

TRANSTORNOS PSICOLÓGICOS CAUSADOS PELAS REDES SOCIAIS
PSYCHOLOGICAL DISORDERS CAUSED BY SOCIAL MEDIA

Steffhany Rezende Lima *

Daniela Soares Rodrigues **

RESUMO

Desde a popularização das redes sociais tem-se observado o alto índice de transtornos psicológicos relacionados com a permanência de tempo excessivo nas redes sociais, provocando inclusive dependência de tais mídias, desta forma percebe-se a necessidade da abordagem sobre o tema. O objetivo central do trabalho é esclarecer a respeito dos transtornos psicológicos causados pelas redes sociais, assim como apontar os principais danos e explicar como ocorrem. Trata-se de um estudo bibliográfico realizado por meio das bases de dados CAPES, SciELO, PubMed, Google Acadêmico, livros e revistas acadêmicas, utilizando autores como: Almeida (2011), Porter (2002), Mendonça (2005). Apesar da atenção que o tema tem conquistado atualmente e todos os estudos realizados, não há um consenso geral entre os pesquisadores a respeito de qual o nível da influência das redes sociais no desenvolvimento de transtornos psicológicos, não sendo possível concluir se o uso excessivo das redes sociais desencadearia os transtornos ou se apenas potencializaria aqueles já existentes em indivíduos que não são mentalmente saudáveis.

Palavras-chave: Mídias Sociais Virtuais; Psicologia; Transtornos Psicológicos

ABSTRACT

Since the popularization of social media, it has been observed the high rate of psychological disorders related to the permanence of excessive time on social media, even causing dependence on such media, thus realizing the need to address the issue. The main objective of this work is to clarify the psychological disorders caused by social media, as well as to point out the main damages and explain how they occur. This is a bibliographic study carried out through the CAPES, SciELO, PubMed, Google Academic databases, books and academic journals, using authors such as: Almeida (2011), Porter (2002), Mendonça (2005). Despite the attention that the theme has currently gained and all the studies carried out, there is no general consensus among researchers regarding what is the level of influence of social media in the development of psychological disorders, not being possible to conclude whether the excessive use of social media would trigger the disorders or only potentiate those already existing in individuals who are not mentally healthy.

Keywords: Psychological Disorders; Psychology; Virtual Social Media

* Graduando em Psicologia pela Faculdade de Iporá, GO. E-mail: steffhanyrezende5@gmail.com

** Orientador, Graduado em Psicologia pela Universidade Salgado de Oliveira- UNIVERSO, e Pós-Graduado em Docência Universitária pela Faculdade de Iporá. E-mail: soaresdaniela675@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

A permanência em excesso nas redes sociais tem suscitado a atenção de especialistas do comportamento humano, psicólogos e neurocientistas em todo o mundo, sendo questionado até que ponto as redes sociais podem ser utilizadas para mero entretenimento e a partir de quais aspectos é necessário que haja maior atenção.

Os objetos de investigação das pesquisas têm sido em sua maioria adolescentes e jovens adultos, por se tratar de uma geração na qual a exposição a redes sociais se faz presente em grande parte de suas vidas, o que claramente alterou a rotina de milhões de pessoas, sendo a comunicação entre indivíduos a principal mudança, abrangendo e inovando em diversas formas de se expressar.

Não obstante, os transtornos mentais podem ser observados nos indivíduos que se utilizam das redes sociais, demonstrando não apenas os transtornos já reconhecidos pela literatura psicológica, mas também gerando novos, como exemplo a Síndrome de FOMO, do inglês *Fear Of Missing Out*, que em tradução literal significa “Medo de ficar de fora”, na qual o indivíduo se sente ansioso por não estar conectado e há a necessidade constante em estar se atualizando do que acontece nas redes sociais.

Apesar das pesquisas a respeito do tema terem surgido desde o início das redes sociais, estão conseguindo maior destaque e atenção há poucos anos, com ênfase maior no período pós pandemia do Covid-19, as quais sugerem o indício de alterações cerebrais e comportamentais de usuários frequentes de redes sociais, podendo desencadear ou potencializar transtornos psicológicos.

Desta maneira esta pesquisa objetiva esclarecer a respeito dos transtornos psicológicos, assim como, compreender quais os transtornos ocasionados pelo uso exacerbado das redes sociais, explicando como ocorrem os danos, visando alertar a sociedade de maneira geral para tal problematização.

Ao observar o uso progressivo e aparentemente desenfreado das redes sociais, ressignificando a estrutura social, notou-se a necessidade em realizar uma pesquisa em busca das possíveis consequências de tal uso, pois apesar de ser considerado um mundo virtual, não é um mundo além do real, mas que coexiste com este, transformando não apenas a maneira pela qual nos comunicamos, mas também como nos afeta inconscientemente.

Desta maneira com o objetivo de atrair atenção para o tema, o trabalho apontará os possíveis transtornos psicológicos causados pelo uso excessivo das redes sociais, assunto este de extrema relevância e urgência, visando advertir a respeito da saúde mental na sociedade atual, assim como das futuras gerações.

Para o presente trabalho realizou-se uma pesquisa bibliográfica, sendo este um procedimento técnico que segundo Severino (2007) é realizado por meio de registros disponíveis, a partir de pesquisas já realizadas em livros, artigos e teses, tornando-se fonte dos temas que serão trabalhados e utilizados. De acordo com Almeida (2011) tal metodologia busca relação entre conceitos, características e ideias, muitas vezes unindo dois ou mais temas, tendo como vantagem a possibilidade da amplificação da perspectiva da pesquisa.

Esta pesquisa teve como finalidade a realização de um estudo de caráter descritivo e qualitativo, objetivando demonstrar os danos causados pelo uso em excesso e sem filtros das redes sociais, com o intuito de alertar e informar os usuários, tendo como fontes de pesquisa livros, revistas e artigos científicos dos sites Google Acadêmico, SciELO, PubMed, para a elaboração do corpo teórico do trabalho.

O atual capítulo aborda as considerações iniciais a respeito da temática deste trabalho, apresentando a proposta e delimitando o tema, indicando informações de como ele pode contribuir no meio acadêmico e também social. O capítulo dois se trata da fundamentação teórica, a qual aprofunda nos conhecimentos necessários para fazer o que fora proposto no capítulo anterior, analisando as contribuições já expressas sobre o assunto.

Sendo dividida em subcapítulos, no qual o primeiro aborda a história e contextualização a respeito dos transtornos mentais, o seguinte do que se trata as redes sociais, posteriormente os transtornos ocasionados pelas redes sociais e por último a perspectiva psicológica. Seguindo para o capítulo três que tem como objetivo apresentar a metodologia aplicada no estudo e a justificativa da necessidade de realização da pesquisa. E por fim, o capítulo quatro, onde é abordado de maneira sucinta as considerações finais a respeito dos resultados desse trabalho e sua relevância no âmbito científico-acadêmico e social.

2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 Transtornos Mentais

Ao evoluir, o cérebro humano adquiri a capacidade de processamento de informações, portanto o pensamento, o qual possibilita a sobrevivência e perpetuação da espécie, no decorrer de sua existência consegue perceber e precaver os perigos, assim como procurar de maneira mais eficiente satisfazer suas necessidades. Entretanto, o pensamento também acarretou outra forma de sofrimento, pois cada indivíduo ao tomar consciência de si e dos outros, compreendia o que era prazer e dor (KAPLAN, 1998).

Transtorno mental é definido como um conjunto de distúrbios os quais provocam transformações emocionais e comportamentais (CID-10) de forma a prejudicar a saúde mental a qual refere-se a um bem-estar onde se amplia suas capacidades individuais, é capaz de superar os momentos de estresse, trabalha de maneira produtiva e está apto a contribuir em seu meio social (OMS, 2006).

Apesar de que apenas recentemente os transtornos mentais venham conquistando atenção das políticas públicas de forma mais humanitária, a história da humanidade está intrinsecamente ligada a estes desde que se tem registros a respeito do assunto, sendo possível observar a evolução das técnicas utilizadas para tratamento ou promessas de cura, algumas inclusive sendo adaptadas atualmente (FOERSCHNER, 2010).

Desde 5000 a.C. existem evidencias de experiências buscando tratamento para transtornos mentais, sendo que a primeira encontrada o indivíduo era submetido a fazer um buraco no crânio pois acreditava-se que espíritos malignos causavam a doença e desta maneira eram expulsos e a pessoa seria curada (PORTER, 2002). Na Mesopotâmia antiga continua-se a crença em espíritos malignos onde eram feitos exorcismos e outros rituais (ALEXANDER, 1989).

O tratamento mágico-religioso também pode ser encontrado em Papiros de Ebers e Smith em 1550 a.C., sendo recomendado passeios, danças, pintura e outros tipos de diversão para os doentes. Assim como para os hebreus, onde pode ser encontrado no Talmude datado de 1000 a.C. que a loucura era advinda de possessão demoníaca. A mesma causa da insanidade também pode ser vista no livro dos persas, Zendavesta de 1000 a.C., e nos Vedas da mesma época (BAPTISTA 2003).

Os povos hebreus acreditavam que todas as doenças eram advindas da fúria de seu deus, provocada pela desobediência dos humanos, entretanto também era ele quem fornecia a cura, contanto que um sacerdote intercedesse. Os persas também acreditavam que a possessão por demônios seria a causadora de doenças mentais, mas para eles a maneira de se proteger era por meio da higiene, boas ações e pensamentos (ALEXANDER, 1989).

No Egito era instruído às pessoas que sofriam com transtornos mentais a assistirem concertos, praticar dança e pintura, para que os sintomas fossem aliviados, podendo desta maneira serem um dos primeiros povos precursores da arte terapia na busca pelo tratamento de doenças mentais. Entretanto também usavam encantamentos pois muitas vezes acreditavam se tratar de demônios ou alguma divindade não satisfeita (BUTCHER, 2007).

Na Grécia antiga a insanidade era explicada por Homero como um castigo dos deuses, e Pitágoras em 500 a.C. acreditava que o cérebro era o órgão responsável pela capacidade de raciocínio e onde também se encontrava a doença mental. Entretanto Hipócrates em 460 a.C. afirmava que epilepsia era uma doença e não como acreditavam ser algo sagrado (BAPTISTA 2003).

Em outras civilizações como a europeia no século 3 a.C. um médico chamado Hipócrates propôs que os transtornos mentais eram patologias no cérebro, e alguns séculos depois foram utilizados laxantes e sanguessugas pois acreditavam que desta maneira o corpo voltaria a ter um equilíbrio. Entre tantos outros métodos desenvolvidos um deles era uso do tabaco para indução do vomito e uma dieta baseada em saladas verdes, cevada e leite, além de evitar vinho e carne vermelha; metodologia baseada na alimentação semelhante a aconselhada atualmente a pessoas com crises de epilepsia, conhecida como dieta Cetogenica (BUTCHER, 2007).

