

A influência das mídias e redes sociais na saúde mental dos jovens

The influence of social media and networks on young people's mental health

DOI:10.34119/bjhrv6n1-292

Recebimento dos originais: 17/01/2023

Aceitação para publicação: 16/02/2023

Isabela Vieira Pereira Santos

Graduanda do curso de Medicina

Instituição: Centro Universitário de Patos de Minas (UNIPAM)

Endereço: Travessa Vicente João da Fonseca, n 35, Vila Garcia

E-mail: isabelavieira3m@hotmail.com

Natália de Fátima Gonçalves Amâncio

Pós-doutorado em Promoção da Saúde pela Universidade de Franca (UNIFRAN)

Instituição: Centro Universitário de Patos de Minas (UNIPAM)

Endereço: Rua Major Gote, 808, Caiçaras, Patos de Minas - Minas Gerais

E-mail: nataliafga@unipam.edu.br

Mariluce Ferreira Romão

Pós-doutorado em Morfologia

Instituição: Centro Universitário de Patos de Minas (UNIPAM)

Endereço: Rua Nova Ponte, nº. 87, Copacabana, Patos de Minas - Minas Gerais

E-mail: marilucef@unipam.edu.br

Karine Cristine de Almeida

Doutorado em Imunologia e Parasitologia Aplicadas

Instituição: Centro Universitário de Patos de Minas (UNIPAM)

Endereço: Rua Major Gote, 808, Caiçaras, Patos de Minas - Minas Gerais

E-mail: karineca@unipam.edu.br

RESUMO

O presente artigo relata como o fenômeno das mídias sociais impactam no surgimento de transtornos psicológicos. O objetivo do estudo foi analisar diferentes artigos que discutiram a influência da internet sobre a saúde mental dos adolescentes. A metodologia trata-se de uma revisão de literatura de 18 publicações no período de 2018 a 2022, encontradas nas seguintes bases de dados: Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), Scientific Electronic Library Online (SciELO), National Library of Medicine (PubMed), EbscoHost e Google Scholar. Após a análise dos textos, foi possível identificar que as mídias digitais podem impactar os indivíduos de diferentes maneiras. Os resultados demonstraram que a maioria dos estudos comprovam uma relação direta entre o adoecimento mental e o uso excessivo de mídias digitais. Constatou-se que, devido a isso o fenômeno das redes sociais impacta em maior escala os jovens, visto que, estes, são os que mais desfrutam dessa tecnologia. Consequentemente, baseadas nas evidências encontradas é de suma importância a execução de ações preventivas por profissionais da saúde, como na área da Psiquiatria e Psicologia.

Palavras-chave: adolescentes, transtornos psicológicos, mídias digitais, adoecimento mental.

ABSTRACT

This paper reports on how the phenomenon of social media impacts the emergence of psychological disorders. The aim of the study was to analyze different articles that discussed the influence of the internet on adolescent mental health. The methodology is a literature review of 18 publications from 2018 to 2022, found in the following databases: Virtual Health Library (VHL), Scientific Electronic Library Online (SciELO), National Library of Medicine (PubMed), EbscoHost and Google Scholar. After analyzing the texts, it was possible to identify that digital media can impact individuals in different ways. The results showed that most studies prove a direct relationship between mental illness and excessive use of digital media. It was found that, because of this, the phenomenon of social networks impacts young people to a greater extent, since they are the ones who most enjoy this technology. Consequently, based on the evidence found, it is of utmost importance that preventive actions be taken by health professionals, such as psychiatrists and psychologists.

Keywords: adolescents, psychological disorders, digital media, mental illness.

1 INTRODUÇÃO

A internet se tornou um meio de comunicação indispensável no mundo atual, uma vez que a globalização proporcionou o surgimento de diversas informações e utilidades, por meio dessa tecnologia. Atualmente, é impossível imaginar a vida sem os avanços tecnológicos, principalmente, porque o acesso ao conhecimento, ao estudo e a comunicação, tendo em vista ligações, e-mails, redes sociais, sites, livros online, etc (SOUZA; CUNHA, 2019).

Sendo assim, as gerações mais recentes, já nasceram integradas na era digital e comumente têm acesso a todo tipo de mídia, que podem ser utilizadas, tanto para o bem, quanto para o mal. Diante disso, é importante destacar a fase, em que as referidas gerações se encontram, principalmente, por se tratar de jovens. Isto indica, que estes indivíduos estão em transição da adolescência, para a vida adulta, construindo uma identidade própria, intelectual e física (FIGUEIREDO, 2019).

