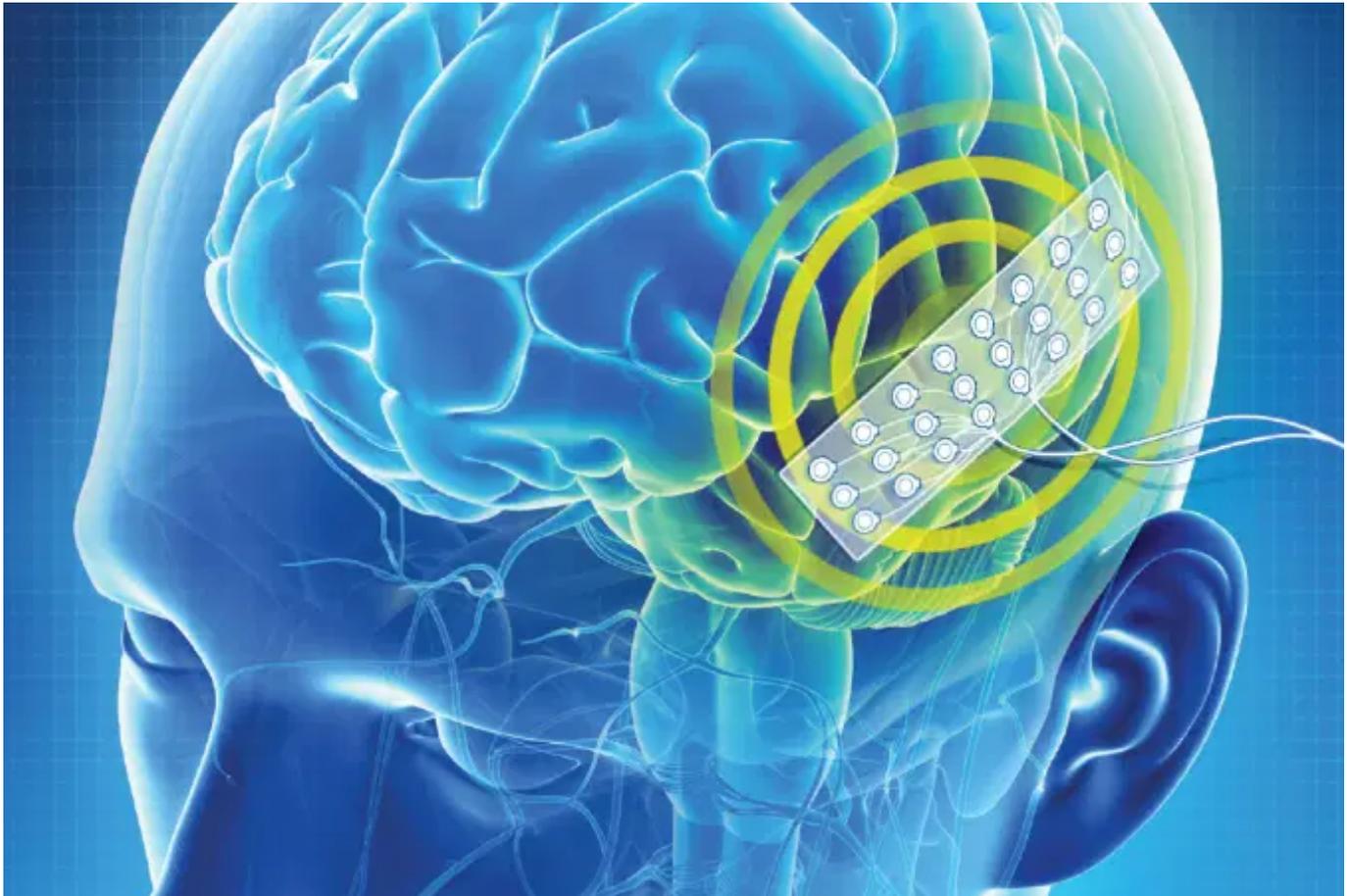


Será que está na hora de você aditivar o seu cérebro?

Muitas pessoas têm procurado formas de aumentar o desempenho cerebral através de medicações sem prescrição médica

Por **Luis Augusto Rohde** - Atualizado em 9 Aug 2018, 15h06 - Publicado em 9 Aug 2018, 15h05



Alguns medicamentos vendidos na internet como estimuladores cerebrais naturais nunca foram testados em humanos. Arte/VEJA

As pessoas andam enlouquecidas a procura de maneiras de aumentar o desempenho do cérebro, sejam adolescentes e adultos jovens para estudar para provas e concursos, ou adultos na meia idade para melhorar a **memória**. Esse frenesi se torna ainda mais intenso quando teorias com suposto embasamento científico sugerem que usamos apenas 10% do nosso cérebro. Recomendo, para aqueles interessados nesse mito, um canal de Youtube comprometido com a tradução da neurociência para o público leigo, [Do You Mind?](#), onde dois estudantes de medicina, Marcos Vidor e Vincenzo Zarpellon, dedicam um programa sobre o tema!