Em meados de 1515 os médicos Paracelso e Weyer defendiam que mulheres que eram consideradas bruxas na verdade eram doentes mentais e deveriam ser levadas a médicos e não a religiosos para serem punidas. Weyer também postulou sobre algumas doenças mentais e tentava provar que não eram sobrenaturais. O médico Thomas Sydenham do século XVII se interessava em como a mente poderia gerar doenças e observando seus pacientes pode perceber que uma doença como a

histeria que sua ocorrência era apenas em mulheres, também podia ser vista em homens e era originada psicologicamente (ALEXANDER E SELESNICK, 1968).

No século XVIII Cullen nomeou o termo neurose a qual era tratada por meio de dietas, sanguessugas, choques e coações. Em 1818 foi originado pelo médico Heinroth o termo psicossomático, após ter analisado um caso de insônia sem um motivo visível que poderia ser explicado. Alguns anos depois, autores da era moderna confirmariam a respeito dos impulsos, os quais se não fossem satisfeitos poderiam desencadear uma neurose ou uma doença psicossomática (MENDONÇA, 2005).

Para Friedrich Beneke as ideias tinham a capacidade de serem expressas através do corpo por meio de reações fisiológicas, desta maneira ele falava sobre a possibilidade do surgimento de doenças físicas devido a ações dos pensamentos. Assim como Ernst Von Feuchtersleben acreditava que a doença mental era resultante de uma desordem da personalidade, defendendo também a relevância do tratamento psicológico para tais doenças (MENDONÇA, 2005).

Por milênios pessoas com transtornos mentais eram desprezadas por suas famílias e na sociedade em geral consideradas motivo de vergonha, sendo por muitas vezes expulsas da cidade, abandonadas ou trancafiadas em cavernas, celas ou jaulas, e com o passar dos séculos deixadas em asilos, onde eram tratadas como animais, acorrentados em cômodos escuros, forçados a dormir em pé ou deitados sob seus próprios resíduos (PORTER, 2002).

Houve então um desenvolvimento importante em conceitos psicológicos com Sigmund Freud ao desenvolver a psicanálise no século XIX, o qual postulou que a estrutura da mente humana estaria dividida em Id, Ego e Superego. Sendo o Id presente inconscientemente, induzido pelos desejos sexuais e de agressividade, o Superego agia conscientemente e inconscientemente, tentava controlar os impulsos do Id e realizar os ideais da sociedade, o Ego agia da mesma maneira, porém era o responsável por manter o equilíbrio entre Id e Superego. Entre alguns dos tratamentos psicanalíticos aplicados por Freud está a hipnose, livre associação e análise de sonhos (MYERS, 2007)

Na mesma época também era muito empregado a terapia eletroconvulsiva, inicialmente projetada para chocar o corpo por meio de medicamentos como insulina induzindo ao coma e posteriormente foi administrada a terapia de choque com eletricidade. A psicocirurgia também conhecida como lobotomia era a prática na qual

o paciente era induzido ao coma e posteriormente era perfurado na parte superior de cada órbita ocular e cortava os nervos que faziam ligação entre lobos frontais e os centros de controle de emoções. E a psicofarmacologia fazendo uso de medicamentos para sedar e controlar alguns sintomas de doenças mentais (ALEXANDER, 1989).

A terminologia transtorno mental se refere as condições psicopatológicas em que são percebidas modificações anatómicas, fisiológicas ou histológicas no cérebro (DALGALARRONDO, 2019). Segundo APA (2014, p. 20) é definido no DSM-V como:

Um Transtorno Mental é uma síndrome caracterizada por perturbação clinicamente significativa na cognição, na regulação emocional ou no comportamento de um indivíduo que reflete uma disfunção nos processos psicológicos, biológicos ou de desenvolvimento subjacentes ao funcionamento mental.

Para a identificação adequada de um transtorno mental existem sinais e sintomas a serem reconhecidos, onde será possível reconhecer os fatores causais, etiologia e curso de determinados padrões evolutivos e estados específicos (DALGALARRONDO, 2019). Dentre os transtornos mentais alguns dos que apresentam maior incidência estão depressão, ansiedade, transtorno bipolar, transtorno de desenvolvimento, deficiência intelectual, esquizofrenia e demais psicoses (OPAS, 2021).

Atualmente estima-se que 350 milhões de pessoas, que coincide a 5% da população mundial, se encontram em estado depressivo. Já no Brasil esse índice representa 10% dos habitantes. Em uma projeção feita pela Organização Mundial da Saúde (OMS, 2022) foi estimado que aproximadamente 23 milhões de brasileiros, ou seja, 12% da população apresenta algum transtorno mental, o que acarreta mortes antecipadas e indivíduos incapacitados para trabalhar.

Os transtornos mentais são relacionados ao sofrimento ou insuficiência em realizar atividades sociais, profissionais ou demais atividades importantes. Ocorrem devido a vários fatores tais como transformações sociais aceleradas, circunstâncias de trabalho estressantes, discriminação de gênero, afastamento social, modo de vida não saudável, ameaça de violência e dificuldades físicas de saúde (APA, 2014).

Dentre a diversidade presente entre os transtornos mentais suas características se assemelham no que diz respeito a frequência de pensamentos, percepções, emoções e comportamentos anormais, as quais podem afligir o relacionamento

interpessoal. O fardo dos transtornos mentais progride com consequências expressivas em relação a saúde em relevância social relacionada a direitos humanos e economia (POLANCZYK, 2009)

Para Polanczyk (2009) os fatores que determinam o desenvolvimento de transtornos mentais englobam não somente a questões individuais, tais quais a competência de organizar os pensamentos, as emoções, comportamentos e convívio com os outros, mas também as causas sociais, culturais, econômicas, políticas e ambientais, assim como as políticas nacionais, a proteção social, padrões de vida, as condições de trabalho e o apoio comunitário. Estresse, genética, nutrição, infecções perinatais e exposição a perigos ambientais também são condições favoráveis aos transtornos mentais.

Os sistemas de saúde ainda não estão suficientemente preparados para o atendimento de causas relacionadas a transtornos mentais, conseqüentemente a demanda do tratamento é claramente elevada. A estimativa das pessoas com transtornos mentais que não recebem tratamento em países de baixa e média renda, se encontra entre 76% e 85%. Enquanto países de alta renda, 35% e 50% das pessoas com transtornos mentais estão na mesma situação (OPAS, 2021).

Não obstante, outro obstáculo encontrado é a qualidade duvidosa dos cuidados prestados aos indivíduos que necessitam do tratamento. Além do suporte dos serviços de saúde, os indivíduos com transtornos mentais necessitam de assistência e cuidados sociais. Constantemente precisam de ajuda para se conectar a programas educativos os quais são adaptados as suas demandas e conseguir emprego e moradia permitindo viver e participar de suas comunidades locais (CARDOSO, 2011)

Desde a origem da humanidade existiam indícios de que a saúde deriva de um bom estado do corpo, da alma e do ambiente. A princípio por meio do credo mágico religioso, estudiosos aos poucos observavam e adquiriam conhecimentos a respeito da essência do adoecimento. Determinado grupo estudava com ênfase alguns aspectos de forma isolada, enquanto outros buscavam entender a relação existente entre os fatores (CARDOSO, 2011)

O entendimento conquistado pela ciência através dos milênios constituiu três pilares imprescindíveis para a compreensão da essência das doenças, sendo elas a biologia, a psicologia e a sociologia. E atualmente vivemos na época do sintoma emudecido, dormente em frente a procura pela satisfação momentânea. E em

detrimento dessas novas convicções ocorrem novos sintomas, que de acordo com Oliveira (2011), tais sintomas provocam novas categorias de mal-estar e angústia que se convertem em prejuízo escolar, acidentes de trabalho, consumo descontrolado de drogas e que levam a um excesso de prazer, este, por sua vez, que na conjuntura atual prediz os alicerces de laço social da modernidade.

Segundo Freud o adoecimento psíquico e conseqüentemente a formação do transtorno mental ocorre devido aos obstáculos impostos culturalmente impedindo a felicidade do homem. Para ele o sofrimento psíquico é devido a exacerbada coação exigida na vida cotidiana, fazendo com que as restrições impostas aos impulsos causem problemas ou distúrbios futuros. Essas exigências podem não afetar o indivíduo se a vida adulta ocorrer de maneira satisfatório, entretanto poderá acarretar transtornos mentais caso os impulsos forem suprimidos (FREUD, 1913).

2.2 Redes Sociais

Em meados do século XIX o conceito de rede foi estendido por Comte à análise da estrutura social e ao entendimento da dinâmica de interação entre as pessoas. Segundo Freeman (2004), Comte sugeriu que a sociedade fosse observada sob a ótica relacionada a interconexão entre os indivíduos sociais que se relacionavam na indagação do equilíbrio entre ação e reação das diferentes partes do sistema social.

O século XX é definido por essa ampliação do conceito de rede e se estende além disso ao focar as interações sociais ocasionadas por meio do computador conectado à internet, uma rede que se conecta a determinadas redes. Esse hábito digital instaurou-se com a Arpanet em 1965, iniciada no Brasil em 1995, evoluindo para a Web 1.0 e consecutivamente, para plataformas advindas da Web 2.0 (CORMODE E KRISHNAMURTHY, 2008)

A Web 1.0 é o nível inicial do desenvolvimento da World Wide Web (www), focada no acesso e abordagem para o uso da Web e sua interface com o usuário. Socialmente os usuários apenas podiam acessar páginas Web, entretanto não contribuíam para o conteúdo das páginas. Segundo Cormode e Krishnamurthy (2008), os criadores de conteúdo eram escassos na Web 1.0, sendo que a massa se encontrava puramente comportando-se como consumidores de conteúdo, com pouquíssima interação.

A Web 2.0 é um termo empregado em 2004 por um grupo de pesquisadores para denominar a segunda geração de comunidades e serviços, possui como conceito a WEB como plataforma, dispondo wikis, aplicativos baseados em folksonomia, redes sociais e Tecnologia da Informação. Apesar do termo fazer referência a uma nova versão para a Web, não se diz respeito à atualização nas suas especificações técnicas, contudo a uma mudança na forma como ela é vista por usuários e desenvolvedores, onde há o ambiente de interação e participação.

O site criado em 1997 nomeado como SixDegrees.com é indicado como a primeira rede social contemporânea, por permitir que os usuários criassem um perfil e incluísse outras pessoas. Já no início do século XXI surgiram outras redes sociais focadas na comunicação entre os usuários, tais como MySpace, Orkut e demais que se tornaram mundialmente acessadas perpetuando até os dias atuais como Facebook e LinkedIn (BBC, 2019).

Portanto a evolução ocorreu de uma Web 1.0 a qual se limitava a uma plataforma que oferecia informações, para a Web 2.0, onde a tendência é a emersão da cultura da interação e colaboração, sendo que a Web 2.0 instaurou numerosas redes colaborativas como Blog, Second Life, YouTube, Wiki, Podcast Rede Social, dentre outras mais de 300 possibilidades de interação online individual e em grupos. Desde então, o termo online utilizado para se referir à conexão digital foi nomeado como www (world wide web).