Segundo Marques *et al.*, (2019), a internet é de suma importância, para a evolução do ser humano, no âmbito do aprendizado. Portanto, é evidente os seus benefícios, mas, cabe considerar, que a internet é suscetível a malefícios, que, também, podem contribuir para o surgimento de transtornos psicológicos, e danos a saúde mental dos indivíduos. A maneira como a internet é utilizada, destacando mídias e redes sociais, como parâmetro e modelo social, tem afetado continuamente a construção da personalidade de diversos jovens, isto, porque a cultura midiática tem ditado direta ou indiretamente como cada um deveria se portar ou simplesmente querendo criar um padrão de vida.

Desta maneira, a cultura midiática vem causando um sofrimento psicológico nos adolescentes, pois, estes, ainda não têm por definida a sua identidade social, algo natural,

sabendo, que a fase da adolescência é o momento, em que é iniciada a solidificação desta identidade, que vem sendo moldada desde a infância. Então, as mídias sociais não filtradas com sabedoria, desorientam o indivíduo provocando um distúrbio da realidade, capaz de afetar, drasticamente, o intelecto e a fisiologia dos jovens, desenvolvendo neles transtornos psicológicos como a depressão, a dismorfia corporal, dentre outras (SOUZA; CUNHA, 2019).

Portanto, o presente estudo tem a finalidade de analisar a influência, que as mídias e redes sociais têm sobre a saúde mental dos jovens, como forma de alertar e conscientizar a importância, de se preservar a saúde psicológica e física destes. Logo, faz-se necessário entender a relevância da filtragem das mídias, como forma de não se permitir ser refém dos malefícios, que podem ser encontrados no mal e excessivo uso da internet.

Tendo em vista a importância de contribuir com a preservação das gerações jovens do mundo, e, sobretudo, com vistas à influência ruim e tendenciosamente crônica das mídias e redes sociais, percebe-se a importância de destacar e intervir, mediante o grande impacto negativo lícito, que pode ser instalado.

2 METODOLOGIA

O presente estudo consiste em uma revisão exploratória integrativa de literatura. A revisão integrativa foi realizada em seis etapas: 1) identificação do tema e seleção da questão norteadora da pesquisa; 2) estabelecimento de critérios, para inclusão e exclusão de estudos e busca na literatura; 3) definição das informações a serem extraídas dos estudos selecionados; 4) categorização dos estudos; 5) avaliação dos estudos incluídos na revisão integrativa e interpretação, e 6) apresentação da revisão.

Na etapa inicial, para definição da questão de pesquisa utilizou-se da estratégia PICO (Acrônimo para *Patient, Intervention, Comparison e Outcome*). Assim, definiu-se a seguinte questão central, que orientou o estudo: “Quais as influências da mídia e redes sociais no surgimento de transtornos psicológicos em jovens?” Nela, observa-se o P: jovens; I: mídias e redes sociais e O: transtornos psicológicos.

Para responder a essa pergunta, foi realizada a busca de artigos envolvendo o desfecho pretendido utilizando as terminologias cadastradas nos Descritores em Ciências da Saúde (DeCs) criados pela Biblioteca Virtual em Saúde desenvolvido a partir do *Medical Subject Headings da U.S. National Library of Medicine*, que permite o uso da terminologia comum em português, inglês e espanhol. Os descritores utilizados foram: redes sociais, jovens, transtornos psicológicos, mídias digitais e saúde mental; bem como os descritores em inglês: *digital media*,

mental health, social media, psychological disorder. Para o cruzamento das palavras chaves utilizou-se os operadores booleanos “and”, “or” e/ou “not”.

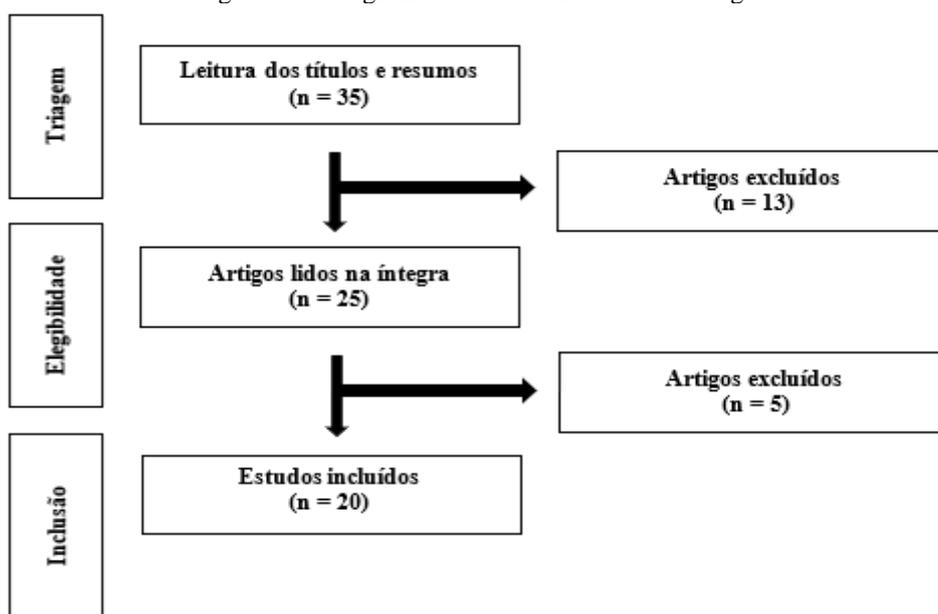
Realizou-se um levantamento bibliográfico por meio de buscas eletrônicas nas seguintes bases de dados: Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), *Scientif Eletronic Library Online (SciELO)*, *National Library of Medicine (PubMed)*, *EbscoHost*, *Google Scholar*.

