

FACULDADE PERNAMBUCANA DE SAÚDE

**EFEITOS DA INFLUÊNCIA DA TECNOLOGIA NA SAÚDE MENTAL E NO
DESENVOLVIMENTO SOCIAL DE ADOLESCENTES: UMA REVISÃO
SISTEMÁTICA DA LITERATURA**

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC)
apresentado ao Curso de Graduação em
Psicologia, da Faculdade Pernambucana de
Saúde – FPS em cumprimento às
exigências para obtenção do grau de
psicóloga.

Estudante Responsável: Júlia Maria de Souza Lima, Mayara Silvana da Silva

Orientadora: Prof^ª. Melissa Garcia

RECIFE

2024

EFEITOS DA INFLUÊNCIA DA TECNOLOGIA NA SAÚDE MENTAL E NO DESENVOLVIMENTO SOCIAL DE ADOLESCENTES: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA DA LITERATURA

Resumo

Os efeitos causados pela internet nos adolescentes, no Brasil e no mundo, tem sido motivo de muita preocupação para familiares e profissionais de várias áreas. O uso excessivo de internet tem ocasionado dependência e prejudicado as relações sociais, e ainda provocado graves sequelas na saúde mental, sobretudo, nos adolescentes. Contudo, há um interesse que este estudo possa contribuir para que os futuros adolescentes tenham menos efeitos negativos em suas vidas. Objetivo: Analisar os efeitos da influência tecnológica na saúde mental e no desenvolvimento social de adolescentes. Método: Análise Sistemática da Literatura por meio das bases de dados: Scielo (Scientific Electronic Library Online) e PEPSIC. A pesquisa nessas bases de dados foi feita a partir dos seguintes descritores: “adolescência And internet”; “adolescente And internet”, “adolescente And tecnologia”. Após a remoção dos artigos por não atenderem aos critérios de inclusão e por atenderem aos de exclusão, 19 estudos compuseram esta revisão sistemática. Resultados: destaca-se a utilização excessiva da tecnologia digital, o uso de celulares e redes sociais, como fatores danosos ao bem-estar psicológico e social desse público. Discussão: foram abordados os temas: Dependência virtual; sexualidade e internet; saúde mental e redes sociais; promoção de saúde; violência digital e depressão. Concluiu-se que o uso excessivo e inadequado da tecnologia pode acarretar consequências sérias, como o aumento da ansiedade, depressão, isolamento social e dificuldades no desenvolvimento de habilidades sociais. Em contrapartida, pode oferecer notáveis oportunidades para a socialização, o aprendizado e a ampliação do acesso à informação.

Palavras-Chave: Tecnologia, Internet, Adolescência, Dependência.

Summary

The effects caused by the internet on teenagers, in Brazil and around the world, have been a cause for great concern for family members and professionals from various areas. Excessive use of the internet has caused dependence and harmed social relationships, and

has also caused serious consequences for mental health, especially in adolescents. However, there is an interest that this study can contribute to future adolescents having fewer negative impacts on their lives. Objectives: analyze the impacts of technological dependence on the mental health and social development of adolescents. Method: Systematic Analysis of the Literature using the following databases: Scielo (Scientific Electronic Library Online) and PEPSIC. The research in these database was conducted using the following descriptors: “adolescence and internet”, “adolescent and internet”, adolescent and technology”. After the removal of articles for not meeting the inclusion criteria and for meeting the exclusion criteria, 19 studies comprised this systematic review. Results: the excessive use of digital technology, the use of cell phones and social networks stands out as harmful factors to the psychological and social well-being of this public. Discussion: the following topics were covered: Virtual dependence; sexuality and internet; mental health and social networks; health promotion; digital violence and depression. It was concluded that excessive and inappropriate use of technology can have serious consequences, such as increased anxiety, depression, social isolation and difficulties in developing social skills. In return, it can offer remarkable opportunities for socialization, learning and expanding access to information.

Keywords: Technology, Internet, Adolescence, Addiction.

Resumen

Los efectos causados por Internet en los adolescentes, en Brasil y en el mundo, han sido motivo de gran preocupación para familiares y profesionales de diversas áreas. El uso excesivo de internet ha provocado dependencia y perjudicado las relaciones sociales, y también ha provocado graves consecuencias para la salud mental, especialmente en los

adolescentes. Sin embargo, existe el interés de que este estudio pueda contribuir a que los futuros adolescentes tengan menos efectos negativos en sus vidas. Objetivo: analizar los efectos de la influencia tecnológica en la salud mental y el desarrollo social de los adolescentes. Método: Análisis Sistemático de la Literatura a través de bases de datos: Scielo (Scientific Electronic Library Online) y PEPSIC. La búsqueda en estas bases de datos se realizó mediante los siguientes descriptores: “adolescencia e internet”; “adolescente e internet”; “adolescente y tecnología”. Después de eliminar los artículos por no cumplir con los criterios de inclusión y por cumplir con los criterios de exclusión, 19 estudios compusieron esta revisión sistemática. Resultados: el uso excesivo de la tecnología digital, el uso de celulares y redes sociales se destaca como factores nocivos para el bienestar psicológico y social de este público. Discusión: se trataron los siguientes temas: Dependencia virtual; sexualidad e internet; salud mental y redes sociales; promoción de la salud y violencia digital y depresión. Se concluyó que el uso excesivo e inadecuado de la tecnología puede tener consecuencias graves, como aumento de la ansiedad, depresión, aislamiento social y dificultades para desarrollar habilidades sociales. Por otro lado, puede ofrecer oportunidades notables para la socialización, el aprendizaje y la ampliación del acceso a la información.

Palabras clave: Tecnología, Internet, Adolescencia, Adicción.

INTRODUÇÃO

A tecnologia tem se tornado uma parte central da vida dos adolescentes, transformando as dinâmicas sociais e comportamentais dessa faixa etária. O uso de dispositivos digitais oferece acesso rápido à informação, facilita a comunicação e contribui para a formação da identidade e das relações sociais (Costa, 2019). No entanto, o uso excessivo e descontrolado da tecnologia tem gerado preocupações sobre seus impactos na saúde mental e no desenvolvimento social (Neumann, 2019).

É evidente que o uso de dispositivos eletrônicos para diferentes tarefas está se tornando cada vez mais frequente na rotina das pessoas. De acordo com a Pesquisa Tic Dimicílio 2022, o Brasil, estima-se que cerca de 149 milhões de pessoas utilizem a internet, sendo o celular a principal ferramenta de acesso.

O período da adolescência é definido pela Organização Mundial de Saúde (OMS) como o período dos 10 aos 19 anos de idade. Já o Estatuto da Criança e do Adolescente, define esse período dos 12 anos aos 18 anos de idade. Vale salientar que os critérios para definir esse período varia de acordo com cada cultura. Isso acontece devido a complexidade e singularidade do desenvolvimento humano. (Abreu et al 2023).

Segundo Zimerman (1999) e Calligaris (2011). Como citado em: Neumann, Débora Martins Consteila, & Missel, Rafaela Jarros. (2019). A adolescência é um período caracterizado por transformações biopsicossociais, envolvendo transições, novos aprendizados, rituais de passagem e a busca por pertencimento em grupos além do círculo familiar.

De acordo com os dados do Censo de 2022, esse grupo compreendia 40 milhões de pessoas (19,8% da população brasileira), sendo geralmente considerado uma população essencialmente saudável. No entanto, os problemas de saúde mental na adolescência segundo a Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS) representam cerca de 16% da carga global de doenças e lesões, afetando entre 10% e 20% dos adolescentes em todo o mundo.