Por meio da colaboração de três processos independentes, os quais são a expressão da diversidade, a comunicação e os avanços da tecnologia, foi possibilitado o surgimento de todas essas redes no espaço virtual, provocando uma nova estrutura social, baseada nas redes. A partir de então ocorreu a transformação da Web 2.0 para a 3.0, apontada como um sistema de tecnologias com o objetivo de demonstrar maneiras mais eficazes para ajudar os computadores a organizar e analisar a informação disponível na Web.

As novas ferramentas possibilitaram analisar mais informações em menor tempo, obtendo resultados cruzados e provavelmente mais precisos. Todavia no século XXI, é experimentado a explosão das interações sociais intermediadas através do computador e com o uso do telefone celular conectados à internet. Muitos usuários da internet veem a impossibilidade de viver sem estar conectado, a demasia de tempo

despendido na navegação no mundo virtual provoca desta maneira uma overdose de interatividade digital.

A repercussão colossal que as redes sociais tomaram em escala mundial, não era esperado, entretanto, o interesse em se conectar com pessoas em qualquer parte do mundo, sejam familiares, amigos, conhecidos ou para criar novos laços de amizade, tem gerado em indivíduos e organizações uma imersão crescente nas redes sociais. E constatando esse avanço, de acordo com uma pesquisa realizada pela Hootsuite em 2016, mais de 2,8 bilhões de pessoas utilizavam redes sociais (KEMP, 2017).

O advento das redes sociais modificou não apenas a maneira de se relacionar entre os indivíduos, mas também a estrutura social, o que implica no marketing, que evoluiu e se adaptou ao meio, criando outras maneiras de alcançar o público-alvo, que agora se encontra principalmente online nas redes sociais, de grandes empresas a autônomos. Segundo dados de uma pesquisa da Social Media Trends, realizada pela Rock Content (2019), em torno de 31% dos profissionais de empresas estão presentes nas redes sociais, já no Brasil a presença é de 92% das empresas.

De acordo com Silva (2011) em uma primeira impressão as redes sociais podem aparentar ser apenas um ambiente para entretenimento e passatempo, entretanto, existem transformações importantes em curso nas redes sociais que também interferem na realidade fora delas. A maneira pela qual a informação caminha pelas redes desafia a mídia tradicional, esse novo modo de comunicação de forma horizontal, expande os horizontes para que minorias possam expor seus pensamentos de maneira que a sociedade veja e haja o início de atitudes transformadoras.

Por haver certo desentendimento entre os conceitos de redes sociais e mídias sociais, para uma melhor compreensão da terminologia será explicado primeiramente a diferença entre tais. Mídia Social se utiliza de tecnologias para proporcionar um meio de interação entre pessoas, entretanto Rede Social é um arranjo social constituído por indivíduos que compartilham dos mesmos interesses, onde o objetivo principal é conectar pessoas (ZENHA, 2018).

No que diz respeito a formação das redes sociais, são compreendidas como um aglomerado de nós, interconectados, constituídos por estruturas não lineares, flexíveis, dinâmicas, formadas por organizações formais e informais. Os nós simbolizam indivíduos ou grupos de indivíduos incumbidos por movimentar as redes

sociais através da troca e do compartilhamento de informações. Desta maneira quanto mais conexões um nó é capaz de promover, mais forte ele se torna (RECUERO, 2009).

Sob outro enfoque a respeito da definição de rede social é dado por Costa (2005), o qual sugere haja uma compreensão da sua característica fundamental que se dispõe pela maneira de inter-relacionar os elementos, sem hierarquia. Segundo ele, é desfeita a concentração do poder comunicacional nas mãos de um indivíduo e favorece as relações totalitárias reafirmando a importância de cada nó.

De acordo com Musso (2006) rede social é uma das maneiras pelas quais os relacionamentos afetivos, interações profissionais dos usuários entre si ou entre seus grupos de interesses mútuos são representadas. Conceitua-se rede social online como um espaço digital estruturado através de uma interface virtual particular, na qual se arranja somando perfis de indivíduos que compartilham das mesmas afinidades, pensamentos e maneiras de expressão.

Para Garton, Haythornthwaire e Welman (1997) uma rede ocorre no momento em que computadores conectam um grupo de pessoas e organizações e se estabelece uma rede social. Tal conexão é possível por meio de uma ligação, a cabo ou sem fio, em equipamentos como celulares e computadores, nos mais variados ambientes, podendo ser em casa, no trabalho ou em espaços públicos.

A rede social é um espaço digital online onde é possível constatar o modo como ocorre a contínua evolução dos conflitos psicossociais de seus membros. A colaboração constante das pessoas nas redes sociais através da troca de informações e do dinamismo de conversas demonstra um comportamento de conexão entre assuntos e pessoas.

Por meio de links é possível analisar as ligações feitas pelo autor do registro e saber desta forma as conexões, compartilhamento de ideias, assuntos e observações próprias da coletividade. Ainda que a tecnologia tenha possibilitado visibilidade a organização social em rede, faz-se significativo recordar que as redes sociais não são um acontecimento moderno que tenha ganhado vida com o advento da internet.

Em uma rede social cada usuário possui seu perfil pessoal onde irá acrescentar informações a seu respeito, incluindo geralmente nome, idade, local de residência, status de relacionamento e demais elementos que poderão ser acrescentados dependendo da preferência de quem se utiliza. Alguns dados são exigidos pelas redes

sociais, apesar de que seu compartilhamento de maneira pública pode ser alterado para que apenas quem faça parte do meio social aprovado pelo usuário possa ver ou apenas o próprio usuário (ZENHA, 2018).

Todavia, o intuito principal das redes sociais é compartilhar seus interesses com os demais usuários, sendo feito por meios de publicações também chamadas de “postagens” ou “posts”, em forma de textos, imagens ou vídeos. Segundo Zenha (2018) o que inicialmente se compartilhava opiniões ou gostos particulares, cada vez mais tem se tornado um ambiente para expor suas rotinas diárias e cada momento vivido.

O ambiente virtual possui como pilar a interação síncrona e assíncrona, das quais os indivíduos que a executam atuam em um papel de protagonista nas relações sociais que estabelecem na rede. Recuero (2009), salienta que participar de interações online propicia aos indivíduos o estabelecimento de relações e geração de laços sociais. A ampliação do espaço virtual permitiu a criação das Redes Sociais como um local duradouro de interação para a comunicação e a transferência de informação.

Por meio desta expansão, pessoas de todas as localidades do mundo podem se comunicar, agrupados no mundo digital entre as mais diferentes motivações comunicativas. A constituição multicultural e pluriespacial de grupos que interagem nas redes sociais online simbolizam a ruptura de barreiras geográficas, sociais e temporais, favorecidas pelo ciberespaço.

As redes sociais existem na sociedade desde o princípio da humanidade, seja por rede de amigos ou clube, tribos, bandos e demais organizações, incentivadas pela busca do indivíduo por pertencimento a um grupo, por ser essencial o compartilhamento de conhecimentos, informações e preferências com outros indivíduos, visto pela perspectiva de que era necessário para a perpetuação da espécie ou grupo.

Contudo para Recuero (2009) o mais imprescindível na existência das redes sociais online contemporâneas é o resgate do contato com pessoas a distância, com amigos e familiares que há tempos não se encontravam, entre demais possibilidades, como também uma maneira de fazer novos contatos e amizades.

Conforme Lévy (2011), na medida em que o ciberespaço se expande, ele toma forma como mundial, oferecendo uma comunicação totalitária e, não obstante, o

encontro por núcleos de interesses os quais a comunicação é executada somente entre os membros do grupo. Para o autor, essas transferências comunicativas auxiliam entre os usuários o progresso da inteligência coletiva, pois permitem o desenvolvimento de opiniões e definem relações de tolerância e compreensão mútua.

Ademais, as trocas possibilitam aos indivíduos fortalecer um sentido de moral social, o qual compreende a percepção das regras e princípios que governam as relações sociais estipuladas no círculo da cultura digital. Tais relações também foram observadas por Castells (2009), compreendendo como favorável o impacto da comunicação por meio da internet sobre a intimidade física e a sociabilidade de seus usuários.

Para Castells (2009) a rede não proporciona empobrecimento da vida social, mas sim, afirma que existem infindáveis fatos que corroboram para um caminho positivo como o acesso a amigos antigos ou distantes, colegas do trabalho atual ou não, tais possibilidades comprovam a expansão e a capacidade de construir novos vínculos sociais.

De acordo com Briggs e Burke (2016) Inicialmente as redes sociais foram criadas para uso pessoal, no entanto, empresas e autônomos ao perceberem que seus clientes não mais faziam uso do rádio, leitura de jornais ou revistas, ou ainda o número de telespectadores de TV decrescia, pois tinham migrado e se encontravam cada vez mais presentes nas redes sociais, surgiu então outro propósito deste meio, o de divulgação de produtos e serviços, alcançando números inimagináveis de clientes, com propagandas agora no ambiente online, das formas mais criativas possíveis.

As redes sociais se transformaram não somente em um ambiente onde são difundidos conteúdos diversos, mas também uma maneira de produzir conteúdo incomum à mídia tradicional, onde os autores têm a possibilidade de serem produtores e também de emitir informações. Desta maneira os custos e os controles de produção e transmissão são mínimos, o que alterou a realidade de quem não tinha condições de divulgar seu produto ou serviço (BRIGGS; BURKE, 2016).

A mídia social compreende mídias diversas como vídeos, blogs e inclui as redes sociais. Ainda antes da criação da internet, a mídia também era o rádio, Tv, jornais e revistas, porém eram meios estáticos onde não existia a possibilidade de

interação ou era escassa, feita por meio de cartas dos telespectadores ou da platéia de algum programa, isso quando permitido a participação (SILVA, 2011).

Para Zenha (2018) ainda existe a distinção entre redes sociais, pois há variadas possibilidades de uso, a depender do objetivo dos usuários. A categorização mais usual pode ser encontrada da seguinte maneira:

Redes sociais de relacionamento, cujo o objetivo principal é o de conectar pessoas, podendo ser citadas o Instagram, Facebook, Twitter e Whatsapp. Rede social de entretenimento, onde são criadas com o intuito de que o conteúdo seja consumido, como exemplos o YouTube, onde é possível publicar e assistir vídeos, o Pinterest onde se publica e consome imagens e recentemente o Tiktok onde se publica vídeos curtos para entretenimento.

Ainda há as redes sociais de cunho profissional, sendo tais utilizadas com o intuito de obter relacionamentos profissionais, compartilhar projetos profissionais, expor seu currículo, assim como demonstrar suas habilidades, para que dessa forma consiga indicações ou trabalho, a rede social profissional mais conhecida é o LinkedIn.

