



José Aparecido Da Silva

Professor Visitante da UFJF (MG)

jadsilva@usp.br

FONTE: TRIBUNA

DATA: 8/1/2019

PAGINA: A-2

A Neurociência do Treinamento Cerebral (8)

Efeitos placebo são as melhorias verificadas nos sintomas dos pacientes atribuíveis à participação destes num determinado processo terapêutico, com seus rituais, símbolos e interações próprios. Efeitos similares na prática clínica medicamentosa são encontráveis também na indústria do treinamento cerebral, movimentando bilhões de dólares por ano. Em outras palavras, trata-se de prática que sugere que o enriquecimento cognitivo pode fazer de alguém uma pessoa mais inteligente e brilhante. Todavia, o desejo de se tornar mais inteligente pode nos cegar para o papel dos efeitos placebo, muito conhecidos no contexto das intervenções cirúrgico-medicamentosas. Mas, a amplitude de um placebo pode surgir em qualquer intervenção quando o resultado desejado é conhecido ao participante. Um exemplo? Nas intervenções envolvendo treinamento cognitivo ou cerebral

Embora um grande corpo de pesquisa mostre que a habilidade cognitiva geral, ou seja, a inteligência, seja herdável e estável em jovens adultos, pesquisas recentes contrariam parcialmente este dado, indicando que inteligência pode ser enriquecida por treinamento cognitivo. A importância deste dado? A habilidade cognitiva e inteligência serem correlacionadas a muitos eventos importantes na vida, dentre eles o sucesso acadêmico, o desempenho no trabalho, a saúde, a morbidade, a mortalidade, a renda e o crime, entre outros. Por adição, o aumento da população idosa busca maneiras de reduzir o efeito devastador do declínio cognitivo. Assim, tornando-se brilhante, ou mantendo as habilidades cognitivas via treinamento cognitivo, o fomento de tais habilidades tem um efeito poderoso, fazendo emergir questões relevantes acerca do papel dos efeitos placebo em tais estudos de treinamento.

A questão de inteligência poder ser aumentada através de treinamento tem gerado um vívido debate científico. De um lado, muitos estudos sustentam ser possível aumentar a inteligência fluída por meio do treinamento da memória de trabalho. Enquanto, de outro, há aqueles tantos que não sustentam tal conclusão, destacando, sim, que os efeitos observados decorrem parcialmente da expectativa positiva ou do efeito placebo. Neste caso, pesquisadores reconhecem que os efeitos placebo podem potencialmente confundir os desfechos do treinamento cognitivo ou treinamento cerebral, subjacentes a alguns dos ganhos na inteligência fluída pós-treinamento.

É verdade que, se voluntários individuais participam num estudo intitulado "Treinamento Cerebral: o enriquecimento cognitivo", isto se deve à crença dos mesmos que o treinamento possa ser eficaz, com qualquer efeito da intervenção podendo ser parcial ou completamente explicado pela expectativa dos participantes. Essas expectativas, considerando a eficácia dos treinamentos cognitivos, têm suas raízes nas crenças que consideram a maleabilidade da inteligência. Consistente com esta concepção, há evidências de que indivíduos com fortes crenças na maleabilidade da inteligência têm melhor melhoramento nas tarefas de inteligência fluída após exercícios para a memória de trabalho. Assim, se indivíduos que acreditam que inteligência é maleável forem superrepresentados numa amostra, num estudo qualquer, o efeito aparente do treinamento pode estar relacionado à crença da maleabilidade, mais do que ao treinamento por si próprio.

Sob estas considerações, muitos sites comerciais envolvendo treinamento cerebral devem, explicitamente, deixar clara a eficácia de seus programas de treinamento, uma vez que não são atualmente suportados por grande parte da comunidade científica, bem como, devem destacar o efeito placebo que pode contaminar os resultados reais do treinamento cerebral.