A busca foi realizada no mês de agosto de 2022. Como critérios de inclusão, limitou-se a artigos escritos em espanhol, inglês e português publicados nos últimos cinco anos (2018 a 2022), que abordassem o tema pesquisado e que estivessem disponíveis eletronicamente em seu formato integral, foram excluídos os artigos que apresentavam nível baixo de qualidade científica.

Após a etapa de levantamento das publicações, encontrou trinta artigos, dos quais foram realizados a leitura do título e resumo das publicações considerando o critério de inclusão e exclusão definidos. Em seguida, realizou a leitura na íntegra das publicações, atentando-se novamente aos critérios de inclusão e exclusão, sendo que dez artigos não foram utilizados devido aos critérios de exclusão. Assim, foram selecionados dezoito artigos para análise final e construção da revisão.

Posteriormente à seleção dos artigos, realizou um fichamento das obras selecionadas afim de selecionar a coleta e análise dos dados. Os dados coletados foram disponibilizados em uma tabela, possibilitando ao leitor a avaliação da aplicabilidade da revisão integrativa elaborada, de forma a atingir o objetivo desse método

Figura 1: Fluxograma da busca e inclusão dos artigos



Fonte: Autoria própria, 2022.

3 RESULTADO

A partir da aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, foi possível a estruturação da tabela a seguir que contém as principais informações sobre os efeitos da tecnologia na saúde mental dos adolescentes encontrados nos 18 estudos analisados. A tabela (**tabela 1**) é constituída por dados referentes à autoria do artigo, ao ano e título do texto. Dessa forma, a análise dos resultados encontrados ocorreu com maior eficácia, possibilitando visualizar melhor os diversos efeitos desse padrão comportamental.

Tabela 1: Correlação entre os estudos analisados e seus principais achados sobre a influência das redes sociais no adoecimento mental dos adolescentes.

Autor e Ano	Título	Achados principais
VRIES et al., 2018	<i>Social Media and Body Dissatisfaction: Investigating the Attenuating Role of Positive Parent-Adolescent Relationships</i>	A relação positiva com a figura materna ajuda na diminuição do impacto das redes sociais nos distúrbios de autoimagem.
COYNE et al., 2019	<i>Does Time Spent Using Social Media Impact Mental Health?: An Eight Year Longitudinal Study</i>	Esse estudo longitudinal não encontrou associação entre o tempo de uso do celular com o aumento da ansiedade e depressão.
DIAS et al., 2019	Adolescentes na Rede: Riscos ou Ritos de Passagem?	O adolescente usa a internet como um caminho alternativo para escapar da realidade, aqueles que possuem um grupo pessoal na rede estão menos sujeitos aos malefícios dela.
SANCHES E FORTE, 2019	Redes sociais e depressão: um estudo estatístico sobre a percepção de bem-estar em estudantes universitários	A internet não é totalmente nociva, porém ela configura um ambiente propício para o surgimento de problemas psicológicos.
SOUZA E OLIVEIRA, 2020	Impactos psicológicos da mídia sobre a construção da identidade do “jovem infrator”	Alta influência da mídia e redes sociais na imagem criada sobre jovens infratores. Alto índice de violência virtual direcionada a esses adolescentes.
ABI-JAOUDE et al., 2020	<i>Smartphones, social media use and Youth mental health</i>	O uso maléfico de smartphones está relacionado com aumento do sofrimento mental, comportamento auto lesivo, suicídio - as meninas são mais suscetíveis.
O'REILLY, 2020	<i>Social media and adolescent mental health: the good, the bad and the ugly</i>	Existem lados bons, ruins e terríveis nas redes sociais. O maior risco a vulnerabilidade é o adolescente fora do seu grupo pessoal.
GAO et al., 2020	<i>Mental health problems and social media exposure during COVID-19 outbreak</i>	Alta prevalência de problemas de saúde mental devido o mal uso da tecnologia durante a pandemia.
GHAEMI, 2020	<i>Digital depression: a new disease of the millennium?</i>	O crescimento de níveis de ansiedade e depressão nos adolescentes acompanhou o surgimento da tecnologia e o fenômeno atual do uso prolongado desta.
NUNES et al., 2021	Fatores relacionados à dependência do smartphone em adolescentes de uma região do Nordeste brasileiro	Na amostra coletada foi indicado prevalência do uso maléfico do smartphone, o que contribui para queixas de saúde física e mental.