Segundo Nicolaci, (2005). Como citado em: Fim, Tamara Raquel, & Pezzi, Fernanda Aparecida Szarecki. (2019). Através da internet, os adolescentes têm acesso a uma quantidade quase infinita de informações, conectando-se ao mundo sem as limitações de fronteiras físicas. A internet não só revolucionou diversas tecnologias, mas também modificou as estruturas sociais em que estamos inseridos, a forma como percebemos o mundo e, principalmente, nossos padrões de comportamento. No passado, os espaços estavam claramente divididos em internos e externos. Hoje, no entanto, nos movemos em um espaço virtual, onde o mundo das relações pessoais se transformou, pois a internet criou novas formas de conexão entre as pessoas de diferentes lugares, impactando assim o comportamento social. (Pezzi 2021). “O virtual existe sem estar

presente” (Lévy, 1999, p.48), como citado em: Fim, Tamara Raquel, & Pezzi, Fernanda Aparecida Szarecki. (2019), p.4. Permitindo que as pessoas se aproximem, independentemente de sua localização geográfica.

A influência da tecnológica é caracterizada pela dificuldade de controlar o tempo dedicado ao uso de dispositivos e redes sociais, é uma questão crescente entre adolescentes, com consequências significativas para o bem-estar mental. Estudos indicam que esse fenômeno está relacionado a um aumento nos sintomas de ansiedade, depressão e dificuldades de sono (Pezzi, 2021). Além disso, o uso excessivo de tecnologia tem prejudicado o desempenho acadêmico e afetado negativamente as relações sociais e familiares (Farias, 2020).

A Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP, 2016) compartilha dados importantes de uma pesquisa TIC KIDS ONLINE-Brasil. Que, 23,7 milhões (80%) utilizam a internet, 66% acessam a internet várias vezes ao dia. O celular é o principal dispositivo de acesso para 83% dos adolescentes; 21% já deixaram de comer ou dormir por causa da internet; 17% buscaram informações sobre formas de emagrecer, 10% procuraram maneiras de se autoagredir, 8% se informaram sobre como usar ou experimentar drogas, e 7% sobre formas de cometer suicídio. Além disso, 39% dos adolescentes interagiram com pessoas que não conheciam pessoalmente e 18% chegaram a se encontrar com estranhos, entre jovens de 15 a 17 anos, esse número sobe para 27%. Quanto ao conhecimento dos pais ou responsáveis sobre atividades online de seus filhos, em 11% das famílias, os pais não tinham nenhuma informação sobre o que os filhos faziam na internet, e em 41% tinham conhecimento parcial.

Dessa maneira, o uso excessivo de smartphones tem causado diversos malefícios aos adolescentes, como a nomofobia, que é o medo irracional de ficar desconectado do ambiente virtual, sendo comparável à dependência de drogas ou álcool. Outro efeito é a síndrome do toque fantasma, quando a pessoa tem a sensação de que o seu dispositivo móvel está vibrando, mesmo sem estar. (Silva & Eisenstein, 2022)

Mais um efeito negativo do uso em excesso de smartphones é o tecnoestresse, caracterizado por reações adaptativas ao estresse contínuo, resultando na desregulação da liberação de corticotrofina e dopamina no cérebro. Essa alteração pode provocar

diferentes distúrbios clínicos, dependendo da sua gravidade e persistência, afetando o desenvolvimento cerebral de crianças e adolescentes (Silva & Eisenstein, 2022).

Apesar dos desafios, é possível que o uso consciente e equilibrado da tecnologia traga benefícios para o desenvolvimento dos adolescentes, como o acesso a conteúdos educativos e o fortalecimento de redes de apoio (Andrade, 2018). Dessa forma, é fundamental promover intervenções que incentivem um uso saudável da tecnologia, mitigando seus riscos e aproveitando suas potencialidades para o bem-estar e o crescimento pessoal dos jovens (Pezzi, 2021).

Este estudo tem como objetivo investigar os impactos da influência da tecnológica na saúde mental e no desenvolvimento social dos adolescentes, por meio de uma revisão sistemática da literatura. A partir dessa análise, busca-se identificar os principais efeitos negativos e propor estratégias que incentivem o uso equilibrado e saudável das tecnologias.

MÉTODOS

O método utilizado neste estudo foi o da revisão sistemática de literatura. Ela é um estudo que tem como objetivo reunir materiais semelhantes de vários autores e realizar uma análise estatística. Também é considerada uma pesquisa suplementar, porque utiliza estudos básicos, para fazer a análise. Bem como, engloba pesquisas para responder uma questão-chave, fazendo um estudo crítico da literatura. Foca no caráter de reprodutibilidade por outros pesquisadores, e apresenta de forma explícita as bases de dados bibliográficas consultadas; as estratégias de busca empregadas em cada base; o processo de seleção dos artigos científicos; os critérios de inclusão e exclusão dos artigos e o processo de análise de cada artigo (Mello, 2021).

Para a realização desta revisão, foram selecionadas as bases de dados, SciELO (Scientific Electronic Library Online) e PEPSIC. A pergunta que norteou essa pesquisa foi: Quais são os efeitos da Influência Tecnológica na Saúde Mental e no Desenvolvimento Social de Adolescentes?

Foram utilizados os seguintes descritores: “adolescência or adolescent And internet or tecnologia. Os critérios de inclusão para a seleção dos artigos encontrados nas

bases de dados acima mencionados foram: a) artigos dos últimos cinco anos; b) apenas adolescente como público alvo. Como critério de exclusão foram utilizados: a) artigos de revisão de literatura, de escopo; b) tese e dissertação; c) artigos repetidos; d) artigos que fujam ao tema.

Foram encontrados, 136 artigos na base de dados SciELO e 47 artigos na base PEPSIC, somando 183 artigos que abordavam a temática do presente estudo. Após um primeiro refinamento 87 artigos foram removidos por não atenderem aos critérios de inclusão e 77 artigos foram retirados por atenderem aos critérios de exclusão, totalizando 19 artigos que compuseram esta revisão sistemática. Destes, 8 foram publicados na língua inglesa, 4 apresentaram a opção também em português, 4 apenas em inglês e 2 só em espanhol, sendo traduzidos para o português com a utilização do google tradutor.

A tabela 1 a seguir apresenta a pesquisa realizada na estratégia de busca pelos estudos.

TABELA 1

Base de Dados	SciELO PEPSIC
Soma dos artigos selecionados	183
Artigos removidos por não atenderem aos critérios de inclusão	87
Artigos removidos por atenderem aos critérios de exclusão	77
Total de artigos incluídos	19

RESULTADOS

Dos dezenove (100%) selecionados, sete (36,8%) são do domínio da psicologia; da esfera da ciência da saúde, são cinco (26,3%) artigos; três (15,7%) textos foram publicados em revistas de enfermagem; dois (10,5%) foram propagados na revista de pediatria; um (5,2%) inclui-se na revista de casal e família; e um (5,2%) pertence a uma revista de letras.

Os métodos identificados nos artigos analisados mostram que oito deles são estudos quantitativos, oito são qualitativos, um corresponde aos dois métodos, um é sociosemiótica, e um é exploratório e descritivo.

Como resultado das buscas, os seguintes artigos foram apresentados na tabela abaixo.

