



Distração em massa

N outro dia, andando na rua, ouvi alguém falar em voz alta ao celular com o interlocutor: “Nóis fomo e já tamo vortando”. Nisso, a pessoa levou um tropeção e estatelou-se no chão. Ajudei-a a se levantar. Nada aconteceu com ele, o celular, que continuava falando e gritando, pela voz vinda do outro lado...

O infeliz acidentado, entretanto, torceu o pé e estava com muita dor no local. Ajudei-o nos cuidados imediatos e recomendei que procurasse auxílio médico, pois logo me lembrei do famoso jogador brasileiro e a intervenção cirúrgica no “mindinho” do seu pé badalado.

Nada mais soube do caso, mas penso na nossa contínua e crescente distração. Estamos distraídos demais com o celular que, claro, veio para ficar.


No mundo moderno, somos beneficiados pelos avanços da tecnologia, mas criamos grandes problemas para nós mesmos, causados pela nossa distração. Isso não ocorre só aqui no Brasil, não. Acontece no mundo todo pois há outros interesses (econômicos? domínio?) envolvidos nesse ramo, especialmente na linha de comunicação, marketing, etc. A

abrangência é global. As consequências para a saúde também.

Hoje, somos todos dependentes da tela do smartphone, a máquina móvel chamada inteligente. Faz tudo, até fala. Ela nos mantém ligados, porém distraídos o tempo todo. Nas crianças, está interferindo na sua formação e nos seus estudos. Perdem o foco e a concentração, o que levou a Academia Americana de Pediatria, a Sociedade Canadense de Pediatria e a congênere brasileira a recomendarem seu uso autônomo somente após os 12 anos de idade.

Nos adultos está afetando a atenção, a produtividade e facilitando a instalação de doenças decorrentes da inatividade física, postura viciosa e, sobretudo, interferindo em nosso psiquismo, gerando ansiedade e medo.

É o medo de perder algo a todo instante, em qualquer situação, dirigindo, trabalhando, conversando e até dormindo. Esse clic ansioso é um fenômeno moderno, classificado como FOMO (Fear Of Missing Out) ou Medo de Perder Algo. Ou ser passado para trás.

Então, será que já FOMO? Ou “tamo vortando”? Que progresso perigoso! 



Francisco Habermann
é professor da
Faculdade de Medicina
da Unesp em Botucatu.
Contato: fhaber@uol.
com.br