DEMIRTAŞ et al., 2021	<i>Lifetime depressive and current social anxiety are associated with problematic internet use in adolescents with ADHD: a cross-sectional study</i>	Uso problemático da internet é comum entre jovens com TDAH, a fobia social está relacionada a isso.
ADORJAN E RICCIARDELLI, 2021	<i>Smartphone and social media addiction: Exploring the perceptions and experiences of Canadian teenagers</i>	Os adolescentes estão familiarizados com o vício em smartphones. Os algoritmos contribuem para senso de poder deles.
FREITAS et al., 2021	<i>Percepciones de los adolescentes sobre el uso de las redes sociales y su influencia en la salud mental</i>	O uso das redes sociais está aumentando e provoca a gênese de novas formas de adoecimento, principalmente o mental.
FERMANN et al., 2021	Uso de internet e mídias sociais por estudantes universitários: um campo de estudo emergencial	A maioria dos estudantes apontam grau de dependência moderada em relação ao uso de celulares e isso impacta suas relações interpessoais.
SALES et al., 2021	Adolescentes na Era Digital: Impactos na Saúde Mental	O uso problemático dos recursos tecnológicos pode contribuir para o surgimento de transtornos psicológicos.
MORENO et al., 2022	<i>Digital Technology and Media Use by Adolescents: Latent Class Analysis</i>	Grupo de adolescentes que possuem fatores biopsicossociais de riscos são mais suscetíveis aos malefícios da internet.
YANG et al., 2022	<i>Body Dissatisfaction and Disordered Eating Behaviors: The Mediation Role of Smartphone Addiction and Depression</i>	O vício em smartphones e a depressão podem ser variáveis mediadoras sequenciais na associação entre a insatisfação corporal e transtornos alimentares.
VIEIRA et al., 2022	Uso excessivo de redes sociais por estudantes de ensino médio do sul do Brasil	A maioria dos estudantes faz uso excessivo de redes sociais, isso afeta diretamente a saúde mental deles.
JUNIOR et al., 2022	Depressão entre adolescentes que usam frequentemente as redes sociais: uma revisão da literatura	Ainda há necessidade de muitos estudos sobre esse assunto, mas a maioria indica que a tecnologia causa prejuízos a saúde mental dos jovens.

Fonte: Dados da pesquisa, 2022.

4 DISCUSSÃO

Os estudos selecionados foram aplicados em diversos países como Canadá, China, Brasil e Estados Unidos o que possibilita uma grande diversidade literária para explorar a temática desse presente estudo. A maioria dos artigos demonstram influência notória na relação do mal uso das redes sociais com o surgimento de malefícios para a saúde mental. Embora, um artigo não tenha expressado esse resultado de maneira significativa, é perceptível que a internet possui lados sombrios e positivos que precisam ser explorados de acordo com as características pessoais de seus usuários.

Em um estudo longitudinal de oito anos, foram examinados a associação entre o tempo gasto usando redes sociais e sua relação com o aumento dos níveis de depressão e ansiedade, analisando as características individuais dos participantes. A amostra selecionada foi de 500 adolescentes entre 13 e 20 anos que responderam a questionários anuais. Os resultados da

pesquisa revelaram que o aumento do tempo gasto na internet não foi associado ao crescimento dos problemas de saúde mental em todo o desenvolvimento dos jovens quando examinados no nível individual (COYNE *et al.*, 2019).

Assim, de acordo com Coyne *et al.*, (2019), as horas usadas nas redes sociais não são necessariamente indicativas de problemas de saúde mental. Sendo assim, é preciso que os pesquisadores examinem o contexto e o conteúdo em torno do uso dessa tecnologia e muitos outros fatores que podem explicar o aumento de problemas de saúde mental durante a adolescência e a idade adulta emergente.

Em outro âmbito, as pesquisas publicadas por Nunes *et al.*, (2021), Rosemary e Ricciardelli (2021), Fermann *et al.*, (2021), Yang *et al.*, (2022) e Vieira *et al.*, (2022) concluíram que a maioria dos adolescentes apresentam indicativos de vício perante a internet, visto que utilizam de maneira excessiva as mídias digitais.

Após analisar uma população de 286 adolescentes, entre 15 e 19 anos, Nunes *et al.*, (2021), obtiveram como resultados a confirmação de que a maioria dos jovens possuíam algum nível de dependência relacionada quanto ao uso de smartphones. Essa constatação relacionou a problemática com o aparecimento de sintomas físicos de dor e o crescimento de problemas psicológicos, como por exemplo, insônia, fadiga, problemas de memória, irritabilidade, dificuldades de concentração e sentimento de inutilidade.