TABELA 2

Base de Dados	Autores/Ano	Título	Resultados dos Estudos
SciELO	Chaise, R.F; Marques, I.Z; Wingert, F.F; Rocha, K.B./ 2023.	Factors Associated with the Use of Sexually Explicit Internet Materials among Adolescents	O artigo de Chaise et al (2023) explora o acesso a materiais sexualmente explícitos entre adolescentes, apontando que a exposição precoce está associada ao desenvolvimento de comportamentos sexuais e a percepção distorcida das relações. O consumo desses conteúdos pode influenciar a formação das representações sociais sobre sexualidade, o que é intensificado pelo fácil acesso proporcionado pelas plataformas digitais.
SciELO	Andrade, T. A; Sampaio, M. A; Dorard, V; Moraes, P. M./ 2023.	Digital violence in ten dating: an ecological engagement methodology	A pesquisa de Andrade et al (2023) examina a violência digital em relacionamentos amorosos de adolescentes, demonstradas pelos jovens como aspectos “normais” do relacionamento.
SciELO	Ruiz, I.A; López, M. C; Simón, E. J. L; Rodriguez, S. L./ 2022.	Use of ICT and social networks in the neurodevelopment of minors. Implications for the prevention of the risk of social exclusion.	Ruiz et al (2022) discutem o impacto das tecnologias da informação e comunicação (TIC) no neurodesenvolvimento do adolescente, alertando para os riscos de dependência tecnológica e transtornos emocionais.
SciELO	Renau, M. A; Fernandez, A.D; Valls, M. R. B; Maldonado, A. S; Urdiales, D. M./ 2019.	The effect of sleep quality on academic performance is mediated by Internet use time: Dados study	Renau et al (2019) demonstram que o uso excessivo da internet prejudica a qualidade do sono dos adolescentes, o que, por sua vez, acaba impactando negativamente o desempenho acadêmico. A pesquisa sugere que o tempo prolongado de uso de dispositivos eletrônicos, afeta o ciclo do sono, levando a fadiga e comprometendo a concentração e o aprendizado.
SciELO	González, P. A./ 2019	Erotización infantil y	González (2019), em suas pesquisas encontrou duas formas de explicar a erotização infantil na Argentina, na era do 2.0. Por um

		Gramáticas afectivas: Discursos sobre la infância Em la era 2.0 en Argentina.	lado, compreende-se que menina ou menino são vítimas da sexualidade, e por outro lado a compreensão de que eles são hipersexualizados na indústria cultural. Por outro lado, existe a despolitização das situações de violência sexual, por outro lado, a despolitização da fuga, a discussão sobre cidadania digital e responsabilidade.
SciELO	Dias, V. C; Lima, N.L; Viola, D.T.D; Kelles, N. F; Patrícia, S. G; Silva, C. R./ 2019	Adolescentes na Rede: Riscos ou Ritos de Passagem?	O estudo de Dias et al (2019) investiga se a interação digital representa um rito de passagem ou um risco para os adolescentes, revelando que as experiências online permitem uma forma de “ritualização” da adolescência. Embora o ambiente digital traga novas possibilidades de expressão e conexão, a pesquisa alerta que a ausência de mediação pode tornar os adolescentes vulneráveis a comportamentos impulsivos ou potencialmente prejudiciais.
SciELO	Gonçalves, A. F; Avanci, J. Q; Njaine, K./ 2023.	“As giletes sempre falam mais alto”: o tema da automutilação em comunidade online.	Gonçalves et al (2023) investiga comunidades online, que discutem automutilação. A pesquisa mostra que esses espaços digitais atuam como “refúgios” emocionais, onde os adolescentes encontram validação, mas acabam perpetuando comportamentos de risco.
SciELO	Giordane, R. C. F; Silva, F. S./ 2021.	Os corpos etéreos dos Blogs pró-ana: Comunidades Emocionais e espaços de sociabilidade na Web.	Giordane e Silva (2021) analisam blogs pró-anorexia, identificando que essas comunidades emocionais criam uma “identidade etérea” que contribui para a sociabilidade de jovens com transtornos alimentares.
SciELO	Javier- Juarez, P; Hidalgo- Rasmussen, C. A;	Relación entre el abuso	Estudos como o de Javier-Juarez et al (2022) indicam que o abuso presencial e digital em relacionamentos românticos de adolescentes, podem intensificar

	Chavez-Flores, Y. V; Torres-Chaves, L; Rosales-Damian, G./ 2022.	<p>cara a cara y digital en el naviazgo con la calidad de vida relacionada con la salud en adolescentes mexicanos.</p>	<p>comportamentos abusivos, como controle e vigilância, com impacto negativo na saúde mental.</p>
SciELO	Faustino, G. P. S; Silva, M. O; Almeida Filho, A. J; Ferreira, M. A./ 2023.	<p>Perfil de um projeto de educação em saúde de enfermagem na rede social Instagram.</p>	<p>Estudos como o de Javier-Juarez et al (2022) indicam que o abuso presencial e digital em relacionamentos românticos de adolescentes, podem intensificar comportamentos abusivos, como controle e vigilância, com impacto negativo na saúde mental.</p>
SciELO	Rocha, S. P; Farias, Q. L. T; Vasconcelos, M. I. O; Lopes, S. M. B; Castro-Silva, I. L; Silva, K. K. D; Teixeira, I. X./ 2021.	<p>Mental health en adolescence: Elaboration and validation of an educational technology for Health promotion.</p>	<p>Rocha et al (2021) construiu e validou um curso EAD sobre saúde mental, considerando as necessidades dos adolescentes, é um espaço onde é possibilitado um aprendizado com conteúdos confiáveis.</p>
SciELO	Andrade, A. L. M; Enumo, S. R. F; Passos, M. A. Z; Vellozo, E. P; Schoen, T. H; Kulik, M. A; Sheila, R. N; Vitalle, M. S. S./ 2021.	<p>Problematic Internet Use Emotional Problems and Quality of life Among Adolescents</p>	<p>Andrade et al (2021) sugere que o uso problemático da internet está relacionado a problemas emocionais, afetando a qualidade de vida e gerando sentimentos de angustia e isolamento entre os adolescentes.</p>
SciELO	Dalamaria, T; Pinto, W. J; Farias, E. S; Souza, O. F./ 2021.	<p>Internet Addiction Among Adolescents in a Western Brazilian Amazonian City.</p>	<p>Dalamaria et al (2021) destacam que adolescentes da Amazônia Ocidental Brasileira, manifestam sintomas de dependência, com impacto em suas interações sociais e</p>

			acadêmicas. O uso excessivo de internet comprometeu atividades diárias, afetando também o desenvolvimento acadêmico e social dos jovens.
SciELO	Santos, G. S; Queiroz, A. B. A; Tura, L. F. R; Penna, L. H. G; Parmejiani, E. P; Pinto, C. B./ 2021.	Social representations of adolescents about sexuality on the internet	Santos et al (2021) apontam que as redes sociais influenciam nas representações de sexualidade entre adolescentes, promovendo comportamentos como sexting, que se não realizado com segurança pode expor os jovens a riscos emocionais e sociais. Esses estudos revelam a necessidade de abordagens educativas sobre sexualidade segura e o uso consciente das redes sociais.
PEPSIC	Wendt, G. W; Lisboa, C. S. M./ 2020.	Cyberbullying e Depressão em Adolescentes	Wend e Lisboa (2020) discutem como o cyberbullying facilitado pelo ambiente digital, pode gerar sintomas depressivos, principalmente em adolescentes expostos a humilhações e ataques recorrentes nas redes sociais.
PEPSIC	Fim, T. R; Pezzi, F. A. S./ 2019	Internet e Adolescência: Uma Intervenção com os adolescentes, pais e professores	Fim e Pezzi (2019) destacam a relação de objeto, dos adolescentes com a internet, e a importância do papel dos pais e professores em orientá-los nesse processo de evolução do ser humano e da tecnologia, para que eles possam desenvolver uma consciência crítica e conseqüentemente mais saudável.
PEPSIC	Sani, A. I; Vieira, A. P; Dinis, M. A. P./ 2021.	Redes sociais, internet e riscos: a percepção dos	Sani et al (2021) avaliaram os riscos de aliciamento online que as crianças e adolescentes sofrem. Eles informaram que o monitoramento dos pais e a

