacionados ao uso inadequado do medicamento. O consumo aumenta os riscos de problemas do coração e pode levar a um quadro de arritmia cardíaca. O especialista acrescenta que, tratando-se de uma anfetamina, a droga apresenta também um potencial de abuso, razão pela qual é controlada e só pode ser comprada com receita especial.

A alternativa para os que resolvem usar a Ritalina sem ter indicação é recorrer ao mercado negro. Estudantes relatam que não é difícil encontrar fornecedores anunciando o produto em fóruns de discussão na internet.

Um estudante de Economia de 22 anos, que preferiu não se identificar, conta que soube dos efeitos da Ritalina por um amigo. "Ouvir falar de uma droga que todos universitários estavam usando na Europa e nos Estados Unidos para aumentar a concentração. Li sobre seus efeitos colaterais, para o que servia e, como



Perigo. A psicóloga Silmara Batistela, autora do estudo sobre a Ritalina: 'Uso sem indicação aumenta problemas cardíacos'

sempre me achei um pouco hiperativo, resolvi experimentar."

As duas primeiras caixas foram compradas de um conhecido. Depois, encontrou um fornecedor na internet que atende aos pedidos dele e de seus amigos. "A gente pede de uma vez só várias caixas." Para o universitário, que toma o remédio para estudar aos fins de semana ou à noite, quando pretende varar a madrugada entre os livros, a principal vantagem é tirar o sono. "O ganho está nas horas a mais que estudo na madrugada."

Segundo ele, também há um aumento na concentração e na atenção. "Não fiquei mais inteligente, mas meu tempo de dedicação aos estudos aumentou", rela-

ta. Ele, que foi um dos primeiros entre seus amigos a usar o recurso, conta que hoje conhece cerca de 15 pessoas que aderiram.

Um de seus amigos, também estudante de Economia, conta que aderiu à pílula por ter dificuldade de ler textos longos. "Eu começo a me dispersar no meio deles. Como trabalho o dia inteiro, acaba me faltando tempo para conseguir ler volumes grandes." Para ele, a Ritalina o ajuda a ler bastante sem se dispersar.

Encenação. Outra estratégia que tem sido adotada para obter o remédio é simular os sintomas do TDAH na esperança de ganhar uma receita. O neuropediatra Paulo Alves Junqueira, mem-

AUMENTO

● Venda de metilfenidato

Período de 12 meses anteriores a outubro de:	Caixas vendidas
2008	1.238.064
2009	1.367.175
2010	1.611.499
2011	1.810.382
2012	1.853.930
CRESCIMENTO TOTAL	49,7%

FONTE: SINDUSFARMA

bro da Academia Brasileira de Neurologia (Abneuro), conta que tem existido essa demanda, principalmente entre os concurseiros. "O médico precisa ter a habilidade de identificar esses casos: o TDAH não vem de uma

hora para outra. É um transtorno incapacitante que acompanha o paciente ao longo da vida."

Segundo levantamento feito pelo Sindicato da Indústria de Produtos Farmacêuticos no Estado de São Paulo (Sindusfarma) a pedido do **Estado**, houve um crescimento de quase 50% na venda de remédios à base de cloridrato de metilfenidato no Brasil entre 2008 e 2012. Entre setembro de 2007 e outubro de 2008 foram vendidas 1.238.064 caixas, enquanto entre setembro de 2011 e outubro de 2012 as vendas cresceram para 1.853.930 caixas. Nesse intervalo, os valores gastos com a medicação passaram de R\$ 37.838.247 para R\$ 90.719.793.

Remédio é popular entre os que prestam concursos

Um dos grupos em que o uso irregular de Ritalina é mais popular é o dos "concurseiros": aqueles que se preparam para conseguir uma aprovação nos concursos públicos. O juiz do Trabalho Rogério Neiva, que dá aula em curso preparatório e pesquisa sobre neurociência da educação, conta que percebe entre

seus alunos "a ideia de que, tomando a Ritalina, vão ter a fórmula mágica do sucesso intelectual e cognitivo".

Para ele, a grande atração dos estudantes pela droga vem da esperança de que ela acelere o processo de aprendizado. "Os 'concurseiros' estão atrás da facilidade, da dica, do esquema. É fácil,

portanto, cair em qualquer discurso que se aproxime da 'pílula do sucesso'", diz.

No caso de uma "concurseira" de 30 anos, que preferiu não ser identificada, o uso inadequado da Ritalina veio por sugestão de um médico. Ela fazia um tratamento psiquiátrico para distúrbio de humor e sempre reclamava de sua falta de concentração e dificuldade de reter o conteúdo estudado. "Quando você estuda há algum tempo e os resultados positivos não vêm, você fica buscando justificativas."