E por fim a Rede Social de nicho dirigida para um público específico, independente se para um grupo profissional ou indivíduos que compartilham de um mesmo interesse. Como exemplo o TripAdvisor no qual os usuários conferem notas a lugares turísticos ou empreendimentos. Outra rede social de nicho é a DeviantArt, onde artistas visuais divulgam seus trabalhos. E Goodreads a rede social focada nos leitores, são feitas resenhas de livros e também é possível recomendar.

Segundo uma pesquisa recente feita pelo We Are Social (2021), existem aproximadamente 4,2 bilhões de usuários ativos nas redes sociais em todo o planeta. Enquanto que no Brasil foi demonstrado que 58% dos habitantes utilizam as redes sociais, e ainda foi indicado como o segundo país com o maior tempo online nas redes sociais, correspondendo a 3h43min.

As redes sociais através da internet desconstruíram as barreiras das fronteiras geográficas que impediam a comunicação e permitiu a geração de um espaço cultural global. Ao se falar em comunicação é possível perceber as mudanças provocadas pelas redes sociais, como os agentes sendo os usuários, os quais podem criar identidades e personalidades, pois é possível se esconder por meio de um avatar online (VERMELHO, 2015).

Segundo Vermelho (2015) o conteúdo não é avaliado por profissionais capacitados para identificar a legitimidade, e a maneira pela qual será difundido dependerá da decisão dos usuários em perpetuar ou não a difusão deste. Diferindo da mídia tradicional, as redes sociais e suas finalidades mudam mediante o que os usuários decidem, podendo ser citado o Facebook e Instagram que foram criados com o intuito de serem redes sociais de relacionamento, entretanto atualmente também são utilizados como redes sociais de negócios, tão difundindo que as próprias redes foram modificadas para se adequar a essa nova funcionalidade.

Com a possibilidade de maior alcance de pessoas, podem ser criados até mesmo movimentos sociais, os quais segundo Feenberg (1995) postulou como racionalização subversiva. Outra condição de mudança social derivada das redes sociais diz respeito a maneira pela qual se associam ao ambiente físico, provocando influências mútuas. Os locais onde as pessoas estão presentes são agora constituídos por redes sociais, ademais de cidades, casas e outros espaços físicos, onde os usuários vivem um fragmento de seu tempo nesses ambientes virtuais.

De acordo com Silva (2011) o modo como os indivíduos estabelecem ligações com o ambiente físico no qual se encontram pode inferir modificações nas redes sociais, entretanto, se a quantidade de usuários presentes nas redes sociais fosse uma parcela pequena da população, o que ocorresse nesse ambiente virtual seria pouco significativo. Porém analisando a população brasileira é possível constatar que não apenas existe uma grande quantidade de indivíduos online nas redes sociais, como também é crescente o número de usuários.

Desta forma as redes sociais se tornam, à medida que aumentam o número de usuários, um potente meio de comunicação de massa. Contudo, Silva (2011, p. 3) ressalta que:

Há, porém, que se ter alguns detalhes em vista quando se pensa nas redes sociais como um modelo de comunicação livre de interferências. A internet e a maior parte dos serviços de rede social são propriedades privadas, que visam ao lucro. Há questões sobre a privacidade e falsificação de perfis que afastam usuários e levantam para as redes, a bandeira da manipulação de conteúdo e opiniões.

Discussões a respeito de privacidade das informações dos usuários, que normalmente são exigidas pelas redes sociais e usadas em algoritmos, na qual a pessoa caso queira utilizar a rede deverá concordar em compartilhar, e perfis falsos,

têm sido os alvos da atualidade. Acontecimentos como esses fazem com que seja observado com maior critério questões sobre manipulação de conteúdo e opiniões (SILVA, 2011).

2.3 Transtornos Causados Pelas Redes Sociais

O uso das redes sociais tem conquistado elevado número de adeptos em poucos anos, de todas as idades e transformado a realidade mundial de uma maneira inimaginável, propiciando a transformação das identidades na era pós-moderna, a qual se caracteriza pela inexistência de fronteiras fixas e identidades definidas, o que provavelmente pode estar induzindo a maneira pela qual se constrói identidades, sexualidade e saúde mental.

Estudos recentes apontam que o uso da internet é predominantemente para entretenimento, como exemplo jogos, vídeos e filmes, acompanhado posteriormente para comunicação com amigos em redes sociais (SÁ, ROSA & TARDIVO, 2020), Shiozawa e Uchida (2020) ainda destacam que enquanto as redes permitem interações com um número maior de pessoas, elas também levam inevitavelmente a uma redução na comunicação interpessoal dentro da família e no ambiente físico.

No Brasil desde 2014 vê-se a necessidade de regulamentação da internet, por meio da qual foi criada a Lei nº 12.965 que configura o Marco Civil da Internet, onde é informado no Art. 29 a responsabilidade dos pais no controle parental de conteúdo acessado por filhos menores de idade, e o dever do poder público juntamente aos os provedores de conexão e de aplicações de internet e a sociedade civil na promoção da educação e fornecimento de informações e definição de boas práticas para a inclusão digital de crianças e adolescentes (BRASIL, 2014)

Mediante as vulnerabilidades que se manifestam devido ao uso indiscriminado das redes sociais, nota-se a desencadeamento de transtornos de atenção, transtornos obsessivos, de ansiedade e problemas com a linguagem e a comunicação. Além do mais a tecnologia pode comprometer a capacidade de socialização ocasionando isolamento social e gerando complicações em discernir a realidade do mundo virtual (SILVA & SILVA, 2017).

É sabido que os meios digitais online vêm modificando a maneira pela qual as pessoas interagem, na mesma proporção em que provoca a inibição da interação física, o que ocasiona comodismo, podendo gerar problemas sociais, como exemplo

a segregação do convívio social, solidão, ansiedade e depressão. Para muitos a utilização das redes sociais de forma exacerbada ocorre no tocante ao preenchimento de um vazio, a qual provoca a sensação de estar só e infeliz, por meio da comunicação com amigos virtuais e partilha de informações e opiniões (SILVA & SILVA, 2017).

Os sintomas derivados da depressão ou da ansiedade podem ser provocados pelo uso incorreto das redes sociais ou podem existir anteriormente e a utilização indevida é apenas um mecanismo de compensação (MENEZES, 2012). Portanto de acordo com Dong et al. (2011), ainda não é possível detectar se os sintomas antecedem ao problema ou se são os resultados. Possivelmente a ligação entre a funcionalidade da internet e o modo como a ansiedade é administrada seria mais relevante do que o grau da ansiedade.

Segundo Bischof-Kastner (2014) o uso da internet e redes sociais para fins de regulação emocional se torna mais problemático do que a utilização social para distração. A depressão é o transtorno com maior incidência diagnosticada quando relacionada ao uso desregulado das redes sociais em adolescentes e que tende a aumentar os casos em adultos (TSITSIKA et al., 2011).

Apesar do estudo sugerir que o alto índice de depressão está interligado ao maior tempo gasto nas redes sociais, ainda não é claro se a depressão é um transtorno antecessor ou adquirido pela dependência do uso desregulado online. A dificuldade com uso das redes sociais pode ser congruente a atitude de dependência, sendo mais vulnerável em pessoas que procuram por uma instigação exterior e demonstram maior inflexibilidade ao tédio (SHI et al., 2011).

De acordo com Elhai et al. (2016) a dependência é um comportamento compulsório o qual os impulsos tendem fazer com que haja a procura por sentimentos positivos, como uma maneira de melhorar o humor, o que pode ser negativo ou não. Para alguns pesquisadores a dependência das redes sociais é um transtorno de descontrole dos impulsos, perturbando fundamentalmente a qualidade de vida, ocasionando impactos nas relações sociais, intolerância e sinais de abstinência (ALAVI, 2011).

De acordo com estudos realizados em estudantes de medicina, ao se encontrarem em um momento ou lugar inviável de conexão com as redes sociais, os sinais apresentados foram os de sensação de solidão e tensão. Ao estar conectado torna-se possível checar as notificações das redes sociais, corroborando com o

sentimento de segurança social com conhecidos, denominado como “busca de reafirmação” interligado com o medo da perda (ELHAI, 2016).

A insuficiência em moderar o uso das redes sociais pode acarretar sensação de angústia e envolvimento no desempenho das atividades diárias, má administração do tempo, dano psicossomático e conflitos no relacionamento entre outras pessoas do círculo social do indivíduo e ainda ao substituir o tempo de sono para continuar online se torna vulnerável a transformação de humor (DONG, 2011).

Ademais, o uso exacerbado das redes sociais em substituição do sono acarreta baixo rendimento acadêmico, ao provocar dependência (ANDREASSEN et al., 2012). Tal dependência vem sendo analisada de maneira tal que se tornou preocupante, sendo nomeada como Adicção por internet, e considerada como um problema de saúde mundial deste século (KO et al., 2012).

O transtorno de Adicção por internet é conceituado como uma apreensão exacerbada em relação à internet e as redes sociais, uso excessivo, consumo do tempo de maneira desregulada, insuficiência para controlar o uso, cogitando o ambiente desinteressante caso não haja conexão com o mundo virtual, irritação em um episódio de interrupção da conexão e redução dos relacionamentos sociais (Mazhari, 2012).

As causas negativas relacionadas a dependência das redes sociais, além das já mencionados como transformações na qualidade do sono, baixo rendimento acadêmico ou profissional, afeta os relacionamentos interpessoais, ainda provoca alterações nutricionais, está ligada a transtornos de humor, TDAH (transtorno de déficit de atenção e hiperatividade), transtorno de uso de substâncias, ansiedade, ansiedade social, solidão, baixa auto-estima, menores níveis de atividade física, hostilidade e comportamento agressivo, comportamento compulsivo, impulsividade, maiores taxas de transtornos de personalidade, menor felicidade e vitalidade subjetivas, prejuízos na saúde mental de forma geral e suicídio (DONG, 2011).

Para Gámez-Guadix (2014) o uso excessivo das redes sociais provoca a dependência onde o usuário acaba por preferir relações virtuais a reais provocando desta maneira uma fuga do mundo real, existem ainda intervenção negativa quanto ao uso de substâncias, cyberbullyng, modificações da autoimagem, e demais validações que podem reforçar transtornos psicopatológicos ou ainda ser agente de risco para adquirir.

Segundo Griffiths (2005) o uso sem controle de redes sociais é um distúrbio do comportamento sem a utilização de substâncias psicoativas, que inclui seis elementos, saliência, alteração de humor, transigência, sinais de abstinência, conflito e recaída. Em contrapartida Pantic (2014) afirma ainda não ser passível de confirmação se o uso de redes sociais por indivíduos mentalmente saudáveis pode provocar transtornos psicopatológicos.

Uma coleta de dados feita em 2009 por Thom (2018) ainda confirma essa hipótese, ao afirmar não ter possibilidade de encontrar uma ligação entre o uso das redes sociais e depressão, se baseado em uma amostra de 126 adolescentes mentalmente saudáveis. O autor comprova por meio dos resultados obtidos não existir ligação entre a utilização das redes, e que indivíduos saudáveis mentalmente demonstraram moderação no tempo empregado online.

