

Mitomaníaco: como lidar com crianças que mentem o tempo todo

Mythomaniacs: How to Deal with Children Who Lie All the Time

DOI:10.34117/bjdv8n1-145

Recebimento dos originais: 07/12/2021

Aceitação para publicação: 10/01/2022

Fabiano de Abreu Rodrigues

Doutor e Mestre em Psicologia da Saúde pela Université Libre des Sciences de l'Homme de Paris; Doutor e Mestre em Ciências da Saúde na área de Psicologia e Neurociência pela Emil Brunner World University; Mestre em psicanálise pelo Instituto e Faculdade Gaio, Unesco; Pós-Graduação em Neuropsicologia pela Cognos de Portugal; Três Pós-Graduações em neurociência; cognitiva, infantil, aprendizagem, Pós-Graduação em psicologia existencial e antropologia, todas pela Faveni; Especialização em propriedade elétrica dos Neurônios em Harvard, neurociência geral em Harvard;

Especialista em Nutrição Clínica pela TrainingHouse de Portugal.

Neurocientista, Neuropsicólogo, Psicólogo, Psicanalista, Jornalista e Filósofo. Integrante da SPN - Sociedade Portuguesa de Neurociências – 814, da SBNEC - Sociedade Brasileira de Neurociências e Comportamento – 6028488 e da FENS - Federation of European Neuroscience Societies - PT30079.

E-mail: deabreu.fabiano@gmail.com

RESUMO

Mentir é uma ação desenvolvida com o processo evolutivo cerebral do ser humano, deixando evidente que além da realidade em que vivemos, existe um mundo inacessível em todos nós. Este é utilizado quando existe uma necessidade de alcançar algum objetivo, como se ativado o modo de sobrevivência quando a região primitiva é acionada com medo de sentir as punições e/ou enfrentar as consequências das ações realizadas. Porém o ato de mentir demasiadamente faz com que forcemos o nosso cérebro a trabalhar de maneira inadequada, criando um ciclo vicioso devido sensação de recompensa liberada pelo neurotransmissor dopamina. Essa compulsividade altera significadamente a forma de nosso cérebro trabalhar e pode chegar num ponto onde a criança não consegue mais dizer a verdade e posteriormente, torna-se um adulto estrategista e frio, desencadeando desde cedo ansiedade, depressão e negatividade perante a própria vida. Tal acontece, pois, as sinapses são alteradas na região do córtex pré-frontal, criando essas anormalidades, precisando ser tratadas.

Palavras-chave: Mentira, Compulsivos, Neurotransmissores, Córtex.

ABSTRACT

Lying is an action developed with the cerebral evolutionary process of the human being, making it evident that in addition to the real world we live in, there is an inaccessible world in everyone, and used when there is a need to achieve some goal and also the activated survival mode when the primitive region is triggered for fear of feeling the punishments and or facing the consequences of the actions taken. However, the act of lying too much causes us to force our brain to work inappropriately, creating a vicious cycle due to the sense of reward released by the dopamine neurotransmitter. This compulsiveness significantly alters the way our brain works and reaches a point where the child can no longer tell the truth and later becomes an adult strategist and cold,

triggering anxiety, depression and negativity towards life from an early age, synapses are altered in the prefrontal cortex region, creating these abnormalities, needing to be treated.

Keywords: Lie, Compulsives, Neurotransmitters, Cortex.

1 INTRODUÇÃO

O ato de mentir é por antemão uma defesa criada pelo nosso cérebro para evitar sofrer algum tipo de dor simbólica. Mentir pode ser parte da estratégia para a nossa sobrevivência, mas também pode ser simplesmente o gosto pela mentira, pela sensação de prazer e recompensa desencadeada.

As crianças são mais aptas a estimular esse processo por estarem em fase de desenvolvimento cognitivo, fazendo com que acabem mentindo motivadas por diversos fatores.

Esses estímulos à priori são desencadeados para sobreviver, porém com o gozo do prazer e a recompensa a que algumas mentiras podem levar, a criança acaba desenvolvendo uma mania, gerando uma desregularização neuronal, criando distúrbios mentais.

E como trabalhar? Quando a criança se torna uma mitomaníaca, significa que ela se encontra no estágio crônico, onde uma intervenção clínica apenas poderá regular as sensações de negativismo gerada pela pessoa, onde o giro do cíngulo anterior e córtex-pré-frontal serão trabalhados para retornarem as suas funções normais. Esse tratamento é denominado TCC (Terapia Cognitiva Comportamental) na qual falaremos durante este artigo.