Ao selecionar 143 jovens universitários e realizar um estudo descritivo, quantitativo e transversal em uma instituição de ensino particular, observou-se que grande parte da amostra apresentava nível de dependência significativa em relação ao uso de dispositivos. Assim, verificou-se que mais da metade da amostra apresentou sintomas de insônia decorrentes do uso excessivo das redes sociais, e que aproximadamente 65% dos participantes afirmaram ter pouca qualidade de sono. Vale ressaltar também que os resultados da pesquisa demonstram que o vício em smartphones prejudica as relações interpessoais que esses indivíduos possuem fora do ambiente cibernético (FERMANN *et al.*, 2021).

No estudo transversal de Vieira *et al.*, (2022), os adolescentes presentes na amostra demonstraram fazer uso excessivo de mídias digitais. Em comparação com outros estudos, a prevalência de jovens viciados em tecnologia se mostrou maior o que contribuiu para a análise de posteriores consequências dessa problemática. Nesse sentido, as mais frequentes foram aumentos significativos nos níveis de ansiedade, depressão, comportamento suicida e dismorfia corporal.

Diferentes autores identificaram resultados negativos incluindo a diminuição da saúde mental resultante de ansiedades relacionadas a tecnologia, por exemplo, o medo de perder a

conectividade social relacionada às tecnologias online. Ademais, não se sabe o suficiente quais são as opiniões dos jovens acerca dessa temática, portanto, esse artigo destaca discussões com adolescentes sobre essa interdependência líquida, explorando suas experiências e percepções sobre a ideia de que “as crianças de hoje” são viciadas aos seus dispositivos. As discussões revelam que os adolescentes estão abraçando ativamente os rótulos de vícios, aumentando seu senso de poder perante a influência dos algoritmos e separando os indivíduos entre adultos como “imigrantes digitais” e jovens como “nativos digitais” (ADORJAN E RICCIARDELLI, 2021).

Outra análise, pela primeira vez provou que o vício em smartphones e a depressão podem ser variáveis mediadoras sequenciais na associação entre insatisfação corporal e transtornos alimentares. No entanto, este foi um estudo transversal e futuras pesquisas longitudinais poderiam testar ainda mais as associações causais entre essas variáveis (YANG *et al.*, 2022).

Por outro lado, os estudos de Sanches e Forte (2019), Souza e Oliveira (2020), Freitas *et al.*, (2021), Sales *et al.*, (2021), Ghaemi (2020), Abi-joude *et al.*, (2020) , Gao *et al.*, (2020) e Junior *et al.*, (2022) demonstram que o ambiente virtual é propício para o surgimento de adoecimentos mentais nos jovens.

Em um estudo estatístico sobre a percepção de qualidade de vida em estudantes do ensino superior foi descoberto que 96,8% dos 343 participantes da pesquisa afirmaram fazer o uso diário dos dispositivos eletrônicos. Soma-se a isso, o fato de que os estudantes demonstraram que essa problemática pode despertar sentimentos desagradáveis nos indivíduos, como por exemplo, o sentimento negativo de solidão agregado a baixa autoestima. Nessa perspectiva, é perceptível que a internet configura um ambiente perigoso para pessoas que se encontram em estado de vulnerabilidade (SANCHES E FORTE, 2019).

Souza e Oliveira (2020), afirmam que o ambiente virtual contribui de maneira pertinente para a construção de um estigma sobre a identidade do jovem infrator. Isso acontece porque os meios de comunicação facilitam a divulgação de imaginários populares que enriquecem o preconceito das pessoas em relação a esses jovens. Sendo assim, alguns adolescentes recebem diversos ataques virtuais que dificultam seu desenvolvimento psicossocial.

Após aplicar 71 questionários sobre a opinião dos jovens em relação às redes sociais e sua contribuição para o crescimento de problemas psicológicos, foi descoberto que o maior risco para a saúde mental nesse ambiente é a exposição de dados e o sentimento de vergonha que isso ocasiona nos adolescentes (FREITAS *et al.*, 2021).

Segundo Sales *et al.*, (2021), a maior preocupação do fenômeno de uso excessivo da internet está focada nos adolescentes, uma vez que, esses ainda se encontram em processo de evolução como indivíduos. Diante disso, percebe-se que a internet contribui de maneira positiva para o surgimento de queixas de problemas mentais e insatisfações corporais que contribuem para o surgimento de transtornos alimentares. É importante frisar que essa problemática também contribui para adoecimentos físicos, visto que esse vício contribui para o sedentarismo e as más práticas alimentares.

A pesquisa de Gao *et al.*, (2020), avaliou a prevalência de problemas de saúde mental e sua associação com as mídias sociais durante a pandemia. Isso foi feito por meio de um estudo transversal entre 4872 cidadãos chineses de 18 anos de diferentes regiões do país. Assim, os resultados demonstraram que a exposição prolongada das mídias digitais contribuiu positivamente para o crescimento de níveis de ansiedade e depressão dos adolescentes.