Seu médico fez, então, algu-

mas perguntas para identificar possíveis sinais de TDAH. Como ela respondeu positivamente a alguns desses sinais, o profissional sugeriu o uso de Ritalina como teste, para ver se ela teria resultado positivo. "Hoje, vejo que foi um teste irresponsável das duas partes: ele, como médico, e eu, como adulta e consciente."

A estudante diz que logo começaram a surgir os efeitos negativos. Com a droga, ela conseguia estudar por várias horas, mas se esquecia de tomar água e se alimentar. "A concentração realmente aumenta, mas é falha, por-

que ficar sentada nem sempre quer dizer que você está aprendendo." Depois de alguns meses de uso, começou a sentir dores de estômago, prisão de ventre e tremedeira nas mãos.

Em uma ocasião, viajou para fazer uma prova e esqueceu o remédio no hotel. Antes do início do exame, o nervosismo era tanto por saber que teria de fazer a prova sem a droga, que ela roeu todas as unhas. "Desde esse dia, comecei a avaliar se estava virada no medicamento, se tinha virado." Quando suspendeu o uso, passou meses sem estudar

direito. "Acho que piorei em concentração: é como se eu tivesse ficado sozinha, sem o remédio que me garantia sucesso. Daí veio o choro e a revolta."

Hoje, ela conseguiu uma aprovação, que credita aos cinco anos de estudo, e não à droga.

Neiva observa que a atração pela Ritalina também pode decorrer do fato de que a vida do "concurseiro" não é fácil. "A preparação é um processo intelectualmente desgastante. É uma fase difícil e é natural que as pessoas tentem buscar recursos para minimizar desgastes", diz. **J.M.L.**

Substância é eficaz contra déficit de atenção

No caso de pessoas efetivamente diagnosticadas com TDAH, a Ritalina promove o aumento dos níveis de dopamina no cérebro. Trata-se de um neurotransmissor que aumenta o estado de alerta e melhora a cognição, por isso geralmente promove uma melhora nos estudos.

O neuropediatra Paulo Alves Junqueira, membro da Academia Brasileira de Neurologia (Abneuro), afirma que a droga não aumenta a inteligência nem fornece habilidades que a pessoa não tinha anteriormente, "mas deixa o paciente pronto para trabalhar em dobro porque tira a fadiga e estabelece um esforço para que consiga se manter em determinadas tarefas".

O diagnóstico é clínico. "É necessário fazer uma entrevista artesanal, longa, com várias questões. Tem de saber das trajetórias do paciente e o quanto tem de prejuízo nos relacionamentos, no trabalho e na autoestima", diz. Constatado o transtorno, é preciso inquirir o histórico cardiovascular do paciente. Os que já tiveram problemas no coração não devem usar a droga.

"Para quem precisa, o remédio muda a história de vida do indivíduo. Ouço relatos de portadores que, depois de serem diagnosticados, mudaram de vida, entraram na faculdade e tiveram várias realizações. Isso é gratificante", diz Junqueira.

Para o psiquiatra Dartiu Xa-

vier da Silveira, a fama da Ritalina de tornar as pessoas mais inteligentes vem do fato de que portadores de TDAH são frequentemente rotulados de preguiçosos antes do diagnóstico. "Depois

de medicados, o rendimento escolar passa a ser muito bom. Por isso os pais brincam que é a 'pílula da inteligência'. Tenho um paciente que diz que ficou 'nerd' depois da Ritalina." **M.L.**

COMUNICADO

Zydus Nikkho Farmacêutica Ltda está realizando o recolhimento voluntário do produto Valeriane lote: 2063110 fabricação 06/2012 e validade 06/2014. Devido a um erro na linha de embalagem, alguns cartuchos de Valeriane (*Valeriana officinalis*) contêm cartela identificada e com comprimidos do produto Reforgan (Aspartato de Arginina). Apenas os cartuchos com o lote 2063110 do produto Valeriane apresentam irregularidade e devem ser devolvidos. Os demais lotes do produto Valeriane estão em perfeitas condições e podem ser administrados normalmente.

Caso tenha adquirido o produto Valeriane lote: 2063110, favor entrar em contato com o SAC 0800 282 99 11

Prepare-se! O concurso do Banco Central 2013 está chegando.

Plano de carreira para ambos os cargos

☐ **R\$ 5.221 mensais**
Técnico - Nível médio **400 vagas**

☐ **R\$ 13.264 mensais**
Analista - Nível superior **1.330 vagas**

MATRÍCULAS ABERTAS!
Manhã, noite ou só aos finais de semana.
Aulas 100% presenciais.

Apostilas à venda. Adquirá já!



CENTRO-SP: Tel: 3017-8800
SANTO ANDRÉ: Tel: 4437-8800
SANTO AMARO: Tel: 5189-8800
GUARULHOS: Tel: 2447-8800

OSASCO: Tel: 2284-8800
ARTUR ALVIM: Tel: 2045-8800
TABOÃO DA SERRA: Tel: 4788-6600
www.centraldeconcursos.com.br