		pais portugueses sobre o aliciamento online	aprendizagem de comportamentos adequados dos filhos, podem ser fundamentais para que os riscos sejam minimizados, também é importante que se tenha bom senso para que o monitoramento não se transforme numa invasão de privacidade.
PEPSIC	Neumann, D. M. C; Missel, R. J./ 2019.	Família digital: a influência da tecnologia nas relações entre pais e filhos adolescentes	Neumann e Missel (2019) apontam que existem aspectos positivos e negativos nas relações parentais, e que o positivo está na facilidade de comunicação entre pais e filhos, e os impactos negativos se referem ao afastamento afetivo considerado por tirar a relação olho no olho.
PEPSIC	Piccini, C. F; Costa, C. B; Cenci, C. M. B./ 2020.	Relação entre Pais e Filhos Adolescentes Quanto ao Uso das Mídias Digitais	Piccini et al (2020) compreendem que as interações mediadas pelas mídias digitais, podem comprometer as relações intrafamiliar, a depender, se esse núcleo familiar estiver fragilizado e disfuncional, podendo ocorrer o afastamento entre eles, ou podem ser ferramentas uteis que aproximam as pessoas de diferentes gerações, para cuidar e ensinar.

DISCUSSÃO

Nesta seção, serão discutidos os resultados adquiridos neste estudo sobre os Efeitos da Influência Tecnológica na Saúde Mental e no Desenvolvimento Social de Adolescentes. Eles apontam que os efeitos nos adolescentes são sentidos em diversas áreas. Tendo sido aqui utilizadas aquelas consideradas mais relevantes, por abranger resultados que mais se aproximam dos objetivos da pesquisa.

Dependência Virtual

A dependência tecnológica está relacionada a perda de controle sobre suas ações, gerando prejuízos em várias esferas da vida, como por exemplo, diminuição dos vínculos sociais, queda no desempenho acadêmico, distúrbios do sono (Machado, 2023), problemas emocionais e comportamentais, entre outros. A adição a internet é um

problema grave e um perigo para a saúde pública (Block, 2008). A pós-doutora Kátia Ethienne dos Santos, afirma que desde 2015 existe um conceito chamado de “onlife” que consiste na fronteira entre o físico e o virtual, onde já não é mais percebido o que é um e o que é outro (IPQHC, 2023).

Nesse sentido, Andrade et al (2021), avaliou a prevalência de Uso Problemático de Internet (UPI) entre adolescentes, e a possível associação com problemas emocionais. Os principais resultados indicaram que a prevalência de adolescentes com UPI foi de 17%. Para os sintomas emocionais, foram semelhantes para ambos os grupos, os que possuem e os que não possuem UPI. Ainda mais, alguns sentiram que o uso da internet teve efeito negativo na sua rotina diária, com pontuações elevadas no stresse.

Contudo, é relevante informar que para Pridgen (2010) os adolescentes com transtornos emocionais e comportamentais, são mais vulneráveis aos efeitos negativos do uso da Internet.

Psicólogos chineses apoiaram o reconhecimento da adição a Internet como um transtorno formal pela Organização Mundial de Saúde (Flisher, 2010).

Em contrapartida, Bell (2009); Shaffer et al (2000), não viam o uso problemático da Internet (UPI), como uma doença. Na percepção deles o uso da Internet era como um meio de comunicação e de evitar lidar com os problemas implícitos. Eles acreditavam que a depressão ou a ansiedade social eram questões centrais no UPI, não uma nova doença.

Sob o mesmo ponto de vista, Renau et al (2019) apresentaram que a associação entre qualidade do sono e desempenho acadêmico em adolescentes é mediado pelo tempo de uso da internet.

Do mesmo modo, Garcia et al (2024) concluíram que o uso excessivo da internet está associado a distúrbio do sono, sendo afetado por depressão e ansiedade. Ainda mais, a dependência da internet pode afetar negativamente o desempenho acadêmico e a qualidade de vida. Além disso, a falta de atividade física está relacionada a um maior índice de dependência de internet entre os adolescentes.

Segundo, Ruiz et al (2022), em seus estudos sobre TIC e redes sociais no neurodesenvolvimento, mostram que diversos autores relacionam o vício em tecnologias na adolescência com problemas de neurodesenvolvimento.

Os resultados estudados por eles, apresentam que o vício em vídeos games especificamente, está relacionado a altos níveis de depressão. E o vício na tecnologia estudada (celular, internet e vídeo games) está correlacionado com ser vítima de bullying.

Conforme Oliveira et al (2021), apesar do conhecimento previo apontar para uma possível desvantagem para o uso precoce de internet, porém, a temática não esteja totalmente elucidada, eles alegam que em determinadas condições a tecnologia pode se apresentar como aliada ao desenvolvimento infantil.

Por outro lado, vários autores apontam malefícios no desenvolvimento e na formação de crianças e adolescentes. Eles alertam para a importância de usar de forma responsável para evitar prejuízos que possam ser gerados (Silva et al, 2024).

Similarmente, Taborda (2019), concluí que o uso das ferramentas tecnológicas em excesso é prejudicial para a formação e desenvolvimento das crianças. No entanto, se usada de forma moderada, tem influência positiva e oferecem benefícios inclusive no ensino aprendizagem.

Sexualidade e Internet

Segundo, Novadzki (2013), a sexualidade é a forma com que a pessoa expressa a sua condição feminina ou masculina. Envolve o cuidar-se, o afeto, a função sexual. Ela é construída desde o nascimento e reflete valores conservadores ou liberais, os estigmas e crenças trazidos pelos pais e familiares. A Organização Mundial de Saúde (OMS, 2017), define sexualidade como “ uma energia que nos motiva para encontrar amor, contato, ternura e intimidade; ela integra-se no modo como se sente, move, toca e somos tocados, é ser-se sensual e ao mesmo tempo ser-se sexual. Ela influencia pensamentos, sentimentos, ações e interações e, por isso, influencia também a nossa saúde mental” (Camargo & Neto, 2017).

Referindo-se a sexualidade, Chaise et al (2023), em seus estudos investigou sobre os fatores associados ao uso de Materiais Sexualmente Explícitos da Internet (MSEI) entre adolescentes brasileiros.

Foi descoberto que certos tipos de consumo como, visitar sites pornográficos e receber imagens ou vídeos pornográficos em redes sociais, está relacionado a ser menino, não ter tido educação sexual, nem em casa nem na comunidade, já ter vivido relações sexuais, maior insatisfação sexual, apresentar concepções de mulheres como objetos sexuais.

Ainda mais, uma pequena parcela das meninas fazem uso regular do MSEI, elas relatam utilizar contos/histórias eróticas. A explicação do não uso do material pornográfico por elas, se dá pelo fato de que os vídeos de sexo encontrados na internet priorizam conteúdos onde são associados ao prazer de um homem dominante.

De outra forma, Oliver (2018), relata uma prática que acontece cada vez mais cedo

entre os adolescentes, o Sexting (Compartilhar eletronicamente Material Sexualmente Explícito). Para a autora, desde 2009 esta prática aumentou notavelmente. Segundo ela, adolescentes menores de 18 anos que realiza ou realizou sexting em algum momento, é um número significativo, um em cada sete envia material sensível, e um em cada quatro recebe.