Diversos estudos transversais, longitudinais e empíricos relacionam o uso de smartphone e mídias sociais com o aumento do sofrimento mental, comportamento auto lesivo e suicídio entre os jovens (Abi- Jaoude *et al.*, 2020; Junior *et al.*, 2022). As mídias sociais podem afetar a autopercepção e as relações interpessoais dos adolescentes por meio da comparação social e interações negativas, incluindo o *cyberbullying*. Essa problemática também impacta altas proporções de jovens que se envolvem no uso maléfico de smartphones, com privação crônica de sono resultantes, e efeitos negativos no controle cognitivo, desempenho acadêmico e funcionamento socioemocional. Além disso, as redes sociais possuem diversos conteúdos que envolvem e até mesmo promovem a prática de automutilação e suicídio entre os jovens (ABI-JAOUDE *et al.*,2020).

Assim, o estudo de Ghaemi (2020) demonstrou que as mídias sociais e a tecnologia digital possuem relação direta com a confirmação de diagnósticos psiquiátricos em adolescentes e adultos jovens. Isso pode ser exemplificado pelo aumento da taxa de adolescentes americanos que possuem depressão, visto que dados estatísticos apontaram que 22% dos participantes da pesquisa estavam com transtorno depressivo e o crescimento do índice de suicídios.

Sob outra perspectiva, os autores Vries *et al.*, (2018), Demirtas *et al.*, (2021) e Moreno *et al.*, (2022) descobriram que a influência negativa que a internet pode ocasionar na saúde mental dos adolescentes está diretamente conectada a diferentes aspectos de riscos individuais que aumentam a probabilidade de desenvolvimento de problemas psicológicos.

Pesquisas anteriores mostraram que o uso de mídias sociais por adolescentes prediz o aumento da insatisfação corporal. No entanto, pouco é conhecido sobre os fatores socioambientais que podem atenuar essa relação. Este estudo examina um desses potenciais:

relações pais-adolescentes positivas. Uma pesquisa na escola foi realizada entre 440 adolescentes de 12 a 19 anos. Em média, o uso de mídia social foi positivamente associado a insatisfação corporal, mas essa relação foi mais fraca entre os adolescentes que relataram uma relação saudável com suas mães. A relação dos jovens com o pai não moderou a associação entre uso da mídia e essa problemática (VRIES *et al.*, 2018).

De acordo com Vries *et al.*, (2018), esses achados podem indicar que o ambiente social dos adolescentes influencia no crescimento de transtornos mentais, enquanto a relação que eles têm com suas mães pode protegê-los contra esses efeitos prejudiciais do uso das mídias sociais. Logo, mais estudos são necessários para examinar a direção dos efeitos e testar a validade desta interpretação.

Posteriormente, outros autores realizaram um estudo transversal que incluiu 95 adolescentes com Transtorno de Atenção e Hiperatividade (TDAH). Este estudo foi responsável por analisar a influência do uso problemático da internet por esses jovens, foi descoberto que a fobia social gerada pelo diagnóstico prévio deles contribuiu para o vício nos dispositivos. Dessa maneira, o uso prejudicial da internet influencia no crescimento da ansiedade dos participantes analisados (DEMIRTAS *et al.*, 2021)

O artigo publicado por Moreno *et al.*, (2022), analisou perfis dos usuários de internet por adolescentes em uma grande população de estudo como foco em quatro construtos baseados em evidências: propriedade e uso de tecnologia, envolvimento dos pais, indicadores de saúde e bem-estar. Nesse contexto, foi descoberto que a falta de um ambiente familiar saudável e a negligência dos pais é um fator que influencia diretamente na probabilidade de adoecimento mental perante o uso excessivo das mídias sociais.

Nesse contexto, as publicações de O'Reilly *et al.*, (2020) e Dias *et al.*, (2019) encontraram uma forte associação entre o sentimento de acolhimento do grupo pessoal com a diminuição dos riscos de prejuízos provenientes da exposição inadequada ao uso de smartphones pelos jovens.

As vozes dos adolescentes e as perspectivas dos profissionais são centrais para entender a relação entre as mídias sociais e a saúde mental. Para isso, foram realizados oito grupos focais, seis com adolescentes de 11 a 18 anos e dois com profissionais especializados na temática abordada. Essas discussões permitiram a expressão de experiências, visões e opiniões sobre a relação entre a tecnologia e o bem-estar psicológico (O'REILLY *et al.*, 2020).

Os resultados da pesquisa de O'Reilly *et al.*, (2020), dividiram a internet entre o lado "bom", o "ruim" e o "feio". Por conseguinte, foi descoberto que dentre os malefícios que o

uso inapropriado das redes sociais pode ocasionar, o maior risco é para aqueles adolescentes que navegam pela internet sem a presença de um grupo pessoal.