Também os estudiosos Jelenchick, Eickhoff e Moreno (2013), realizaram uma pesquisa com um grupo de adolescentes e adultos jovens com idade média de 18 anos, os quais foram questionados a respeito dos sinais de depressão e o uso das redes sociais, e por fim, os autores puderam concluir que não existe uma associação entre a utilização das redes sociais e a depressão.

Entretanto, outro estudo realizado por Houghton et al. (2018) com uma amostra de 1.749 adolescente entre 10 e 17 anos foi possível observar sinais depressivos. Onde também pode-se observar uma tendência na ligação entre o aumento do tempo gasto em redes sociais por detrimento dos sintomas depressivos. Ademais, tal crescimento da presença online é provavelmente um indicador do detrimento da saúde mental.

Outro transtorno evidenciado por estudos recentes, o qual correlaciona com o uso das redes sociais é o Transtorno Dismórfico Corporal (TDC). A pessoa com TDC apresenta insatisfação exacerbada com algum detalhe corporal que julga ser defeituoso. Apesar de muitos recorrerem com frequência a cirurgias e tratamentos estéticos, ainda não são capazes de se sentirem satisfeitos com as mudanças (FORTES, 2015).

De acordo com Fortes et al. (2015) as redes sociais contribuem com o narcisismo e os padrões de beleza impostos, potencializando a insatisfação corporal ao estimular com frequência padrões de corpos a serem copiados. Tal influencia

corroborar para a manifestação do estresse, ansiedade e novas síndromes, nomeadas como síndromes tecnológicas, tal como o TDC.

Para Shiozawa e Uchida (2020) o tempo prolongado nas redes sociais pode provocar impressões distorcidas de si mesmo e reforçar sintomas depressivos, ao passo que foi evidenciado por Sarriera et al. (2007) que este tempo possui influência direta na autoimagem e no autoconceito, ao ser compreendido como um período capaz de contentar desejos e necessidades pessoais que foram desiludidos durante o cotidiano, o que também foi constatado por (LIRA et al., 2017) que um maior número de acessos às redes sociais elevou substancialmente a probabilidade de insatisfação corporal.

Portanto a imagem corporal constituída socialmente, tem provocado a insatisfação corporal na qual o indivíduo não se encontra adequado entre o corpo real e o idealizado. A internalização da imagem corporal ideal modifica atitudes e comportamentos, fato esse que as redes sociais vêm reforçando (CARVALHO, 2016). Influída por modelos diversificados, a IC (imagem corporal) com destaque para os pais, amigos e mídias (GOMES, 2001).

Destaca-se uma maior incidência feminina em TDC, por sofrerem pressão estética desde a adolescência mesmo com as transformações corporais em evidência, o que acarreta o consumo crescente de tendências, incluindo o uso das redes sociais para se atualizarem. De acordo com Holland e Tiggemann (2016) em um estudo a respeito do impacto da utilização das mídias sociais na imagem corporal e no Comer transtornado CT, demonstrou que a visualização de fotos fortifica a conexão entre a IC e o CT.

Poucas são as pesquisas realizadas fazendo a correlação entre a influência das redes sociais na Imagem corporal, entretanto os estudos existentes têm como foco os adolescentes e jovens adultos, os quais são pertencentes a uma geração que surgiu na era digital. Esses indivíduos buscam online respostas para questionamentos corriqueiros e frustrações. Ao compreender o fato de que padrões corporais são frequentemente compartilhados, é possível compreender que ao ver repetidas vezes essas pessoas irão acreditar que é a realidade, e ao não alcançar tal idealização será gerado frustração e insatisfação.

Apesar de poucos estudos aliarem o impacto das redes sociais gerado em adolescentes, Lira et al. (2017), em seu estudo verificou a associação entre o emprego

da internet, a frequência de acesso e a imagem corporal, de maneira que pôde observar que dentre as adolescentes entrevistadas que permaneciam por mais de 20 horas semanais online eram mais vulneráveis a insatisfação corporal.

Pepin e Endresz (2015) também puderam constatar que 300 mulheres jovens entre 18 e 25 anos de idade na Austrália, que usavam redes sociais, relataram que se sentiam pressionadas a perda de peso e modificação da aparência. Fardouly et al. (2015) observaram que mulheres entre 17 e 25 anos ao permanecerem por determinado tempo online em redes sociais apresentaram humor menos positivo do que as que passaram o mesmo tempo em um site controle.

Segundo Vaterlaus et al. (2015) as redes sociais são potenciais desencadeadores de transtornos do comportamento alimentar, tais como anorexia, bulimia nervosa e o transtorno da compulsão alimentar periódica. Por ser de rápido acesso, possuir diversidade e uma vasta gama de conteúdo direcionado a saúde e ao condicionamento físico, é mais usada e aceita como formadora de opinião.

Para Andrade et al. (2020) há alta probabilidade de manifestação de transtornos alimentares referentes à autoimagem e autoconceito, advindos da insatisfação corporal, na qual as preocupações exacerbadas derivam das pressões sociais ocasionadas por padrões corporais estéticos. No que diz respeito às redes sociais durante o contexto pandêmico, foi percebido que devido o acesso a muitos conteúdos concernentes à pandemia foi desencadeado ansiedade e na maioria dos casos, os usuários alegaram uma impressão de desequilíbrio alimentar incessante causado pelo quadro ansioso.

O conteúdo normalmente acessado destina-se a inspirar a atingir uma meta de saúde ou condicionamento físico, por meio de imagens inspiradoras de corpos musculosos acompanhados de citações motivacionais, links para blogs e histórias pessoais, perfis de instrutores, modelos fitness, geralmente influencers, conteúdos com planos de dieta e exercícios sem fundamentos e de caráter enganoso, prometendo perda de peso de forma rápida e fácil (MABE et al., 2014).

De acordo com Rodgers et al. (2020) a depressão é um mediador na relação entre o vício em Internet, insatisfação corporal e bulimia nervosa, sendo que as redes sociais estão diretamente associadas a depressão, baixa auto-estima e a compulsão alimentar periódica. Em um estudo apresentado por Stice et al. (2014), foi demonstrado que 13% de meninas apresentam fatores associados a transtornos

alimentares como angústias, comprometimento funcional, aumento do risco de obesidade futura, depressão, suicídio, abuso de substâncias ilícitas, onde as redes sociais podem agravar ou ocasionar tais transtornos ou atitudes.

Moromizato et al. (2017) depararam com associações consideráveis tocante à perda do sono ou dormir menos, motivado pelo do uso excessivo da internet, assim como mau gerenciamento do tempo, prejuízos físico-psicológicos e conflitos nas atividades diárias ou nos relacionamentos com amigos e familiares, a irritabilidade também se mostra como sintoma ocasionado pela dependência da internet. Por conseguinte, de acordo com Deslandes e Coutinho (2020), alguns dos agravamentos derivados da amplificação do uso de internet pesquisado durante o contexto pandêmico é a ansiedade, tal e qual as violências autoinflingidas como autoagressão e suicídio.

Portanto, a dependência das redes sociais irrompe como um transtorno de controle dos impulsos que influencia explicitamente a qualidade de vida, acarretando consequências nas relações sociais, intolerância e sintomas de abstinência, o qual os sintomas são decorrentes da não possibilidade de estar conectado, a sensação de vazio e tensão. De acordo com Ferreira et al. (2020) o uso exacerbado da internet e redes sociais pode gerar alterações comportamentais negativas, perda de controle, sentimento de culpa, isolamento, conflito familiar, declínio no desempenho escolar e apresentar novas formas de violência, entre elas o cyberbullying.

Ademais o uso excessivo da internet possivelmente gera um gênero de adição, um transtorno que cria maneiras de dependência, como exemplos, o cyber sexo; a dependência das redes sociais; o Net Gaming Addiction, que inclui uma vasta gama de comportamentos, como jogos de azar, videogames, compras e comércio eletrônico obsessivo; a dependência por busca de informações; a adição por jogos.

Evidências crescentes apontam que o uso excessivo das redes sociais provoca sintomas tipicamente correlacionados ao vício em substâncias, tal como modificações de humor, intolerância, abstinência e distúrbios comportamentais; em virtude da desadaptação cognitiva excedida por meio de uma sucessão de motivações externas, derivando no vício dos usuários (KUSS; GRIFFITHS, 2017).

Segundo Faria (2015) a permanência prolongada nas redes sociais pode acarretar implicações como a dependência de internet, tendo necessidade em algumas circunstâncias até mesmo de tratamentos psicológicos e psiquiátricos. O

diagnóstico é efetuado quando o manuseio das mídias intervém de maneira nociva na vida pessoal ou profissional do indivíduo, quando julga necessário estar a cada instante conectado para se sentir bem e demonstra dificuldades em gerenciar o uso do próprio tempo.

Pelo acesso à internet estar disponível para grande parte da população a qualquer hora e em qualquer lugar, estar todo o tempo conectado tornou-se indispensável, como se de alguma maneira a utilização de uma rede social propiciasse esgueirar-se de problemas do mundo real, tendo a impressão de estar próximo emocionalmente de outras pessoas, resultando em um escape psicológico que contorna esses indivíduos de uma situação difícil, de algum problema, recompensando a escassez na vida real ou como uma maneira de participação social, comunicação e conforto emocional, podendo além disso influenciar na forma de se relacionar.

Conforme pesquisas a dependência ocasionada pelo uso excessivo dos meios digitais como celulares e computadores, causam a mesma deterioração na ponta do neurônio que as drogas, ativando no cérebro o mesmo sistema de recompensas, tal uso exacerbado ocorre principalmente para acesso as redes sociais. Morilla et al. (2020) apresentam que tanto no vício das drogas tal qual no uso dessas mídias, há compartilhamento de predisposição genética, padrões de comportamentos, traços de personalidade e variados cenários complicados em diversas perspectivas da vida do indivíduo.

Há ainda a fobia nomeada como Nomofobia, Morilla et al. (2020) afirmam que se caracteriza pelo medo ou angústia de ficar sem a conexão do mundo virtual e do celular, ocasionado devido o vínculo emocional criado com os bens materiais como os celulares, que são possibilitados de acessar memórias pessoais que retratam a identidade de seus usuários, ressaltando o conceito de celulares como amplificação da própria existência ou até mesmo uma nova extensão do corpo.

O uso demasiado das redes sociais pode acarretar desfechos negativos, como desenvolver por meio desse uso inadequado um comportamento compulsório e alteração dos hábitos sociais, de modo que as pessoas iniciem um distanciamento de outras pessoas fisicamente para estarem em contato virtualmente, originando desta forma uma incoerência pois, ao mesmo tempo que aproxima, também afasta. Kross et al. (2013, p. 10) salienta que:

Os indivíduos tendem a postar informações, fotos e anúncios que fazem com que suas vidas pareçam sensacionais. Exposição frequente a esse tipo de informação pode levar o outro a sentir que sua vida é, em comparação, pior. Essa é uma das possíveis explicações. Outro fator pode ser a falta de interação direta com outras pessoas.

