

# Pílula da Inteligência: essa droga funciona?

“Pílula da inteligência” é um assunto em foco no momento. No entanto, o uso de substâncias para turbinar o cérebro, [ativar a concentração](#) e tornar as pessoas mais alertas vem de longo tempo. Os soldados romanos acreditavam que o alho era fonte de inspiração... [Sigmund Freud](#) defendia a cocaína como aliada da mente... Ainda, hoje, muitas pessoas tomam café para se manterem ativas...

Os tempos foram passando, algumas crenças mudaram e a indústria farmacêutica, de olho no aumento da população idosa e nas doenças que afetam a memória, lançou-se nas pesquisas e na produção de medicamentos que atuam diretamente no cérebro.

No caso dos medicamentos, na maioria das vezes, as pessoas seguem a seguinte lógica: se a droga atua no tratamento do Alzheimer, por exemplo, certamente terá um efeito espetacular na mente das pessoas saudáveis. Daí o apelido de “pílula da inteligência”.

Mas a questão é: isso realmente funciona? Quais os efeitos colaterais para os usuários, em longo prazo?

## Busca pela perfeição



Cada dia mais pessoas saudáveis recorrerem aos medicamentos para impulsionarem o desempenho em geral, inclusive da mente. Mesmo que essas drogas não tenham sido criadas especificamente para elas.

Por exemplo, veja o caso do Viagra. A função original é “dar uma mãozinha” aos homens com dificuldade de ereção. Acontece que pessoas que não têm problema algum desse tipo decidiram encarar a pílula azul, por um desempenho sexual excepcional.

A busca por uma mente brilhante e memória acima do normal também impulsiona o consumo de drogas por pessoas que não têm problemas de saúde. E essa é uma tendência que cresce no mundo inteiro.

Mais e mais gente está usando os chamados psicofármacos, tipicamente prescritos para tratamento de doenças como [TDAH](#) – Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade, narcolepsia (distúrbio incontrollável do sono, aparentemente sem motivo, que causa sonolência em excesso durante o dia) e Alzheimer etc.

Pessoas, inclusive jovens, que não se encaixam nesse quadro clínico, estão recorrendo aos remédios para se destacarem nas escolas, no vestibular, na entrevista de emprego... E até mesmo para enfrentarem as pressões e competitividade acirrada no trabalho.

São inúmeras as marcas disponíveis no mercado e variados princípios ativos da chamada “pílula da inteligência”. Muitas delas em fase de pesquisas, outras aguardando autorização de comercialização por parte dos órgãos regulamentadores, mas que são facilmente adquiridas pela internet, originadas de outros países.

## **Suplementos nootrópicos**



Usados inicialmente para tratar doenças neurodegenerativas em idosos, os suplementos nootrópicos também ganharam adeptos entre as pessoas que querem impulsionar a performance cerebral.

Os nootrópicos podem ser sintéticos (drogas) ou naturais e as pessoas estão usando como “pílula da inteligência”, com base na promessa de turbinar a memória, melhorar a concentração, o aprendizado, o raciocínio e até mesmo o humor.

A quantidade de suplementos nootrópicos no mercado é imensa. Entre os mais comuns, estão o ômega-3, creatina, fosfatidilserina, ginkgo biloba e colina.

## **Como essas drogas atuam no cérebro**

Medicamento para tratamento do Alzheimer, apelidado de “pílula da inteligência”, atua no neurotransmissor deficiente de uma pessoa – [acetilcolina](#).

O neurotransmissor é uma substância química responsável pela

interação entre as células nervosas do cérebro, impactando a memória e o aprendizado.

Existe outra droga, em fase de experimentos, que vai além de aumentar os níveis de acetilcolina. Ela busca bloquear o gene que produz beta-amilóide.

Trata-se de uma proteína tóxica que forma placas no cérebro de pessoas com Alzheimer. Alguns pesquisadores acreditam que essa pode ser uma das causas da morte das células cerebrais desses pacientes.

## **O que dizem os números sobre pílula da inteligência**

A Universidade americana de Oxford quis saber se os seus estudantes estavam recorrendo a algum tipo de “pílula da inteligência” para se manterem competitivos.

A pesquisa realizada em 2016 apontou que 15,6% dos alunos tomaram conscientemente uma “pílula da inteligência”, sem prescrição médica. Os dados coincidem com levantamentos realizados no Reino Unido e em outros países.

E a tendência não se limita às escolas. O uso de coquetel de comprimidos, geralmente associando suplementos naturais e drogas, tem se tornado cada vez mais frequente no ambiente de trabalho.

## **A voz dos especialistas**



É fato que algumas dessas drogas têm apresentado resultados satisfatórios no tratamento, por exemplo, de TDAH, narcolepsia e Alzheimer, trazendo esperança e qualidade de vida para muitos pacientes.

Ao serem transformadas em “pílula da inteligência”, algumas dúvidas aparecem. Segundo os especialistas, não existem provas concretas de que um remédio de Alzheimer ou outros turbinam o cérebro de uma pessoa saudável.

Usuários relatam melhora na memória, mas isso não significa tornar-se mais inteligente. Ou seja, um medicamento não transmite habilidades, conhecimentos e sabedoria a ninguém.

O máximo que um remédio pode fazer por você é dar-lhe mais energia, melhorar a concentração e memória para realizar os seus sonhos, tanto pessoais como profissionais.