Sob o mesmo viés, diversos autores descobriram que a internet pode ser usada, na maioria das vezes, como um escape da realidade difícil que os adolescentes encaram durante essa fase de desenvolvimento biopsicossocial. Felizmente, esse estudo também comprovou que os jovens que possuem um grupo de apoio nesse contexto também são menos suscetíveis aos prejuízos da longa exposição as mídias digitais (DIAS *et al.*, 2019).

5 CONCLUSÃO

Conclui-se, que o fenômeno das redes sociais impacta em maior escala os jovens, visto que, estes, são os que mais desfrutam dessa tecnologia. Diante disso, diversas pesquisas demonstram a influência do uso exacerbado, que, por sua vez, contribui para o prejuízo da saúde mental desses indivíduos.

Entretanto, é importante compreender, que a internet possui diversos benefícios para o enriquecimento de informações e comunicação das pessoas no geral. Por isso, é imprescindível, que ao analisar os malefícios de tais tecnologias, também, sejam analisados os fatores de riscos individuais pré-existentes, que podem ou não contribuir para o adoecimento mental.

Consequentemente, a execução de ações preventivas por profissionais da saúde, como a criação de grupos terapêuticos na área da Psiquiatria e Psicologia que apoiem os adolescentes vulneráveis aos riscos da tecnologia, é de suma importância. Trata-se de medidas, que devem considerar os adolescentes como grupo focal, com ênfase na atenção ao uso inadequado das redes sociais.

REFERÊNCIAS

ABI-JAOUDE, E.; NAYLOR, K. T.; PIGNATIELLO, A. **Smartphones, social media use and youth mental health**. CMAJ: Canadian Medical Association journal = journal de l'Association medicale canadienne, [online] v. 192 (6), p. 136-141 fev. 2020. Disponível em: <<https://doi.org/10.1503/cmaj.190434>>. Acesso em: 15 nov. 2022.

ADORJAN, M.; RICCIARDELLI, R. **Smartphone and social media addiction: Exploring the perceptions and experiences of Canadian teenagers**. Canadian Review of Sociology/Revue Canadienne de Sociologie, [online], v. 58 (1), p. 45-64. fev. 2021. Disponível em: DOI: <<https://doi.org/10.1111/cars.12319>>. Acesso em: 16 nov. 2022.

COYNE, Sarah M.; ROGERS, Adam A.; ZURCHER, Jessica D.; STOCKDALE, Laura; BOOTH, McCall. **Does time spent using social media impact mental health?: An eight year longitudinal study**. Computers in Human Behavior, [online] v. 104, out. 2019. DOI: <<https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.106160>>. Acesso em: 15 nov. 2022.

DEMIRTAŞ, O. O., ALNAK, A.; COŞKUN, M. **Lifetime depressive and current social anxiety are associated with problematic internet use in adolescents with ADHD: a cross-sectional study**. Child and adolescent mental health [online], v. 26 (3), p. 220-227, set. 2021. Disponível em: <<https://doi.org/10.1111/camh.12440>>. Acesso em: 16 nov. 2022.

DIAS, Vanina Costa et al. **Adolescentes na Rede: Riscos ou Ritos de Passagem?**. Psicologia: Ciência e Profissão [online], v. 39, abr. 2019. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1982-3703003179048>>. Acesso em: 15 nov. 2022.

FERMANN, Ilana Luiz; et al. **Uso de internet e mídias sociais por estudantes universitários: um campo de estudo emergencial**. Cienc. Psicol., Montevideo, v. 15, n. 1, e2389, jun. 2021. Disponível em: <<https://doi.org/10.22235/cp.v15i1.2389>>. Acesso em: 16 nov. 2022.

FIGUEIREDO, R. **A obsessão pelo corpo e o desenvolvimento de transtornos alimentares em jovens adolescentes**. Pretextos - Revista da Graduação em Psicologia da PUC Minas, [online], v. 4, n. 7, p. 250-268, 19 jul. 2019. Disponível em: <<http://periodicos.pucminas.br/index.php/pretextos/article/view/18634>>. Acesso em: 11 out. 2022.

FREITAS, Rodrigo Jacob Moreira de; et al. **Percepciones de los adolescentes sobre el uso de las redes sociales y su influencia en la salud mental**. Doente. glob, Múrcia, v. 20, n. 64, p. 324-364, out. 2021. Disponível em: <<https://dx.doi.org/10.6018/global.462631>>. Acesso em: 16 nov. 2022.

GAO, J.; et al. **Mental health problems and social media exposure during COVID-19 outbreak**. PLOS ONE, [online] v. 15 (4) abr. 2020. Disponível em: <<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0231924>>. Acesso em: 15 nov. 2022.