Além disso, há uma questão relevante que necessita de uma atenção especial embora a prática seja realizada por adolescentes com mais idades, pré-adolescentes entre 10 e 12 anos entraram na prática. Conforme a autora, o aumento da prevalência e prática em idades mais precoce ocorre pelo fato de existir maior disponibilidade de tecnologia.

Nesse sentido Susuki (2021), aponta que na última década, entrou em foco um aspecto da junção entre pornografia e tecnologia: o vício. Ela explica que existe um grande debate na comunidade médica sobre o termo, e que especialistas começaram a tratar casos que envolvem dependência.

Como, Anna Lembke, que em entrevista a BBC News Brasil, diz que “as propriedades viciantes de qualquer droga são potencializadas por mais quantidades, mais acessibilidade, mais potência e mais novidade”. Tudo que a internet e aparelho digital promove. Para Lembke, “o vício em sexo é um enorme problema, que cresce de forma oculta” E já levou alguns de seus pacientes a ideia de suicídio, e diz também que é uma droga que todos tem acesso, inclusive crianças (BBC News Brasil, 2021).

Sob outra perspectiva, Santos et al (2021), pesquisaram como apreender as representações sociais de adolescentes acerca da sexualidade na internet. Como resultado os termos pornografia, sexting e violência compuseram o núcleo central da representação. E também que as representações sociais dos adolescentes apontam para ausência de segurança no ambiente virtual quanto ao exercício da sexualidade.

Assim também, Prado (2020), fez um estudo semelhante, e as conclusões são que, para os adolescentes as sexualidades nas mídias virtuais fazem parte do seu cotidiano, tanto pelo consumo quanto pela autoprodução de conteúdos sexuais e as mídias sociais virtuais fazem parte da construção da sua identidade e dos relacionamentos afetivos, incluindo os comportamentos sexuais de risco.

Saúde Mental e Redes Sociais

De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), saúde mental pode ser considerada um estado de bem-estar vivido pelo indivíduo, que possibilita o desenvolvimento de suas habilidades pessoais para responder aos desafios da vida e contribuir com a comunidade. Para o Ministério da Saúde, a saúde mental não é algo

isolado. E pode-se afirmar que ela tem características biopsicossociais. Além disso, a realidade social, econômica, política, cultural e ambiental, impacta diretamente na saúde mental da população (Ministério da Saúde).

Ainda para a OMS, as condições que alteram a saúde mental incluem transtornos e deficiências psicossociais, bem como outros estados mentais associados a alto grau de sofrimento, incapacidade funcional ou risco de comportamento autolesivo (National Geographic, 2022).

Tratando-se de sofrimento e comportamento autolesivo, Gonçalves et al, em sua pesquisa buscou compreender como o tema da automutilação é retratada em comunidades online brasileira.

O resultado é que as comunidades se orientavam de forma positiva, com defesa da prática, e os participantes tem livre expressão, eles relatam com detalhes suas práticas, os objetos utilizados e como ocultar os ferimentos. Mesmo existindo o medo da descoberta, eles publicam imagens de suas cicatrizes e ferimentos, com discursos de sofrimento e também de glamour. Segundo os autores, há uma troca de experiências e sofrimentos entre os participantes, e tudo sem a mediação de um profissional. Para Gonçalves et al, é pressuroso considerar os possíveis impactos causados a saúde mental desse grupo.

Similarmente, Silva e Botti (2018), investigou um grupo de rede social sobre automutilação. Segundo as autoras foram encontradas entre os participantes do grupo, características identitárias de usuarios adolescentes, que possui maior uso da internet e faixa etaria predominante para o comportamento autolesivo. O grupo oferece apoio mútuo que contribui na prevenção do comportamento de automutilação. Encontraram também adolescentes que evidenciam vulnerabilidade, isolamento social, influência por ídolos ou pares, efeito contágio e gatilho, causado por fotos e postagens.

Fabbrini e Fortim (2024), também realizaram um estudo sobre autolesão em uma comunidade virtual. De acordo com os autores, o grupo é o que tem o maior número de participantes e de postagens diarias visíveis. Para eles, a autolesão praticada pelos participantes, é descrita como um comportamento compulsivo e com características de dependência. Eles apontam para possíveis fenômenos de contágio social, onde postagens de imagens de autolesão, promove no momento seguinte postagens de fotos de feridas. Para eles, existem aspectos positivos no grupo, como por exemplo, disponibilidade dos membros para dar apoio a quem está sofrendo, porém, os aspectos negativos se sobrepõem.

Sob o mesmo ponto de vista, Corrêa (2017), noticiou sobre um estudo com 5.593 estudantes dos Estados Unidos, que entre 5% e 6% dos participantes já haviam praticado automutilação digital. Entre os motivos citados, estavam baixa autoestima, busca por atenção, sintomas de depressão e o desejo de despertar uma reação nos outros.

Ainda segundo Corrêa, os pesquisadores encontraram diferenças entre meninas e meninos. A percentagem deles em admitir a prática é maior que a delas. E quanto aos motivos, os garotos disseram ver o comportamento como uma brincadeira e uma maneira de chamar a atenção, e entre as garotas foi mais citado depressão ou sofrimento emocional.

É interessante ressaltar, o que alguns autores relatam mais neste estudo sobre a automutilação digital, para eles, há uma relação com o cyberbullying, que não se sabe o que veio primeiro, o cyberbullying ou a automutilação digital, ainda mais, há casos de bullying cibernético que o agressor e vítima são a mesma pessoa.

Além do mais, Giordani e Silva (2021), analisaram post de blogs para compreender como jovens anoréxicas utilizam ambientes virtuais para sociabilizar.

Como resultado, todos os blogs analisados foram produzidos por jovens mulheres e os comentários também foram entre elas. Os ambientes são utilizados para se conhecer, trocar experiências, estabelecer vínculos. Neles são compartilhadas imagens da magreza absoluta, e os membros comungam aspirações, opiniões e sofrimentos. Lá, os laços sociais são reforçados e se transformam em uma comunidade emocional. Elas dizem usar costumeiramente métodos purgativos e a automutilação, como forma de punição ou alívio das dores, não só físicas como também emocionais. Inclusive, para os integrantes, o emagrecimento contínuo não é lido como um sintoma de doença (Giordani & Silva, 2021).

De outra forma, Copetti e Queiroga (2018), propôs discutir questões ligadas a mídia, ao padrão estético vigente e como estes podem influenciar no desenvolvimento de transtornos alimentares (TAs) nas adolescentes.

De acordo com as pesquisas, a população mais acometida por TAs são adolescentes. Segundo Lima et al (2012), os jovens necessitam reconstruir a imagem corporal e conquistar uma identidade sexual, por isso a preocupação com o corpo assume o papel central. Nesta fase, a construção e aceitação da autoimagem está diretamente ligada a relação com os pares (Gonçalves & Martinez, 2014).

Nos resultados dos estudos, Copetti e Queiroga (2018), verificou que redes sociais e comunidades na internet podem influenciar ou agravar os TAs. No entanto, eles

observaram a importância do trabalho multidisciplinar, da família, e da terapia cognitivo-comportamental, e alegam ter uma alta eficácia no tratamento dessa população.

Promoção da Saúde

A promoção da saúde é um conceito que vai além da mera prevenção de doenças. Ela busca melhorar a qualidade de vida das populações por meio de estratégias que favoreçam o desenvolvimento de habilidades, atitudes e comportamentos saudáveis. (Faustino et al. 2023).

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), a promoção da saúde envolve ações que reforçam o controle sobre os determinantes da saúde, permitindo que indivíduos e comunidades alcancem um estado de bem-estar completo (OMS, 1986).