2 MITOMANIACO ATO DE MENTIR COMPULSIVAMENTE

A mitomania é a ação que leva a pessoa a mentir deliberadamente, tendo por trás uma intencionalidade em declarar algo falso, tornando-se uma prática viciosa.

A mentira segundo Matias et al. (2015) é um ato instintivo e funciona como uma arma de preservação social, no entanto, também pode ser um ato que causa prejuízo aos princípios éticos e morais dependendo de sua intenção.

Uma criança por exemplo, pode mentir por sentir-se com medo de sofrer alguma penalização por algo que fez de errado e para evitar consequências maiores, acaba inventado falácias que não condizem com a realidade.

Essa reação está ligada ao nosso cérebro primitivo (reptiliano), a qual é responsável pela nossa forma de agir para sobreviver.

Porém com a constante prática da mentira, a criança pode desenvolver distúrbios cognitivos que a levará a mentir sempre que for conveniente aos seus interesses.

Quando a mentira passa a ser usada constantemente com esse objetivo onde o sujeito necessita elaborar alternativas plausíveis para se manter socialmente aceito ele usa de muitos recursos cognitivos fazendo com o que seu cérebro trabalhe mais que o normal, com isso se gera um ciclo de ansiedade que pode causar sofrimento significativo tanto para este sujeito como para pessoas que convivem com ele. (TEXEIRA, 2019, p.2).

Os neurotransmissores tornam-se disfuncionais, desencadeando um ciclo de ansiedade, fazendo com que o cérebro trabalhe de forma anormal e não consiga regularizar as funções neuronais.

Segundo Teixeira (2019), a mentira compulsória também chamada de mitomania, pode ser considerada um problema mental. A compulsão faz com que o sujeito se sinta inútil, com autoestima baixa, podendo se tornar uma pessoa depressiva pela desesperança de uma realidade não disfarçada.

Ainda, ao pensar em um sofrimento que leva a pensamentos distorcidos sobre si e sobre o mundo, inicia uma cadeia de comportamentos negativos a nível social. A Terapia Cognitivo-Comportamental entra nesse contexto como a mais adequada para o tratamento desse sujeito. (FERNANDES, 2019, p.2).

Os estímulos exteriores são vistos como fatores negativistas e segregacionistas pelas crianças que têm uma compulsividade em mentir, ou seja, as sinapses são modificadas perante a realidade interiorizada pelas pessoas que já possuem um distúrbio neuronal.

A mentira faz parte de nossas vidas. As nossas relações sociais habituais envolvem mentir e ouvir mentiras, mesmo que nem sempre ou quase nunca nos atentemos a isso (QUINTA; COELHO, 2009).

O medo de perdas pode ser algo constantemente presente na vida de algumas crianças que mentem devido à imaturidade mental, ou alteram os fatos pela grande quantidade de imaginação. Muitas vezes, partindo de um fato real, a imaginação faz o resto, misturando os sonhos com realidade (ADRADOS, 1970).

Nem tudo é apenas uma prática intencional de evitar as consequências, criando hábitos de mentir, liberando cada vez mais a dopamina para sentir a sensação de recompensa.

Mas o ato de mentir surge da fusão entre sonhos e a realidade, criando uma situação que atenda às suas expectativas do mundo que vive e daquele que ela imagina viver.

O problema aqui surge quando esta atitude passa a emitir uma sensação de prazer e esta sensação faz com que ela queira se destacar cada vez diante das outras pessoas, se tornando alguém “perfeito” diante da sociedade, assim o comportamento de mentir começa a se repetir facilmente sem nenhum efeito negativo para ela. (TEIXEIRA, 2019, p.2).

Claro (2014) afirma que a mentira é uma grande conquista no desenvolvimento individual, pois ela pressupõe a ideia de que existe um mundo que é indevassável, que não é acessível ao outro, a não ser que seja revelado por ele mesmo. E é justamente pela ideia de que existe um mundo que me é próprio que se constitui a possibilidade da mentira. Porém, há um ponto importante a ser observado nesse processo, trata-se do princípio da mentira pela criança, quando a criança começa a mentir, pois há um momento onde a falsa segurança da mentira vem à tona e ela por si só percebe que pode ser capaz de criar novas perspectivas sobre si mesma e sobre o mundo.

