Desafios na internet: perigo para CRIANÇAS E ADOLESCENTES

Profissionais da saúde alertam pais, educadores e responsáveis sobre os riscos

● IGOR SANTOS

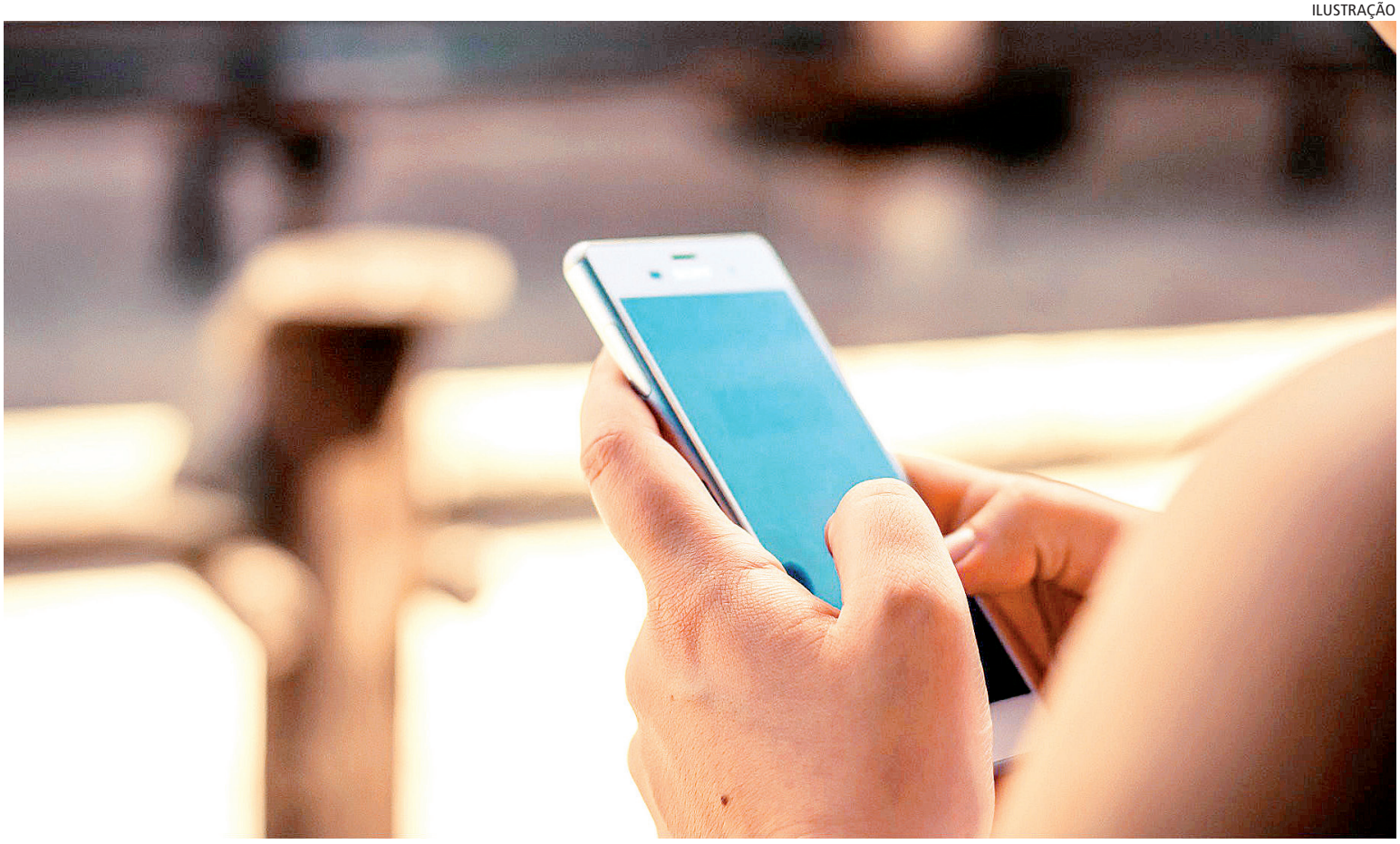
Em meio ao avanço das tecnologias envolvendo redes sociais entre o público jovem, uma nova e preocupante onda tem alarmado pais, educadores e profissionais da saúde: os chamados "desafios virais". Com aparência de brincadeiras inofensivas, muitos desses desafios vêm provocando ferimentos graves e até mortes de crianças e adolescentes em diversas partes do mundo, inclusive no Brasil.

Esses desafios, em sua maioria, surgem em ambientes digitais como o TikTok, Instagram, YouTube e até mesmo fóruns anônimos. São práticas que rapidamente se espalham por meio de vídeos curtos, incentivando a imitação como forma de "coragem", "popularidade" ou "diversão".

Muitas vezes, a ideia original parte de usuários anônimos, influenciadores ou grupos fechados em redes e aplicativos de mensagens, muitos deles ligados a grupos do Discord. Com a viralização, milhares de jovens tentam repetir as ações, frequentemente sem medir os riscos envolvidos.

Os desafios que mais viralizam na internet são os de prender a respiração até desmaiar; subir em uma determinada quantidade de objetos frágeis, como papelão, para ver até quantos aguentam o peso corporal; ingerir comprimidos para ver o quanto o corpo aguenta; entre outros.

ILUSTRAÇÃO



Casos vêm crescendo no Brasil nos últimos tempos e acendem alerta para entidades da área de saúde que fazem alerta para famílias

Crescimento nos últimos anos

• A Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP) tem emitido sucessivos alertas sobre o crescimento nos últimos anos dos chamados "desafios perigosos". Segundo a entidade, a exposição de crianças e adolescentes a conteúdos de risco nas redes sociais é uma ameaça real à saúde física e mental.

"Entre as recomendações dos pediatras para evitar fatalidades entre as crianças e os adolescentes, a SBP destaca a importância da atualização da comunidade médica e especialmente dos pediatras sobre orientações a respeito da prevenção dos riscos e da segurança on-line em cada consulta. Também é fundamental a conscientização sobre os riscos on-line para os educadores escolares, psicólogos e profissionais da área de saúde mental que trabalham com crianças e adolescentes em diferentes comunidades e circunstâncias", diz um trecho do comunicado emitido pela SBP.

Psicóloga alerta para os sinais

• Para além dos riscos imediatos, os desafios perigosos podem desencadear transtornos psicológicos, como ansiedade, depressão, baixa autoestima e comportamentos autodestrutivos. O desejo por validação social transforma as redes em um ambiente de pressão emocional.

A prevenção começa com escuta ativa, empatia e orientação. Mais do que controlar, é necessário compreender o universo digital dos jovens, ensinando-os a navegar com responsabilidade e senso crítico. Para isso, a psicóloga Danielle Gassenferth recomenda que os pais fiquem atentos a certos comportamentos.

"Quando uma relação trás modificações na sua rotina, é um preditor de que está sendo prejudicial. A mudança no cotidiano como o tempo alongado no uso da tela, a reclusão com prejuízo na socialização, transtornos de humor na imposição de limites para o uso são marcadores para uma observação mais cuidadosa", explica Gassenferth.