Faria (2015) afirma que os usuários de redes sociais podem apresentar um padrão de idealização de si, ou seja, aparentar identidade socialmente interessante, mas que ainda não foi alcançada. A pessoa que é dependente da rede social vê-se necessitada de se expor e de acompanhar o cotidiano dos amigos, como medida de satisfação pessoal ou interação, tornando-se um círculo vicioso.

O autor acrescenta que as redes sociais possuem uma capacidade viciante e provoca a liberação de dopamina em determinadas áreas denominadas de sistema de recompensa do cérebro, tal como a conduta que obtém essa recompensa tem tendência de se repetir. Quando notificações repentinas de redes sociais são recebidas, é liberado cerca de quatro vezes mais dopamina.

Morilla et al. (2020) abordam a solidão, satisfação pessoal, qualidade de vida e os aspectos familiares, afirmando que há uma conexão entre sentir-se só e buscar nas conexões virtuais uma forma de preencher ou diminuir as necessidades que os sentimentos de solidão provocam. A utilização exacerbada está ligada ao índice geral de satisfação e a qualidade de vida, que é demonstrada como um agrupamento de dimensões, que quando estão em desequilíbrio podem retroalimentar o sistema vicioso que o indivíduo está inserido.

Algumas questões como não gostar de ficar desconectado da internet é aceitável, entretanto, não deve ser um hábito que interfira na vida cotidiana ou traga sintomas da nomofobia como ansiedade, nervosismo, insegurança, segundo apresentado por Morilla et al. (2020), é necessário apresentar, no mínimo, 5 de 8 critérios, os quais são:

Ter necessidade de permanecer mais tempo conectado, para se ter a mesma satisfação; manter-se por um maior mais tempo conectado do que o programado; usar a internet como regulação emocional; demonstrar empenho repetido para diminuir o tempo de uso da internet; preocupação exacerbada com a internet; demonstrar irritabilidade ou depressão; relações sociais, familiares e o trabalho em risco pelo uso excessivo; mentir para as pessoas a respeito da quantidade de horas conectadas.

Para Oberst et al. (2017) e Baker, Krieger, e LeRoy, (2016) é possível que o elevado envolvimento nas redes sociais seja relativamente elucidado pelo conceito de Fear of Missing Out (FoMO), apesar de não ser um evento relacionado exclusivamente as mídias sociais, os sujeitos com alto nível de FoMO são capazes de se sentir impelidos a verificar com frequência suas redes sociais para permanecer atualizados e constantemente conectados com os outros, podendo provocar consequências nocivas em sua saúde mental e física.

O fenômeno FoMO segundo Baker et al. (2016) e Przybylski et al. (2013) é evidenciado sobretudo entre jovens em variadas culturas, com prejuízos negativos no humor e na satisfação geral com a vida. Assim como Oberst et al. (2017) associam FoMO à ansiedade da mesma maneira que ao uso intenso das redes sociais.

De acordo com Terroso e Argimon (2016), os adolescentes, por se encontrar numa fase que remete a imaturidade dos sistemas cerebrais monoaminérgicos cortical frontal e subcortical acabam tendo condutas mais impulsivas, que dificultam o controle de comportamentos entusiásticos frente a algo de seu interesse, deixando-os mais vulneráveis ao uso patológico da internet e, conseqüentemente, ao uso problemático das mídias sociais.

2.4 Perspectiva psicológica

Com a ampliação das possibilidades de uso da internet e posteriormente das redes sociais, surgiram os questionamentos a respeito do efeito desse tipo de mídia sobre a subjetividade, desta maneira a Psicologia inicia sua investigação a respeito da relação dos indivíduos com a internet (MIGUEL et al., 2021).

De acordo com Miguel et al. (2021) as pesquisas realizadas partem de dois eixos, no qual o primeiro visa compreender os efeitos subjetivos do uso das redes sociais e o segundo eixo busca verificar a contribuição da internet para a Psicologia, enquanto um instrumento para a atuação psicológica.

Em relação a investigação da psicologia a respeito das redes sociais, Costa (2006) afirma que o uso dos celulares com acesso à internet, modificam não apenas os espaços físicos, mas também criam novos espaços virtuais, o que produz efeitos psicológicos nocivos, evidenciando a importância da pesquisa da Psicologia sobre tal tema.

Para Gonzalez (2015, p. 38):

Os psicólogos não deveriam se preocupar muito em encontrar formas de medir a personalidade, pois têm seu melhor teste no Facebook, onde a tela e o teclado estão à espera de que alguém reflita no exterior o que ocorre em seu interior. Em conclusão, tudo o que a personalidade é, está presente no Facebook, a foto, as diferentes imagens, as relações, os comentários, a necessidade de poder, prestígio ou relação.

No Brasil, os atendimentos feitos de maneira online passaram a ser autorizados, de forma experimental, pelo Conselho Federal de Psicologia (CFP) em 2001, desde então, cresce o número de pesquisas que abordam os desdobramentos dessa nova modalidade de atuação, no qual os principais temas são desafios éticos, possibilidades psicoterapêuticas e a viabilidade do vínculo terapêutico (HALLBERG; LISBOA, 2016).

Desta forma, tanto as redes sociais como a internet de uma maneira geral, geram a possibilidade de intervenções psicológicas on-line, o qual, inicialmente era um objeto de estudo se torna uma ferramenta de trabalho. Atualmente, tal modalidade de atendimento é regulamentada pela Resolução 11/2018 (BRASIL, 2018) ela compreende a regulamentação dos seguintes serviços: consultas e atendimentos psicológicos, processos de seleção de pessoal, uso de instrumentos psicológicos regulamentados com parecer favorável do Sistema de Avaliação de Testes Psicológicos (Satepsi) e supervisão técnica.

3. METODOLOGIA

Para o presente trabalho realizou-se uma pesquisa bibliográfica, sendo este um procedimento técnico que segundo Severino (2007) é realizado por meio de registros disponíveis, a partir de pesquisas já realizadas em livros, artigos e teses, tornando-se fonte dos temas que serão trabalhados e utilizados. De acordo com Almeida (2011) tal metodologia busca relação entre conceitos, características e ideias, muitas vezes unindo dois ou mais temas, tendo como vantagem a possibilidade da amplificação da perspectiva da pesquisa.

Esta pesquisa teve como finalidade a realização de um estudo de caráter descritivo e qualitativo, objetivando demonstrar os danos causados pelo uso em excesso e sem filtros das redes sociais, com o intuito de alertar e informar os usuários, tendo como fontes de pesquisa livros, revistas e artigos científicos dos sites Google Acadêmico, CAPES, SciELO, PubMed, para a elaboração do corpo teórico do trabalho.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Através da pesquisa realizada foi possível analisar e compreender aspectos das redes sociais no contexto social e a maneira pela qual influencia na ocorrência de transtornos psicológicos, com o uso desmedido de tal recurso.

Apesar da atenção e repercussão que o tema tem gerado atualmente, ainda não há consenso geral entre os pesquisadores. Alguns estudos demonstram a presença de transtornos psicológicos, com maior incidência de ansiedade, depressão e distúrbios corporais, em pessoas que fazem uso frequente de redes sociais. Entretanto outros estudos afirmam que pessoas mentalmente saudáveis não são afetadas, sugerindo desta forma que as redes sociais apenas potencializam os transtornos mentais de indivíduos já psicologicamente afetados.

Portanto o tema carece de maior aprofundamento na causalidade entre desencadeamento de transtornos psicológicos por uso das redes sociais ou se tal uso está na realidade potencializando os transtornos em indivíduos que apresentam saúde mental em desequilíbrio, ao passo que poderiam estar buscando com maior frequência as redes online como mecanismo de fuga da realidade.

REFERÊNCIAS

ALAVI SS, Maracy MR, Jannatifard F, Eslami M. **The effect Of psychiatric symptoms on the internet addiction disorder in Isfahan's University students.** J Res Med Sci 2011 Jun; Disponível em <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3214398/?report=classic>> Acesso em 05 de fev. 2022.

ALMEIDA, M. de S. **Elaboração de projeto, TCC, dissertação e tese: uma abordagem simples, prática e objetiva.** São Paulo: Atlas, 2011.

ALEXANDER, Franz. **Medicina Psicossomática.** Artes Médicas. Porto Alegre, 1989.

ALEXANDER, F. G.; SELESNICK, S. T. **História da psiquiatria: uma avaliação do pensamento e da prática psiquiátrica desde os tempos primitivos até o presente.** Tradução A. Arruda. São Paulo: Ibrasa, 1968.

ANDRADE, L., Mauch, A. G. D., Costa, J. E. M. da., Silva, K. M. da., Andrade, L. B. da S. O., Almeida, L. I. de., Araújo, S. L., Souza, S. P. D. E. de., Nunes, T. A. R., & Souza, V. R. (2020). **A utilização das redes sociais digitais no cuidado psicossocial infantojuvenil, diante da pandemia por Covid-19.** Health Residencies

Journal (HRJ), 1(2), 1-18. Disponível em < <https://doi.org/10.51723/hrj.v1i2.12>> Acesso em 05 de fev. 2022.

ANDREASSEN, C. S., Torsheim, T., Brunborg, G. S., & Pallesen, S. (2012). **Development of a Facebook Addiction Scale. Psychological reports**, 110(2), 501–517. Disponível em <<https://doi.org/10.2466/02.09.18.PR0.110.2.501-517>> Acesso em 05 de fev. 2022.

APA, American Psychiatric Association. **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5**. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.

BAKER, Z. G., Krieger, H., y LeRoy, A. S. (2016). **Fear of missing out: Relationships with depression, mindfulness, and physical symptoms**. *Translational Issues in Psychological Science*, 2(3), 275-282 Disponível em <[10.1037/tps0000075](https://doi.org/10.1037/tps0000075)>. Acesso em 06 de fev. 2022.

BAPTISTA, Carolina Mazzo Martinez et al. **Cefaléia no Antigo Egito. Migrêneas cefaléias**, v.6, n.2. 53-55. 2003. Disponível em <https://miniweb.com.br/historia/artigos/i_antiga/pdf/cefaleianoegito0203.pdf> Acesso em 06 de fev. 2022.

BBC. **Six Degrees was the first online social network**. 31 de maio 2019. Disponível em<<https://www.bbc.co.uk/sounds/play/w3csywv4>> Acesso em 06 de fev. 2022.

BISCHOF-KASTNER C, Kuntsche E, Wolstein J. **Identifying Problematic internet Users: Development and Validation of the internet Motive Questionnaire for Adolescents (IMQ-A)**. *J Med internet Res*, out 2014. Disponível em <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4210952/?report=printable>> Acesso em 06 de fev. 2022.