Um sujeito pode mentir por dois motivos, ocultação e também por dissimulação Ekman (1985).

Entende-se que a mentira nada mais é que uma falácia de ideias de um mundo projetado pelo sujeito que teme a realidade, seja por consequências ou por aquilo que acredita não integrar, influenciado diretamente o adulto que a criança virá a ser.

Matias et al. (2015) no campo profissional a mentira pode ser vista como uma habilidade importante no processo de comunicação e na resolução de problemas com chefes, clientes e até companheiros de trabalho. Ou seja, a ocultação de algumas informações acaba por beneficiar esses relacionamentos sendo necessário entender este fenômeno como parte central dessas relações e não apenas como algo prejudicial. De fato, ao analisar algumas situações é possível observar esse lado e considerar que não existe apenas uma anormalidade dentro do campo da mentira.

Por outro lado, também pode ser visto que a mentira funciona como uma arma de prevenção social, as pessoas buscam um sentimento de valor para que se tornem especiais,

e que possam ser úteis na vida de outros. No intuito de que suas próprias vidas tenham significado, elas lutam para se tornar algo para o outro. (FERNADEZ, 2019).

Segundo Matias et al. (2015), algumas pesquisas vêm tentando buscar os fundamentos neurobiológicos do comportamento mentiroso, mais precisamente no caso de mentira patológica, afirmando que estudos da neuroimagem estrutural mostraram que há presença de uma substância branca na região pré-frontal do cérebro e que existe um crescimento considerável desta em sujeitos identificados como mitômanos.

Essa substância branca pode ser considerada como um gerador do comportamento disfuncional do sujeito que mente, ou até mesmo uma consequência do excesso de mentiras, tendo em vista que o mentiroso usa mais recursos cognitivos quando mente do que quando fala a verdade, pois para omitir uma verdade o mesmo precisa elaborar uma afirmação plausível que possa soar como verdadeira diante do outro, tendo ainda que ocultar vestígios de qualquer nervosismo com tal situação. (TEXEIRA, 2019, p.5).

A disfuncionalidade cognitiva faz com que a criança tenha dificuldades em falar a verdade pois seu sistema cerebral está voltado apenas para ganhos de recompensas e sensação de satisfação. Basicamente não existe sentindo em falar de forma verídica ativando as consequências lembradas pela região do límbico cerebral.

E como afirma Claro (2014), assim como qualquer viciado a certa altura começa a mentir não só pelo prazer do alívio, mas simples e obrigatoriamente para abrandar o sofrimento do mal-estar entre uma mentira e outra.

A mentira para o mitômano funciona como um mecanismo de defesa e por mais que ele tenha consciência de que o que diz não é verdade não consegue controlá-las e sofre com esse hábito, pois sabe que as relações sociais construídas através das declarações falsas feitas por ele, podem ser rompidas, uma vez que as histórias contadas lhes apresentam sempre como um sujeito interessante e querido de personalidade agradável e favorável, a simulação mitomaníaca inclui pensamentos de grandeza, imaginações e perturbações que o leva a realizar crimes e até enganar pessoas exercendo ilegalmente algumas profissões (LOBO, 2010, s.p).

Para Alves et. al. (2013), no caso dos mitômanos muito raramente se evidenciam suas condições, o reconhecimento de tais condições causa desespero; envergonhados de si mesmos, sem saída, se deprimem e chegam a tentar o suicídio por não acreditarem na cura e no restabelecimento de afetos que foram perdidos por conta de sua limitação. E dificulta-se assim, a compreensão do problema, tendo em vista a