Ao mesmo tempo em que os dados recentes não sugerem que programas computadorizados e jogos de videogame consigam algum resultado significativo com treinamento do cérebro, novas técnicas de **implante cerebral de chips eletrônicos** prometem melhora de memória em uma década. Enquanto isso não acontece, as pessoas estão mais para Bradley Cooper no filme Sem Limites, ou seja, procurando uma substância química ou natural que aumente o seu desempenho cerebral. Mas elas existem?

Sim, existem. Algumas delas como o metilfenidato (nomes comerciais Ritalina®, Concerta®), ou modafinil (nome comercial: Stavigile®) são usadas para transtornos neuropsiquiátricos. Mas estudos em indivíduos saudáveis mostram efeitos de melhora cognitiva. O problema é que na maioria das vezes esses efeitos são menores do que os propagandeados pelos usuários ou sites da internet por uma razão principal: a **falta de espaço para melhora**.

RELACIONADAS MAIS LIDAS

Saúde

Nasce o primeiro antídoto contra a falta de memória



Aditivos cerebrais

Vamos imaginar que a capacidade de focar e de persistir numa tarefa de uma pessoa pudesse ser medida de zero a dez. Zero significando aquele indivíduo com baixíssima capacidade de foco e persistência, e 10 aquele Mbappé do foco e persistência. Quando a tua nota é 5-6, tu tens mais espaço para melhora. Agora, quando é 7-8, como na maioria dos indivíduos saudáveis, o espaço para melhora pode ser pouco significativo. Entretanto, alguns dados sugerem que mesmo uma melhora de 10% nos escores de foco podem representar a diferença entre a nota A tão almejada por alguns estudantes e a nota B que os deixaria fora de alguma escola/faculdade/concurso que exige alto desempenho.

CONTINUA APÓS PUBLICIDADE

Pois é, aí é que a porca torce o rabo! Por quê?

Em primeiro lugar, porque não temos claros quais são os riscos de uso continuado dessas substâncias em indivíduos normais. Os poucos estudos mencionados acima normalmente são feitos com dose única da substância ou poucas doses. Além disso, o uso em indivíduos com doenças neuropsiquiátricas documenta uma série de eventos adversos que não tem porque não acontecerem em indivíduos saudáveis. Logo, os benefícios, como tudo na vida, devem ser pesados contra os riscos!

Um problema adicional é que as substâncias acima não são as únicas propagandeadas como **aditivos cerebrais**. A cada ano, mais de 100 novas drogas psicoativas sintéticas são descritas pela agência reguladora Europeia e muitas dessas são apresentadas e vendidas na internet como **estimuladores cerebrais naturais**. Em alguns casos, sem nunca terem sido testadas em estudos com humanos.

RELACIONADAS MAIS LIDAS



Saúde

Celular não causa câncer no cérebro, define estudo

A questão da ética

Por fim, a entrada da neurociência no cotidiano não pode acontecer sem a consequente discussão das implicações éticas. É justo que um advogado saudável passe na primeira fase de um concurso para magistratura usando um aditivo cerebral por ter acertado uma questão a mais do que o colega que não usou? Temos que ter dosagem urinária dessas substâncias nos concursos como em provas esportivas? A Universidade de Duke, nos Estados Unidos, pioneiramente já fez uma regulamentação indicando que o uso de aditivos cerebrais por indivíduos saudáveis é considerado uma prática não ética. A sociedade não poderá fugir dessa discussão!

CONTINUA APÓS PUBLICIDADE

A situação é tão complicada que até o “*faça o que eu digo, mas não faça o que eu faço*” entra em campo! Os pesquisadores são conhecidos por serem radicalmente contrários a condutas não baseadas em evidências. Entretanto, há alguns anos atrás, a prestigiada revista científica *Nature* fez uma enquete sobre uso de medicamentos como aditivos cerebrais entre os seus leitores – a maioria pesquisadores – e divulgou os resultados numa matéria intitulada: “Olha quem está se dopando”.

Mil e quatrocentos leitores de 60 países responderam à pesquisa. Um quinto disse usar medicamentos sem indicação médica para melhora de atenção, foco ou memória. Como seria de se esperar os picos de uso estavam nas faixas etárias de menos de 25 anos e entre 55 e 65 anos.

No fim das contas, não precisamos andar de costas como preconizado por algumas culturas orientais para prevenir, entre outras coisas, perda de memória, mas parece que o estilo de vida saudável, principalmente em termos de **sono e exercício físico**, é ainda o melhor amigo do cérebro. Não é a troco de nada que recentemente a Academia Americana de Neurologia passou a incluir exercícios físicos como parte das estratégias para prevenir perda de memória em que já tem um **prejuízo cognitivo leve**.

Parafraseando Eliezier Yudkowsky quando se refere a Inteligência Artificial – “By far, the greatest danger of Artificial Intelligence is that people conclude too early that they understand it” (De longe, o maior perigo da Inteligência Artificial é que as pessoas concluem cedo demais que a entendem). O risco é aditivar o cérebro sem entender exatamente o que está acontecendo nele.

CONTINUA APÓS PUBLICIDADE



Por Luis Augusto Rohde

Professor Titular de Psiquiatria da Universidade Federal do Rio Grande do Sul e professor da pós-graduação em Psiquiatria na Universidade de São Paulo