BRASIL. Lei nº 12.965, de 23 de abril de 2014. **Estabelece princípios, garantias, direitos e deveres para o uso da Internet no Brasil**. Diário Oficial da União, Brasília, DF, Cap. V, Art. 29, Brasília, 23 de abril de 2014.

BRASIL. Resolução CFP Nº 11/2018, de 11 de maio de 2018. **Regulamenta a prestação de serviços psicológicos realizados por meios de tecnologias da informação e da comunicação**. Brasília, 11 de maio de 2018.

BRIGGS, Asa. BURKE, Peter. **Uma história social da mídia: De Gutenberg à Internet**. Trad. Maria Carmelita Pádua Dias. 3. ed. Rio de Janeiro: Zahar, 2016.

BUTCHER, James N., Susan Mineka, and Jill M. Hooley. **Abnormal Psychology**. Ed. Susan Hartman. 13th ed. Boston: Pearson Education, Inc.2007.

CARDOSO, Lucilene e Galera, Sueli Aparecida Frari. **O cuidado em saúde mental na atualidade**. *Revista da Escola de Enfermagem da USP* [online]. 2011, v. 45, n. 3 pp. 687-691. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0080-62342011000300020>>. Acesso em 06 de fev. 2022.

CARVALHO PHB. **Adaptação e avaliação do modelo teórico de influência dos três fatores de imagem corporal para jovens brasileiros**. Juiz de Fora: Processos Psicossociais em Saúde, Universidade Federal de Juiz de Fora; 2016. Disponível em < <https://repositorio.ufjf.br/jspui/handle/ufjf/1821> > Acesso em 06 de fev. 2022.

CASTELLS, Manuel. **Communication Power**. EUA: Oxford University Press, 2009.

CID-10: **Classificação de Transtornos Mentais e de Comportamento**. Porto Alegre Editora Artmed, 2011.

CORMODE, G., & KRISHNAMURTHY, B. (2008). **Key differences between Web 1.0 and Web 2.0**. Disponível em <<https://doi.org/10.5210/fm.v13i6.2125>>. Acesso em 05 de fev. 2022.

COSTA, A. M. N. da. **O psicólogo na sociedade em rede**. In O. Z. Prado, I. Fortin & L. Cosentino (Orgs.), *Psicologia & Informática: Produções do III PSICO e II JORNADA do NPPI* (pp. 20-30). Conselho Regional de Psicologia de São Paulo, 2006.

COSTA, R. **Por um novo conceito de comunidade: redes sociais, comunidades pessoais, inteligência coletiva**. *Interface: Comunicação, Saúde, Educação*, Botucatu, v. 9, n. 17, p. 235-48, mar./ago. 2005. Disponível em <<http://www.paho.org>>. Acesso em 06 de fev. 2022.

DALGALARRONDO, P. (2019). **Psicopatologia e semiologia dos transtornos mentais** (3rd ed.). Porto Alegre: Artmed.

DESLANDES, Suely Ferreira; COUTINHO, Tiago. **O uso intensivo da internet por crianças e adolescentes no contexto da COVID-19 e os riscos para violências autoinflingidas**. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 25, p. 2479-2486, 2020. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1413-81232020256.1.11472020>>. Acesso em 05 de fev. 2022.

DONG, G.; LU, Q.; ZHOU, H.; ZHAO, X. **Precursor or sequela: Pathological disorders in people with internet addiction disorder**. *PLoS ONE* 2011 6(2) 1-5. Disponível em <<http://journals.plos.org/plosone/articleid=10.1371/journal.pone.0014703>> Acesso em 05 de fev. 2022.

ELHAI JD, Dvorak RD, Levine JC, Hall BJ. **Problematic smartphone use: A conceptual overview and systematic review Of relations with anxiety and depression psychopathology**. *Journal of Affective Disorders* 2016; 207: 251-259. Disponível em < <https://psycnet.apa.org/doi/10.1016/j.jad.2016.08.030> > Acesso em 05 de fev. 2022.

FARDOULY J, Diedrichs PC, Vartanian LR, Halliwell E. **Social comparisons on social media: the impact of Facebook on young women's body image concerns and mood**. *Body Image*. 2015 Mar;13: pp, 38-45. Disponível em < [10.1016/j.bodyim.2014.12.002](https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2014.12.002) > Acesso em 06 de fev. 2022.

FARIA, Natyelle Gonçalves de. **Fiz logout do mundo: dependência de redes sociais: patologia moderna ou nova forma de subjetividade?** 2015. Disponível em

<<https://pantheon.ufrj.br/bitstream/11422/827/1/NFaria.pdf>>. Acesso em 06 de fev. 2022.

FEENBERG, Andrew. **Alternative modernity: The technical turn in philosophy and social theory**. Los Angeles: University of California Press, 1995.

FERREIRA, E. Z., Oliveira, A. M. N., Medeiros, S. P., Gomes, G. C., Cezar-Vaz, M. R., & Ávila, J. A. (2020). **A influência da internet na saúde biopsicossocial do adolescente: revisão integrativa**. Rev Bra Enferm. Disponível em <<http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2018-0766>>. Acesso em 05 de fev. 2022.

FOERSCHNER, Allison M. (2010). "The History of Mental Illness: From 'Skull Drills' to 'Happy Pills'." Student Pulse, 2(09). Disponível em <<http://www.studentpulse.com/a?id=283>> Acesso em 06 de fev. 2022.

FORTES LS, Meireles JFF, Neves CM, Almeida SS, Ferreira MEC. **Autoestima, insatisfação corporal e internalização do ideal de magreza influenciam os comportamentos de risco para transtornos alimentares?** Rev Nutr. 2015;28(3):253-64. Disponível em <<https://doi.org/10.1590/1415-52732015000300003>> Acesso em 06 de fev. 2022.

FREEMAN, Linton. **The development of social network analysis. A Study in the Sociology of Science**, v. 1, n. 687, p. 159-167, 2004.

FREUD, S. (1913) **Sobre o início do tratamento (Novas recomendações sobre a técnica da psicanálise I)**. Obras Completas. Rio de Janeiro: Imago, 1976, pp. 161-187. Edição Standard Brasileira, Vol. XII.

GÁMEZ-GUADIX, M. **Depressive symptoms and problematic internet use among adolescents: analysis of the longitudinal relationships from the cognitive-behavioral model**. Cyberpsychol Behav Soc Netw. 2014 Nov;17(11):714-9. Disponível em <[10.1089/cyber.2014.0226](https://doi.org/10.1089/cyber.2014.0226)> Acesso em 06 de fev. 2022.

GARTON, L.; HARTHORNTHWAITE, C.; WELLMAN, B. **Studying online social networks**. Journal of Computer Mediated Communication, Indiana, v. 3, n. 1, (1997). Disponível em <<https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.1997.tb00062.x>> Acesso em 05 de fev. 2022.

GOMES PBMB. **Mídia, imaginário de consumo e educação**. Educ Soc. 2001;22(74):191-207. Disponível em <<https://doi.org/10.1590/S0101-73302001000100011>>. Acesso em 05 de fev. 2022.

GONZALEZ, Luis Felipe Ali El-Sahili. **Psicología de Facebook: Vislumbrando los fenómenos psíquicos, complejidad y alcance de la red social más grande del mundo**. Trillas, 2015.

GRIFFITHS, Mark (2005) **A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework**, Journal of Substance Use, 10:4, 191-197. Disponível em: <[10.1080/14659890500114359](https://doi.org/10.1080/14659890500114359)>. Acesso em 05 de fev. 2022.

HALLBERG, S. C. M., & Lisboa, C. S. de M. **Percepção e Uso de Tecnologias da Informação e Comunicação por Psicoterapeutas**. Temas em Psicologia, 2016. Disponível em <<https://doi.org/10.9788/TP2016.4-06>> Acesso em 20 de dez. 2022.

HOLLAND G, Tiggemann M. **A systematic review of the impact of the use of social networking Sites on body image and disordered eating outcomes**. Body Image. 2016;17:100-10. Disponível em <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26995158/>> Acesso em 05 de fev. 2022.

HOUGHTON, Stephen; LAWRENCE, David; HUNTER, Simon C.; ROSENBERG, Michael; ZADOW, Corinne; WOOD, Lisa; SHILTON, Trevor. **Reciprocal Relationships between Trajectories of Depressive Symptoms and Screen Media Use during Adolescence**. Journal Of Youth And Adolescence, v. 47, n. 11, p. 2453-2467, 25 jul. 2018. Springer Science and Business Media LLC. Disponível em <<http://dx.doi.org/10.1007/s10964-018-0901-y>>. Acesso em 05 de fev. 2022

JELENCHICK, Lauren A.; EICKHOFF, Jens C.; MORENO, Megan. **A “Facebook Depression?” Social Networking Site Use and Depression in Older Adolescents**. Journal Of Adolescent Health, v. 52, n. 1, p. 128-130, jan. 2013. Elsevier BV. Disponível em <<http://dx.doi.org/10.1016/j.jadohealth.2012.05.008>>. Acesso em 05 de fev. 2022.

KAPLAN HI, Sadock BJ. **Synopsis of Psychiatry: behavioral sciences: clinical psychiatry**. Baltimore: Williams & Wilkins; 1998.

KEMP, S. **Number of social media users passes 3 billion with no signs of slowing. The next Web** (2017). Disponível em <<https://www.google.com/amp/s/thenextweb.com/news/number-social-media-users-passes-3-billion-no-signs-slowing/amp>> Acesso em 05 de fev. 2022.

KO CH, Yen JY, Yen CF, Chen CS, Chen CC, et al. **The association between internet addiction and psychiatric disorder: A review of the literature**. European Psychiatry 2012; (27) 1–8. Disponível em <<https://doi.org/10.1016/j.eurpsy.2010.04.011>> Acesso em 05 de fev. 2022.

KROSS, E., Verduyn, P., Demiralp, E., Park, J., Lee DS., et al. **Facebook Use Predicts Declines in Subjective Well-Being in Young Adults**. PLOS ONE, 2013. Disponível em <<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0069841>> Acesso em 05 de fev. 2022.

KUSS, D. J., y Griffiths, M. D. (2017). **Social networking sites and addiction: Ten lessons learned**. International Journal of Environmental Research and Public Health, 14(3), 311. Disponível em <[10.3390/ijerph14030311](https://doi.org/10.3390/ijerph14030311)>. Acesso em 06 de fev. 2022.

LÈVY, Pierre. **The Semantic Sphere 1. Computation, Cognition and Information Economy**. Canadá: Willey-Iste. 2011.

LIRA, Ariana Galhardi et al. **Uso de redes sociais, influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras**. Jornal Brasileiro

de Psiquiatria [online]. 2017, v. 66, n.3, pp. 164-171. Disponível em <<https://doi.org/10.1590/0047-208500000166>>. Acesso em 06 de fev. 2022.