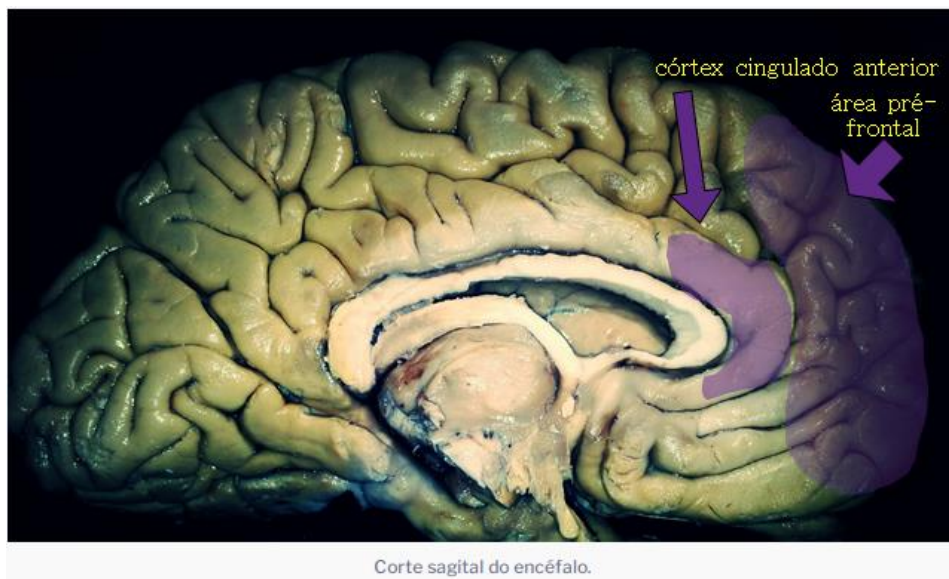
necessidade que o próprio sujeito tenha essa visão de si, para despertar para a realidade em busca de novas alternativas para o sucesso de seu tratamento.

A criança que já tem o vício de mentir, desenvolve uma personalidade quando adulto de não transparecer suas emoções em situações difíceis ou constrangedoras, criando uma dubiedade nas pessoas.

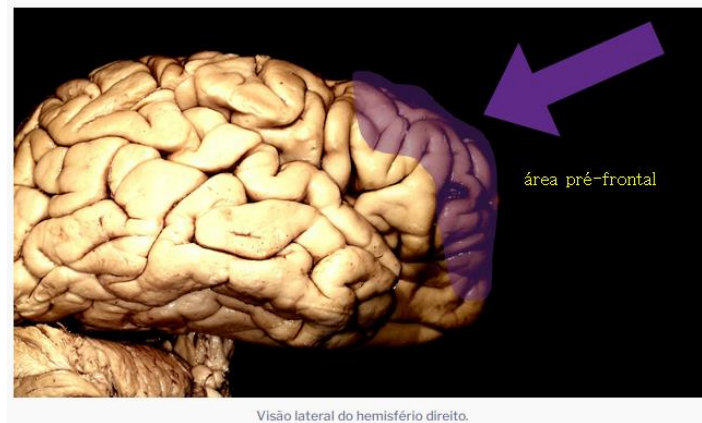
Uma criança pode ser orientada a não repetir mais o ato da mentira de forma clara e objetiva, sem precisar fazer com que tema as consequências. Contudo, quando é evidenciado o vício compulsivo pela mentira, é necessária uma intervenção clínica cognitiva ou TCC.

A Terapia Cognitiva Comportamental caracteriza-se com uma forma de terapia desenvolvida no começo da década de 1960, criada pelo psicanalista Aaron T. Beck, e considerada como um movimento revolucionário no campo da saúde mental (BECK, 2013).

Essa terapia tem como objetivo trabalhar sobre a negatividade interiorizada pelo paciente e o desenvolvimento do pré-frontal oriunda da cognição.



<https://meucerebro.com/10-verdades-sobre-a-mentira/>



<https://meucerebro.com/10-verdades-sobre-a-mentira/>

Mapeamento cerebral apresenta a região do córtex pré-frontal quando dada a uma situação de mentira existindo uma elevação do córtex cingulado anterior. Esse local é responsável pela cognição humana, segundo Farias (2015), a atividade se intensificava de modo significativo sempre que os participantes recorriam à mentira. Chamou a atenção sobretudo a elevação da atividade cerebral em duas regiões específicas: o giro do cíngulo anterior e o córtex pré-frontal, ambas regiões citadas anteriormente auxiliam decisivamente na determinação dos conteúdos da memória que chegam à nossa consciência. O giro do cíngulo dirige a atenção e serve ao controle dos impulsos. No córtex pré-frontal, por outro lado, está sediada a instância inibidora do cérebro.

Com a terapia cognitiva comportamental essa atividade pode ser controlada e fazer com que as atividades neuronais retornem ao estado de normalidade.

Os terapeutas cognitivos trabalham em um nível mais profundo de cognições, para que haja uma melhora significativa e duradoura no comportamento dos pacientes. Estes buscam suscitar no paciente as evidentes crenças básicas que eles têm sobre si, sobre o mundo, e sobre as outras pessoas (BECK, 2013, s.p).