# As substâncias mais comuns

A cafeína, efedrina e ritalina são algumas substâncias usadas para acelerar o cérebro. Mas, uma droga muito procurada mesmo é a Modafinil, originalmente criada para tratar a narcolepsia (sono excessivo) e a apneia do sono.

Modafinil é apontada por algumas pesquisas como “a primeira pílula da inteligência segura do mundo”, com efeitos colaterais de “baixo risco”. Isso é válido quando o medicamento é consumido por um curto período de tempo.

No entanto, a coisa não é bem assim. O consumo dessa droga provoca em curto prazo insônia, tontura, irritabilidade, dor de cabeça, excitação, tremores, náusea, dor abdominal, hipertensão, erupções cutâneas e outros problemas.

O nome comercial do Modafinil no Brasil é Stavigile e somente pode ser comprada com receita médica. No exterior, a droga está no Provigil, Vigil, Modavigil, Vigicer etc.

## Caminhos diferentes

Se em curto prazo já se conhecem alguns efeitos colaterais da pílula da inteligência, em longo prazo a história é diferente. Ou seja, cientificamente, ainda não se sabe ao certo o que pode ocorrer com um usuário frequente dessas drogas no futuro. Portanto, não há garantir segurança.

Alguns pesquisadores falam da possibilidade de se criar dependência e até mesmo de prejuízo para outras áreas do cérebro – do tipo conserta uma coisa e atrapalha outra.

Então, diante de um quadro de incertezas em longo prazo, você pode optar por evitar a “pílula da inteligência” e trilhar outros caminhos para adquirir conhecimentos e se destacar.

# Três técnicas simples para deixá-lo mais inteligente

Muitos especialistas garantem que você não precisa de pílula da inteligência para turbinar o seu cérebro. Existem caminhos mais saudáveis e seguros de se chegar ao mesmo lugar. Veja as dicas que separamos para você:

## Gerencie o tempo

Um estudo realizado pela Universidade Radboud, na Holanda, mostrou que a sensação de perda de controle em geral gera insegurança. Consequentemente, pode prejudicar a performance das pessoas. A dica é gerenciar o que você faz, o tempo gasto e a forma como faz. A tecnologia pode ser uma forte aliada, mas você pode aprender muito, também, com a [Matriz de Eisenhower](#).

## Fuja do vermelho

Estamos falando da cor mesmo. Não é nenhuma metáfora. A cromoterapia estuda as cores e seus impactos na performance das pessoas, no jeito de agir e pensar. É uma pesquisa da Universidade de Chichester mostrou que o vermelho pode influenciar o subconsciente na percepção de fracasso. Isso aumenta a probabilidade de sucesso.

## Faça palavras cruzadas

Acredite, as palavras cruzadas não servem apenas para entretenimento. Elas funcionam como um exercício para o cérebro. Essa “brincadeira” contribui para o desenvolvimento de habilidades como concentração e memória. Um estudo conduzido na Irlanda revelou que as palavras cruzadas podem até mesmo reduzir os efeitos do Mal de Alzheimer.

# Invista em aprender sempre

Desenvolver novos conhecimentos é uma poderosa ferramenta para turbinar o cérebro de qualquer pessoa. Foi o que revelou uma pesquisa da Universidade de Hamburgo, na Alemanha.

Então, que tal investir na leitura, ao invés de apelar para as drogas? Você pode, por exemplo, [inspirar-se nos ensinamentos de um verdadeiro gênio, Steve Jobs?](#)

A plataforma [12min](#) tem também uma quantidade enorme de resumos das obras mais valiosas do mercado editorial, para ajudá-lo a turbinar o sucesso pessoal e profissional. Veja algumas dicas legais:

## [Os Segredos para ter Memória Forte e Cérebro Sempre Jovem](#) – Renato Alves

Você vai encontrar neste livro um plano de treinamento, com exercícios práticos e estratégias para manter seu cérebro ativo a vida toda.



## [Mindset – A Atitude Mental para o Sucesso](#)



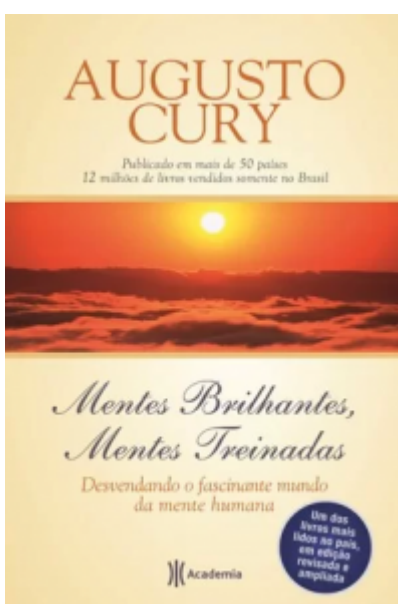
## – Carol S. Dweck

O sucesso não depende apenas de nossas habilidades ou talento e sim de como nós enfrentamos as situações da vida e de como isso depende das atitudes mentais.



## Mentes Brilhantes, Mentes Treinadas – Augusto Cury

Uma mente brilhante surge quando treinamos nossa psique para construir um amor inteligente e uma mente saudável, regada ao prazer, livre, segura, resiliente e criativa.



## 0 Cérebro e a Inteligência Emocional - Daniel Goleman

Competências como gerenciamento de emoções, motivação concentrada para atingir metas, adaptabilidade e iniciativa são baseadas na autogestão emocional.



Você curtiu esse post? Deixe aqui o seu comentário e compartilhe as informações com os seus amigos. E boa leitura!