No Brasil, o Ministério da Saúde destaca que a promoção da saúde é uma ação contínua e abrangente que envolve diferentes setores e políticas públicas, com foco na participação ativa das pessoas no cuidado de sua própria saúde (Ministério da Saúde, 2006).

No contexto das redes sociais, a promoção da saúde tem ganhado um novo espaço, como evidenciado por diversos estudos recentes. Faustino et al. (2023) analisaram a implementação de um projeto de educação em saúde no Instagram, uma das plataformas mais populares entre jovens e adultos. O estudo revelou que a utilização dessa rede social como ferramenta de educação em saúde tem se mostrado eficaz, promovendo conteúdos educativos de forma dinâmica e acessível. A pesquisa apontou que, ao abordar temas relacionados à saúde de forma clara e envolvente, é possível não apenas informar, mas também motivar mudanças de comportamento nos usuários, especialmente quando se utiliza a interatividade proporcionada pelas redes sociais para aumentar o engajamento e a adesão aos cuidados com a saúde.

De maneira semelhante, Azevedo, Silva e Reis (2019) discutem o papel das redes sociais significativas na promoção da saúde, enfatizando que essas plataformas oferecem um ambiente para a construção de conhecimento compartilhado. Os autores afirmam que a presença de grupos e comunidades virtuais dedicados à saúde pode contribuir para a disseminação de informações valiosas, fortalecer a coesão social e reduzir o estigma relacionado a diversos problemas de saúde. Contudo, também alertam para o risco de informações errôneas, que podem comprometer a efetividade das estratégias de promoção de saúde.

Além disso, Rocha et al. (2021) investigaram a construção e validação de uma

tecnologia educacional voltada para a promoção de saúde mental na adolescência. A pesquisa envolveu o desenvolvimento de uma plataforma digital com recursos interativos, visando fornecer ferramentas para o manejo de questões emocionais e comportamentais entre os jovens.

Os autores destacam que, ao integrar tecnologias digitais ao processo educativo, é possível alcançar um número maior de adolescentes e oferecer apoio de forma personalizada. A utilização dessas tecnologias no processo de promoção da saúde mental se revela como uma estratégia promissora para aumentar a conscientização sobre a importância do autocuidado, além de reduzir os efeitos negativos do isolamento social e do estigma associados a transtornos mentais.

No entanto, o uso das redes sociais para a promoção da saúde também exige cautela. Melo et al. (2024) investigaram o impacto das tecnologias em saúde no cotidiano de usuários e famílias, destacando que, embora as redes sociais possam facilitar o acesso a informações e apoio, elas também podem gerar dependência ou ansiedade, especialmente quando o conteúdo compartilhado é sobre questões de saúde delicadas.

Os autores sugerem que a promoção de saúde nas redes sociais deve ser feita de maneira cuidadosa, com orientação de profissionais da saúde, para garantir que as informações sejam precisas e úteis para o público-alvo.

Assim, a promoção de saúde nas redes sociais emerge como uma estratégia poderosa para disseminar informações, fortalecer a saúde comunitária e melhorar a qualidade de vida das populações.

No entanto, a eficácia dessa abordagem depende da curadoria adequada do conteúdo, da participação ativa dos profissionais da saúde e da promoção de uma interação saudável entre os usuários.

A integração das redes sociais ao processo de promoção de saúde deve ser realizada com responsabilidade, buscando sempre o equilíbrio entre a disseminação de informações positivas e o cuidado com os riscos associados ao uso excessivo dessas plataformas.

Violência Digital e Depressão

A violência digital é uma das formas mais atuais de agressão que impactam significativamente a saúde mental de adolescentes, especialmente no que se refere à relação entre experiências de abuso online e sintomas de depressão.

Andrade et al. (2023) destacam que a violência digital no contexto do namoro adolescente é uma expressão de comportamentos abusivos que extrapolam o ambiente

físico e se manifestam por meio de ameaças, controle e exposição da privacidade nas redes sociais. Essa violência digital está associada à perpetuação de dinâmicas desiguais de poder e afeta diretamente o bem-estar psicológico dos jovens, resultando em quadros de angústia e baixa autoestima.

De forma complementar, Javier-Juarez et al. (2022) investigaram a relação entre o abuso presencial e digital no namoro e a qualidade de vida relacionada à saúde em adolescentes mexicanos. Os autores identificaram que adolescentes que experienciaram abuso digital também reportaram baixa qualidade de vida, incluindo altos índices de sintomas depressivos. Esses achados reforçam que o abuso digital pode amplificar os efeitos negativos do abuso presencial, contribuindo para uma experiência ainda mais debilitante na saúde mental dos jovens. A presença de controle repressivo, monitoramento contínuo e humilhação através de plataformas digitais são fatores que intensificam o sofrimento emocional dos adolescentes envolvidos.

A relação entre cyberbullying e depressão é um tema amplamente discutido na literatura e traz percepções relevantes para a compreensão dos efeitos das interações online abusivas. Wendt e Lisboa (2020) apontam que o cyberbullying, caracterizado por agressões repetitivas e intencionais por meios digitais, está fortemente associado a sintomas depressivos em adolescentes. As vítimas de cyberbullying frequentemente apresentam sentimentos de isolamento, impotência e desesperança, uma vez que essas interações abusivas ocorrem em um ambiente de ampla exposição e difícil escape. Os autores ainda ressaltam que o impacto da violência digital pode ser mais duradouro do que o da violência presencial devido à perpetuação do conteúdo nas plataformas.

Carvalho e Bottoni (2023) ampliam a discussão ao analisar as conseqüências psicológicas do cyberbullying, destacando que a dimensão virtual dessas agressões não elimina o impacto emocional no mundo físico. Pelo contrário, as experiências de humilhação online frequentemente resultam em retraimento social e aumento nos níveis de ansiedade e depressão. Os autores enfatizam que essas interações abusivas demandam intervenções psicossociais urgentes para minimizar os danos.

De maneira similar, Niederauer et al. (2022) destacam que a frequência de agressões digitais está associada a um agravamento significativo de sintomas depressivos, especialmente entre adolescentes com histórico prévio de fragilidade

emocional. Os autores alertam que a dificuldade em lidar com essas experiências é exacerbada pela presença constante das tecnologias, que atuam como um gatilho permanente para a exposição ao abuso.

Esses estudos apontam para a necessidade de intervenções direcionadas que incluam educação digital, suporte psicológico e regulações mais eficazes sobre o uso de plataformas digitais. É fundamental que pais, educadores e profissionais da saúde compreendam a dimensão do impacto da violência digital e desenvolvam estratégias que promovam um ambiente online mais seguro e saudável. Os achados reforçam que o combate à violência digital é essencial para preservar a saúde mental e o desenvolvimento emocional positivo dos adolescentes.

Nesse sentido, Fim e Pezzi (2019) propõem intervenções que envolvam adolescentes, pais e professores, enfatizando a importância da educação para o uso consciente da tecnologia. Eles argumentam que uma abordagem integrada fortalece os vínculos familiares e facilita uma comunicação mais aberta, permitindo que os pais compreendam os desafios enfrentados pelos adolescentes no ambiente digital, promovendo comportamentos saudáveis.

Por outro lado, Sani et al. (2021) exploram a percepção de pais portugueses sobre os riscos do aliciamento online, destacando que muitos enfrentam dificuldades para monitorar e proteger seus filhos nesse contexto. O estudo enfatiza a necessidade de capacitações específicas que ajudem as famílias a lidar com tais desafios e a conscientização como elemento-chave para fortalecer a segurança online dos jovens.