Knapp e Beck (2008) trazem que a pesquisa e a prática clínica com a terapia cognitiva consegue ser efetiva na redução de sintomas e taxas de recorrência, com ou sem medicação, em uma ampla variedade de transtornos psiquiátricos, mesmo tendo começado com experimentos para resolução da depressão, a terapia cognitiva não se limitou somente a esse campo. Novos estudos foram direcionados à eficácia resolutiva de outros problemas, onde se buscou também adaptações, algumas das quais, para tratamentos de transtornos psicológicos na sua totalidade, enxergados desde a infância à vida adulta.

Com o aumento das atividades do cérebro e as disfunções dos neurotransmissores, a ansiedade e a depressão são enfermidades comuns nas pessoas, principalmente nas crianças que só conseguiram ocultar seus sentimentos com a prática da mentira. Como supracitado, forçando o giro cingulado anterior a inibir suas emoções para realidade que o cerca.

3 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A mentira é algo que todo ser humano emite e ouve, esse desenvolvimento está diretamente ligado com o nosso processo evolutivo de seres peripatéticos.

É importante observar que a prática da mentira ativa o cérebro primitivo ou reptiliano, local onde fica armazenado o instinto de sobrevivência de nossos ancestrais. Porém quando muito praticado o ato de mentir, a criança passa a desenvolver a denominada mitomania, em outras palavras, cria barreiras cognitivas para dizer a verdade.

Segundo análises de especialistas, ao verificar a reação do cérebro humano na hora de mentir, existe uma alteração no córtex pré-frontal em conjunto com o giro do cíngulo anterior, onde a pessoa tenta inibir transparecer suas emoções para não sofrer punições, sendo a ação de sobrevivência. Porém com a prática constante da mitomania, a criança não apenas mente para fugir das punições, mas também para o reconhecimento social na qual ela está inserida, começando a criar estratégias de forma compulsiva para ludibriar as pessoas.

Em suma, existe uma disfuncionalidade dos neurotransmissores, principalmente da dopamina, onde o sujeito sempre irá utilizar desse componente para sentir a sensação de prazer e recompensa.

Por outro lado, com os neurotransmissores trabalhando de forma inadequada, a criança desencadeia uma maior ansiedade, depressão, estresse e não consegue parafrasear veracidade alguma, pois a região do córtex pré-frontal entrou num ciclo vicioso adaptado a mentir.

Em caso de mentira e a percepção dela, os pais deverão conversar com as crianças, mostrando que tal ato não deve ser repetido, sem criar algum tipo de receio traumático. Quando identificada uma situação crônica é necessária uma intervenção terapêutica, como é o caso do TCC, oriundo da década de 80.

Tratamento Cognitivo Comportamental, é o nome que se dá para auxiliar as pessoas a desenvolverem a região cognitiva localizada no córtex pré-frontal, através desse

tratamento existe a possibilidade de o sujeito regular os neurotransmissores diminuindo a ansiedade, depressão, fadiga, entre outros enfermos.

REFERÊNCIAS

Adrados, isabel. Estudo de casos: a mentira na criança. *Arq. Bras. Psic. Apl.* Rio de janeiro, v. 22, n. 01, p. 41-47, jan./mar, 1970.

Beck, judith s. *Terapia cognitivo-comportamental: teoria e prática*. Tradução de sandra mallamann da rosa. Revisão técnica de paulo knapp e elisaberth meyer. 2º ed. Porto alegre: artmed, 2013.

Claro, andré luis. Um vício chamado mentira: ensaio psicológico sobre o mitômano e as causas e as consequências da compulsão por mentir em seu cotidiano. *Revista da universidade vale do rio verde, três corações*, v. 12, n. 1, p. 168-178, jan./jul. 2014.

Ekman, paul. *Telling lies*. New york: w.w. norton & company, 1985.

Faria, leonardo, (2015). Quando o cérebro quer enganar. Disponível em;_acesso em: 09/01/2021.

Quinta, nicolau chaud de castro; coelho, cristiano. Contando e detectando mentiras: efeito do feedback sobre o desempenho. *Psicologia: teoria e pesquisa*, vol. 25, n. 01, p. 137-145, jan-mar, 2009.

Teixeira, sabrina pereira de araujo; calou, antonio leonardo figueiredo; fernandes, rivalina maria macêdo. A mentira como um hábito disfuncional: um estudo sobre a terapia cognitivo-comportamental no tratamento da mitomania. *Id on line rev.mult. Psic.*, outubro/2019, vol.13, n.47, p. 966-980. Issn: 1981-1179.