GHAEMI, S. N. **Digital depression: a new disease of the millennium?**. Acta psychiatrica Scandinavica, [online], v. 141 (4), p. 356-361, fev. 2020. Disponível em: <<https://doi.org/10.1111/acps.13151>>. Acesso em: 15 nov. 2022.

JUNIOR, Evandro Sérgio de Silva; et al. **Depressão entre adolescentes que usam frequentemente as redes sociais: uma revisão da literatura.** Brazilian Journal of Development, Curitiba, v.8, n.3, p.18838-1851, mar.,2022. Disponível em: <10.34117/bjdv8n3-224 >. Acesso em: 24 jan. 2023.

MARQUES, Christopher da Costa; et al. **A dependência da tecnologia na saúde mental dos jovens.** Brazilian Journal of Health Review, Curitiba, v.4, n.5, p.23077-23096, sep. 2021. Disponível em: <10.34119/bjhrv4n5-386>. Acesso em: 24 jan. 2023.

MORENO, M. A.; BINGER, K.; ZHAO, Q.; EICKHOFF, J.; MINICH, M.; UHLS, Y. T. **Digital Technology and Media Use by Adolescents: Latent Class Analysis.** JMIR pediatrics and parenting, [online] v. 5 (2), e35540, mai. 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.2196/35540>. Acesso em: 16 nov. 2022.

NUNES, Paula Pessoa de Brito; et al. **Fatores relacionados à dependência do smartphone em adolescentes de uma região do Nordeste brasileiro.** Ciência & Saúde Coletiva [online], v. 26, n. 07, p. 2749-2758, jul. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232021267.08872021>. Acesso em: 16 nov. 2022.

O'REILLY, M. **Social media and adolescent mental health: the good, the bad and the ugly.** Journal of mental health (Abingdon, England), [online], v. 29 (2), p. 200-206. jan. 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1080/09638237.2020.1714007>. Acesso em: 15 nov. 2022.

SALES, Synara Sepúlveda; COSTA, Talita Mendes da; GAI, Maria Julia Pegoraro. **Adolescentes na Era Digital: Impactos na Saúde Mental.** Research, Society and Development, v. 10, n. 9, e15110917800, jul. 2021. ISSN 2525-3409. Disponível em: DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i9.17800>. Acesso em: 16 nov. 2022.

SANCHES, Paula da Fonte; FORTE, Cleberson. **Redes sociais e depressão: um estudo estatístico sobre a percepção de bem-estar em estudantes universitários.** Revista Tecnológica da Fatec Americana, [online], v. 7 n. 02, abr/set. 2019. Disponível em: <https://www.fatec.edu.br/revista/index.php/RTecFatecAM/article/view/226>. Acesso em: 15 nov. 2022.

SOUZA, Juliane de Oliveira; OLIVEIRA, Eloiza da Silva Gomes de. **Impactos psicológicos da mídia sobre a construção da identidade do “jovem infrator”.** Revista Educação, Psicologia e Interfaces, [online], v. 4, n. 3, p. 1-16, jul/set. 2020 ISSN: 2594-5343 Disponível em: DOI:< https://doi.org/10.37444/issn-2594-5343.v4i3.255>. Acesso em: 15 nov. 2022.

SOUZA, Karlla; CUNHA, Mônica X. C. da. **Impactos do uso das redes sociais virtuais na saúde mental dos adolescentes: Uma revisão sistemática da literatura.** Revista Educação, Psicologia e Interfaces, [online], v. 3, n. 3, p. 204-217, set/dez. 2019. ISSN: 2594-5343 Disponível em: DOI: <https://doi.org/10.37444/issn-2594-5343.v3i3.156>. Acesso em: 11 out. 2022.

VIEIRA, Yohana Pereira; et al. **Uso excessivo de redes sociais por estudantes de ensino médio do sul do Brasil.** Revista Paulista de Pediatria [online], v. 40, e2020420, mai. 2022. ISSN 1984-0462. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1984-0462/2022/40/2020420IN>. Acesso em: 16 nov. 2022.

VRIES, D. A. de; VOSSEN, H. G. M.; BOOM, P. Van der Kolk-Van der. **Social Media and Body Dissatisfaction: Investigating the Attenuating Role of Positive Parent-Adolescent Relationships.** *Journal of Youth and Adolescence*. [online], 48 (3): p. 527-536, nov. 2018. DOI: <<https://doi.org/10.1007/s10964-018-0956-9>>. Acesso em: 15 nov. 2022.

YANG, F.; QI, L.; LIU, S.; HU, W.; CAO, Q.; LIU, Y.; TANG, M.; LV, Z.; ZHOU, Z.; YANG, Y. **Body Dissatisfaction and Disordered Eating Behaviors: The Mediation Role of Smartphone Addiction and Depression.** *Nutrients*, [online], v. 14 (6), e1281, mar. 2022. Disponível em: <<https://doi.org/10.3390/nu14061281>>. Acesso em: 16 nov. 2022.