Nesse cenário, o equilíbrio entre o tempo online e offline surge como fundamental para o fortalecimento dos laços familiares. Essa perspectiva é fundamentada por Piccini, Costa e Cenci (2020), que investigam as dinâmicas familiares no uso de mídias digitais. O estudo conclui que a qualidade da relação entre pais e filhos é determinante na regulação do comportamento online dos adolescentes, com pais mais presentes e dialogantes estabelecendo limites mais eficazes. Em contrapartida, pais ausentes ou excessivamente permissivos podem contribuir para comportamentos de risco, indicando que fatores como o nível de instrução e a compreensão sobre os perigos do ambiente digital desempenham papéis importantes.

Além disso, é necessário incentivar políticas públicas que promovam a conscientização e a responsabilização no ambiente digital. A regulamentação do uso de redes sociais e plataformas de interação online deve ser acompanhada de campanhas educativas voltadas para adolescentes e seus responsáveis, destacando os riscos associados ao abuso digital e as formas de prevenção. A criação de espaços seguros para a denúncia de violência digital e a disponibilização de suporte psicológico imediato para vítimas são medidas importantes para amenizar os impactos dessa problemática.

A violência digital, ao se manifestar de formas diversificadas, como cyberbullying, controle abusivo em relacionamentos e exposição pública de informações pessoais, exige uma análise complexa. Carvalho e Bottoni (2023) argumentam que as consequências não se restringem à esfera emocional, mas também podem comprometer o desempenho acadêmico, a sociabilidade e até mesmo gerar pensamentos autodestrutivos. Esse cenário se agrava quando as vítimas não encontram suporte adequado, intensificando a sensação de abandono e insegurança.

Por outro lado, Wendt e Lisboa (2020) destacam que as tecnologias digitais, embora ofereçam benefícios, também são facilitadoras de práticas abusivas. A anonimidade e o alcance maciço das redes sociais proporcionam aos agressores ferramentas para reproduzir comportamentos nocivos. Além disso, a velocidade com que informações são disseminadas no ambiente virtual aumenta a vulnerabilidade das vítimas, criando um ambiente de pressão constante que pode levar ao esgotamento mental.

Niederauer et al. (2022) ressaltam a importância de ações preventivas que integrem as escolas e as famílias, promovendo a conscientização sobre o uso saudável da tecnologia. Essas iniciativas devem incluir programas educativos que ensinem os adolescentes a identificar comportamentos abusivos e a buscar ajuda de maneira segura. O fortalecimento de redes de apoio entre colegas também é essencial, pois o suporte de pares pode desempenhar um papel protetor contra os efeitos negativos da violência digital.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente pesquisa sobre os efeitos da influência tecnológica na saúde mental e no desenvolvimento social de adolescentes destaca a crescente relevância do tema no contexto atual.

A adolescência, fase de intensa transformação e construção de identidade, é profundamente influenciada pela inserção no ambiente digital, com efeitos que podem ser tanto positivos quanto negativos. A partir da análise dos estudos revisados, ficou evidente que o uso excessivo e inadequado da tecnologia, especialmente das redes sociais e plataformas digitais, pode acarretar consequências sérias, como o aumento da ansiedade, depressão, isolamento social e dificuldades no desenvolvimento de habilidades sociais.

Por outro lado, a tecnologia também pode oferecer importantes oportunidades para a socialização, o aprendizado e a ampliação do acesso à informação. Nesse sentido, a pesquisa destaca a importância de estratégias de mediação familiar e escolar para o uso consciente e equilibrado da tecnologia. A participação ativa dos pais, aliada a uma comunicação aberta e à educação sobre os riscos do ambiente digital, surge como um fator crucial para minimizar os impactos negativos e promover comportamentos saudáveis entre os jovens.

Além disso, a pesquisa enfatiza a necessidade de uma abordagem integrada, envolvendo não apenas a família, mas também a escola e a sociedade, para garantir que os adolescentes possam explorar o mundo digital de maneira segura, responsável e enriquecedora. A criação de um ambiente que combine proteção, liberdade e orientação é fundamental para que os adolescentes desenvolvam uma identidade sólida, respeitem os limites e, ao mesmo tempo, desfrutem das oportunidades oferecidas pela era digital.

Portanto, a relevância desta pesquisa consiste na contribuição para o entendimento de como a tecnologia influencia o desenvolvimento mental e social dos adolescentes, além de fornecer contribuições para políticas públicas, intervenções educativas e estratégias de apoio à família e à escola. A conscientização sobre os riscos e benefícios da tecnologia é um passo essencial para que possamos, enquanto sociedade, promover um ambiente saudável e seguro para o desenvolvimento pleno dos jovens na era digital.

REFERÊNCIAS

Algomais. (2024). Adolescentes brasileiros ficam 12 horas por dia no celular. *Revista Algomais*. Recuperado em 22 de setembro de 2024, de <https://algomais.com/adolescentes-brasileiros-ficam-12-horas-por-dia-no-celular/>.

Azevedo, A. V. S., Silva, M. A., & Reis, T. C. M. (2019). Promoção da saúde no contexto das redes sociais significativas. *Nova Perspectiva Sistêmica*, 28(63), 55–66.

Recuperado em 13 de dezembro de 2024, de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-78412019000100005&lng=pt.

Brasil. (2024, abril 25). Brasil tem 90 dias para desenvolver uma política de proteção da criança e do adolescente no ambiente digital. Ministério dos Direitos Humanos e da Cidadania. Recuperado em 22 de setembro de 2024, de [URL].

Brasil. (2024). Uso de telas por crianças e adolescentes. Participa + Brasil. Recuperado em 22 de setembro de 2024, de <https://www.gov.br/participamaisbrasil/uso-de-telas-por-criancas-e-adolescentes>.

Camargo, Y. A. P., & Sampaio Neto, L. F. (2027). Sexualidade e gênero. *Revista da Faculdade de Ciências Médicas de Sorocaba*.

Cavalcante, M. O., & Almeida, A. C. (2021). Adolescência, redes sociais e saúde mental: Um olhar psicossocial. *Psicologia: Teoria e Prática*, 23(1), 19–28. Recuperado em 22 de setembro de 2024, de https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-42812021000100012.

Comitê Gestor da Internet no Brasil (CGI.br). (2022). Pesquisa sobre o uso das tecnologias de informação e comunicação nos domicílios brasileiros: Pesquisa TIC Domicílios, ano 2021: Relatório metodológico. São Paulo: CGI.br. <https://cetic.br>

Copetti, A. V. S., & Quiroga, C. V. (2018). A influência da mídia nos transtornos alimentares e na autoimagem em adolescentes. *Revista de Psicologia da IMED*, 10(2), 266–276. <https://doi.org/10.18256/2175-5027.2018.v10i2.2664>.

Corrêa, A. (2017, novembro 18). Automutilação digital: cresce número de jovens que postam agressões contra si mesmos online. *BBC Brasil*. <https://www.bbc.com/portuguese/salasocial-41944954>. Acesso em: 15 dez. 2024.

Costa, M. C., & Souza, E. C. (2021). O papel das tecnologias digitais na construção da identidade de adolescentes. *Temas em Linguística*, 14(1), 37–52. Recuperado em 22 de setembro de 2024, de <https://www.scielo.br/j/tl/a/p7hyx9GLVPx4CzbgQTvtCjs/abstract/?lang=pt>.

Costa, V. P., Guilhen, A. P., & Barbosa, A. C. (2021). Adolescência, internet e saúde mental: Uma revisão de literatura. *Cadernos de Saúde Pública*, 37(6), e00022320. Recuperado em 22 de setembro de 2024, de <https://www.scielo.br/j/csp/a/6T9gwYSyWXVBrZNTFkCcw9L/abstract/?lang=pt>.

Cunha, M. G., & Gouveia, V. H. (2021). Adolescentes e o uso de redes sociais: Implicações para a saúde mental. *Serviço Social & Saúde*, 18(1), 45–59. Recuperado em 22 de setembro de 2024, de <https://www.scielo.br/j/sss/a/HQ9KyLtMHJ7sLNZzG3f4svd/abstract/?lang=pt>.

Flôres, F. N., Visentini, D. M., Faraj, S. P., & Siqueira, A. C. (2022). Cyberbullying no contexto escolar: A percepção dos professores. *Psicologia Escolar e Educacional*,

26, e226330. Recuperado em 13 de dezembro de 2024, de <https://www.scielo.br/j/pee/a/h7Z9LHtRc67rsWrqmXXpn3w/?lang=pt>.

Freitas, R. A., Moura, P. A., & Nunes, L. O. (2022). A influência das redes sociais na autoimagem de adolescentes. *Psicologia: Teoria e Prática*, 24(2), 123–136. Recuperado em 22 de setembro de 2024, de <https://www.scielo.br/j/pcp/a/8W8S8XfkQWCmYNTTrjCvwQkg/?lang=pt&format=html>.

Grizólio, T. C., & Scorsolini-Comin, F. (2023). O que dizem os pais sobre o uso de internet por parte de seus filhos adolescentes? *Psicologia USP*, 34, e200140. Recuperado em 13 de dezembro de 2024, de <https://doi.org/10.1590/0103-6564e200140>.

Instituto de Psiquiatria. (2023, maio 27). É vício? Entenda os diferentes graus de dependência das redes sociais. *Instituto de Psiquiatria*. <https://ipqhc.org.br/2023/05/27/e-vicio-entenda-os-diferentes-graus-de-dependencia-das-redes-sociais/>.

Malta, D. C., Souza, J. B., Barros, M. B. A., Silva, M. M. O., Machado, Í. E., & Minayo, M. C. S. (2024). Cyberbullying entre escolares brasileiros: Dados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar, 2019. *Ciência & Saúde Coletiva*, 29(9), 2019–2032. Recuperado em 13 de dezembro de 2024, de <https://www.scielo.br/j/csc/a/CyKG8gtX7p9Zq5FWGfJZjJq/?lang=pt>.

Moral, F. A., & Mantovani, A. (2019). A influência das redes sociais na construção da identidade de adolescentes. *Psicologia & Sociedade*, 31(2), 174–183. Recuperado em 22 de setembro de 2024, de https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-494X2019000200007.

Monteiro, R. P., & Rojas, P. F. S. (2021). Uso problemático da internet entre adolescentes brasileiros: Uma revisão sistemática. *Cadernos de Saúde Pública*, 37(3), e00034820. Recuperado em 22 de setembro de 2024, de <https://www.scielo.br/j/csp/a/RKkN5gx3rw959WdvvNnJcix/abstract/?format=html&lang=pt>.

Neumann, Débora Martins Consteila, & Missel, Rafaela Jarros. (2019). Família digital: a influência da tecnologia nas relações entre pais e filhos adolescentes. *Pensando famílias*, 23(2), 75-91. Recuperado em 19 de fevereiro de 2025, de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-494X2019000200007&lng=pt&tlng=pt.

Nascimento Fabbrini, F. M. B., & Fortim, I. (2024). Um estudo sobre a representação da autolesão em uma comunidade virtual de praticantes. *Psicologia Revista*, 33(1), 151–177. <https://doi.org/10.23925/2594-3871.2024v33i1p151-177>.

National Geographic Brasil. (2022, novembro). O que é saúde mental segundo a OMS. Recuperado em 15 de dezembro de 2024, de <https://www.nationalgeographicbrasil.com/ciencia/2022/11/o-que-e-saude-mental->

[segundo-a-oms.](#)

Oliver, D. (2018, 9 de março). ‘Sexting’ entre adolescentes, uma prática que acontece cada vez mais cedo. *El País Brasil*. Recuperado em 15 de dezembro de 2024, de https://brasil.elpais.com/brasil/2018/03/09/actualidad/1520582602_813226.html.

Pavan, A. L., Pimenta, M., & Fernandes, A. P. (2020). Adolescência e o uso das redes sociais: Impactos na saúde mental. *Paidéia*, 30(74), 1–10. Recuperado em 22 de setembro de 2024, de <https://www.scielo.br/j/paideia/a/9wBtDJBG76Nz3qRqD5RJtWc/abstract/?format=html&lang=pt>.

Prado, G. S. dos S. (2020). Representações sociais de adolescentes sobre sexualidades nas mídias sociais virtuais (Tese de doutorado). Universidade do Rio de Janeiro. Recuperado de <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1425625>.

Revisão sistemática: Aprenda de uma vez sobre esse processo – Biblioteca Prof. Lydio Machado Bandeira de Mello – Faculdade de Direito da UFMG. (s.d.). Biblioteca Prof. Lydio Machado Bandeira de Mello – Faculdade de Direito da UFMG – Página Oficial da Biblioteca da Faculdade de Direito da UFMG. <https://biblio.direito.ufmg.br/?p=5094>.

Saúde mental dos adolescentes. (s.d.-a). PAHO/WHO | Pan American Health Organization. <https://www.paho.org/pt/topicos/saude-mental-dos-adolescentes>.

Saúde mental dos adolescentes. (s.d.-b). PAHO/WHO | Pan American Health Organization. <https://www.paho.org/pt/topicos/saude-mental-dos-adolescentes>.

Silva, A. C., & Botti, N. C. L. (2018). Uma investigação sobre automutilação em um grupo da rede social virtual Facebook. *SMAD, Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas*, 14(4), 110–118. <https://doi.org/10.11606/issn.1806-6976.smad.2018.000355>.

Silva, D. S., & Costa, J. O. (2021). Os efeitos do uso de redes sociais na saúde mental de adolescentes. *Psicologia & Sociedade*, 33, 1–11. Recuperado em 22 de setembro de 2024, de https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-04712021000400011.

Silva, L. C. da, Santos, I. V. P., Pereira, L. N., & Pfeilsticker, F. J. (2024, janeiro 25). O impacto das mídias digitais em crianças e adolescentes. *Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences*.

Silva, T. A., Gouveia, V. H., & Cunha, M. G. (2021). Adolescentes e o uso de redes sociais: Implicações para a saúde mental. *Serviço Social & Saúde*, 18(1), 45–59. Recuperado em 22 de setembro de 2024, de <https://www.scielo.br/j/sess/a/HQ9KyLtMHJ7sLNZzG3f4svd/abstract/?lang=pt>.

Souza, F. F., & Borges, E. C. (2020). O papel dos pais na mediação do uso das tecnologias digitais por crianças e adolescentes. *Psicologia & Sociedade*, 32, e200003. Recuperado em 22 de setembro de 2024, de

https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-34822020000300008.

Taborda, L. D. S. (2019). A influência da tecnologia no desenvolvimento da criança. *Revista UNINGÁ Review*, 34(1), 40-48.

Valdez, R. S., Massa, D. C., & Mendes, B. S. (2021). Uso problemático de tecnologias digitais e bem-estar psicológico: Uma revisão sistemática. *Psicologia Argumento*, 39(86), 267–284. Recuperado em 22 de setembro de 2024, de <https://periodicos.pucpr.br/psicologiaargumento/article/view/31192/26698>.

ANEXOS

Normas da revista: Psicologia Argumento

Site: <https://periodicos.pucpr.br/psicologiaargumento/about/submissions>