MABE AG, Forney KJ, Keel PK. **Você gosta da minha foto? O uso do Facebook mantém o risco de transtorno alimentar.** Int J Eat Disord 2014 julho; 47 (5): 516-523. Disponível em < <https://doi.org/10.1002/eat.22254>> Acesso em 05 de fev. 2022

MAZHARI S. **The Prevalence of Problematic internet Use and The Related Factors in Medical Students,** Kerman, Iran. Addict Health, Summer & Autumn 2012; 4 (3-4): 87-94. Disponível em < <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24494141/>> Acesso em 06 de fev. 2022.

MENDONÇA, J. L. **Breve História da Psicossomática: da pré-história à era romântica.** Revista médica de Minas Gerais (Belo Horizonte), v. 15, p. 119-125, 2005. Disponível em <<http://www.rmmg.org/artigo/detalhes/267>> Acesso em 06 de fev. 2022.

MENEZES PP. **O virtual, o homem e a Psicanálise.** Revista de Psicanálise Reverie 2012 do Grupo de Estudos de Fortaleza; 5(1): 100-09. Disponível em < <https://psicanalinearacaju.org.br/biblioteca/o-virtual-o-homem-e-a-psicanalise>> Acesso em 06 de fev. 2022.

MIGUEL, Raquel de Barros Pinto, Arndt, Gilmara Joanol y Pires, Jeferson Gervásio. **Los Psicólogos y el Uso de los Medios: un Informe de Investigación.** Psicología: Ciência e Profissão, 2021, v. 41. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1982-3703003224152>>. Acesso em 20 de dez. 2022.

MORILLA, J. L.; VIEIRA, G. C.; DANTAS, C. N.; CASSAGO, R. M.; PUCCI, S. H. M.; GOBBI, D. R. **Nomofobia: uma revisão integrativa sobre o transtorno da modernidade.** Revista de Saúde Coletiva da UFEs, [S. I.], v. 10, n. 1, p. 116–126, 2020. Disponível em <<http://periodicos.uefs.br/index.php/saudecoletiva/article/view/6153>>. Acesso em 06 de fev. 2022.

MOROMIZATO, M. S., Bispo, D. B. F., Marques, L. S de S., Leite, R, F., Macedo, F. N., & Pimentel, D. (2017). **O uso de Internet e redes Sociais e a relação com Índícios de ansiedade e Depressão em Estudantes de medicina.** Rev. bras. educ. med. 41(4). Disponível em <<https://doi.org/10.1590/1981-52712015v41n4rb20160118>> Acesso em 05 de fev. 2022.

MUSSO, Pierre. **Ciberespaço, figura reticular da utopia tecnológica.** IN: MORAES, Dênis de. Sociedade Midiatizada. Rio de Janeiro: Mauad, 2006, pp. 191-224.

MYERS, David G. **Psychology.** 2006. 8th ed. New York City: Worth Publishers, 2007.

OBERST, U., Wegmann, E., Stodt, B., Brand, M., y Chamarro, A. (2017). **Negative of fear of missing out.** Journal of Adolescence, 55, 51-60. Disponível em <[10.1016/j.adolescence.2016.12.008](https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2016.12.008)>. Acesso em 05 de fev. 2022.

OLIVEIRA, Maria Ines Santana de. **Intervenção cognitivo-comportamental em transtorno de ansiedade: relato de caso.** Rev. bras.ter. cogn., Rio de Janeiro , v.

7, n. 1, p. 30-34, jun. 2011. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872011000100006&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 05 de fev. 2022.

OMS, Organização Mundial de Saúde (2006). **Relatório sobre a Saúde no Mundo**. Disponível em <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44371/9789899717848_por.pdf?sequence=33&isAllowed=y> Acesso em 05 de fev. 2022.

OMS. Organização Mundial da Saúde. **OMS destaca necessidade urgente de transformar saúde mental e atenção**. 17 jun. 2022. Disponível em <<https://www.paho.org/pt/noticias/17-6-2022-oms-destaca-necessidade-urgente-transformar-saude-mental-e-atencao>> Acesso em 05 de fev. 2022.

OPAS – **Organização Pan-Americana da Saúde. Transtornos mentais**. Brasília (DF); 2021. Disponível em <<https://www.paho.org/pt/topicos/transtornos-mentais>> Acesso em 05 de fev. 2022.

PANTIC, Igor. **Online Social Networking and Mental Health**. *Cyberpsychology, Behavior, And Social Networking*, [s.l.], v. 17, n. 10, p. 652-657, out. 2014. Mary Ann Liebert Inc. Disponível em <<http://dx.doi.org/10.1089/cyber.2014.0070>>. Acesso em 05 de fev. 2022.

PEPIN, G., Endresz, N. **Facebook, Instagram, Pinterest and co.: body image and social media**. *J Eat Disord* 3, O22 (2015). Disponível em <<https://doi.org/10.1186/2050-2974-3-S1-O22>> Acesso em 05 de fev. 2022.

POLANCZYK, Guilherme V. **Em busca das origens desenvolvimentais dos transtornos mentais**. *Revista de Psiquiatria, Rio Grande do Sul, RS*, v. 31, 2009

PORTER, Roy. **Madness: A Brief History**. New York City: Oxford University Press, 2002.

PRZYBYLSKI, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R. y Gladwell, V. (2013). **Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out**. *Computers in Human Behavior*, 29(4), 1841-1848. Disponível em <[10.1016/j.chb.2013.02.014](https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.02.014)>. Acesso em 05 de fev. 2022.

RECUERO, Raquel. **Redes Sociais na Internet**. Porto Alegre: Sulina, 2009.

ROCK, Content. Ivan de Souza, 2019. **O que disse o cenário de tendências de conteúdo em 2019**. Disponível em: <<https://rockcontent.com/br/blog/cenario-tendencias-conteudo/>>. Acesso em 05 de fev. 2022.

RODGERS, R. F., Slater, A., Gordon, C. S., McLean, S. A., Jarman, H. K., & Paxton, S. J. (2020). **A Biopsychosocial Model of Social Media Use and Body Image Concerns, Disordered Eating, and Muscle-Building Behaviors among Adolescent Girls and Boys**. *Journal of youth and adolescence*, 49(2), 399–409. Disponível em <<https://doi.org/10.1007/s10964-019-01190-0>>. Acesso em 05 de fev. 2022.

SÁ, R. de C. de S., ROSA, H. R., TARDIVO, L. S. de la P. C. T. **Sentimentos e atitudes de adolescentes no isolamento social em período da pandemia por coronavírus.** Laboratório de Saúde Mental e Clínica Social do Instituto de Psicologia da USP, 2021. Disponível em <<https://www.ip.usp.br/site/wp-content/uploads/2020/06/RESUMO-PESQUISA-ADOLESCENTES-40-dias.pdf>> Acesso em 05 de fev. 2022.

SARRIERA, J. C., Tatim, D. C., Coelho, R. P. S., & Bücker, J. (2007). **Uso do tempo livre por adolescentes de classe popular.** *Psicol. Reflex. Crit.*, 20(3). Disponível em <<http://dx.doi.org/10.1590/S0102-79722007000300003>>. Acesso em 06 de fev. 2022.

SEVERINO, Antonio Joaquim. **Metodologia do Trabalho Científico.** 23.ed. São Paulo: Cortez, 2007.

SHI J, Chen Z, Tian M. **internet Self-Efficacy, the Need for Cognition, and Sensation Seeking as Predictors of Problematic Use of the internet.** *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 2011: 14(4); 231-34. Disponível em <<https://doi.org/10.1089/cyber.2009.0462>> Acesso em 06 de fev. 2022.

SHIOZAWA, P., & Uchida, R. R. (2020). **Social media during a pandemic: bridge or burden?** *Sao Paulo Med. J.*, 138(3). Disponível em <<https://doi.org/10.1590/1516-3180.2020.0151.08052020>>. Acesso em 05 de fev. 2022.

SILVA, Daniel Bonfim da. **Redes sociais virtuais: um estudo da formação, comunicação e ação social.** 2011. Universidade de São Paulo, São Paulo, 2011. Disponível em <[doi:10.11606/D.16.2011.tde-05122011-111900](https://doi.org/10.11606/D.16.2011.tde-05122011-111900)>. Acesso em 05 de fev. 2022.

SILVA, T. O., Silva, T. G. (2017). **Os impactos sociais, cognitivos e afetivos sobre a geração de adolescentes conectados às tecnologias digitais.** *Rev. psicopedag.*, 34(103),p.87-97. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-84862017000100009> Acesso em 05 de fev. 2022.

STICE. E, Durant. S, Rohde, P., & Shaw, H. (2014) **Effects of a prototype Internet dissonance-based eating disorder prevention program at 1- and 2-year follow-up.** *Health Psychology*. 2014;33(12);1558–1567. Disponível em <<https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/hea0000090>>. Acesso em 05 de fev. 2022.

TERROSO, L., y ARGIMON, I. (2016). **Dependência de internet e habilidades sociais em adolescentes.** *Estudos e Pesquisas em Psicologia*. 16(1). 200-219. Disponível em <[10.12957/epp.2016.24839](https://doi.org/10.12957/epp.2016.24839)>. Acesso em 05 de fev. 2022.

THOM, Robyn Pauline; BICKHAM, David S; RICH, Michael. **Internet Use, Depression, and Anxiety in a Healthy Adolescent Population: prospective cohort study. Prospective Cohort Study.** *Jmir Mental Health*, [s.l.], v. 5, n. 2, p.e44, 22 maio 2018. JMIR Publications Inc. Disponível em <<http://dx.doi.org/10.2196/mental.8471>> Acesso em 05 de fev. 2022.

TSITSIKA A, Critselis E, Louizou A, Janikian M, Freskou A, Marangou E Et al. **Determinants of internet Addiction Among Adolescents: A Case-Control Study.** The Scientific World JOURNAL 2011; 11, 866–874. Disponível em <<https://doi.org/10.1100/tsw.2011.85>> Acesso em 05 de fev. 2022.

VATERLAUS, J. M., Patten, E. V., Roche, C., & Young, J. A. (2015). **#Gettinghealthy: The perceived influence of social media on young adult health behaviors.** Computers in Human Behavior, 45, 151–157. Disponível em <<https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.12.013>>. Acesso em 05 de fev. 2022.

VERMELHO, Sônia Cristina et al. **Refletindo sobre as redes sociais digitais.** Educação & Sociedade. 2014, v. 35, n. 126, pp. 179-196. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0101-73302014000100011>>. Acesso em 05 de fev. 2022.

VERMELHO, Sônia Cristina. **Sobre o conceito de redes sociais e seus pesquisadores.** Educ. Pesqui., São Paulo, v. 41, n. 4, p. 863-881, out./dez. 2015. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/ep/a/cXRvMhCswX4jQNyP5grBShn/?format=pdf&lang=pt>> Acesso em 05 de fev. 2022.

WE ARE SOCIAL. **Digital 2021: The latest insights into the "State of digital"**. 27 Jan 2021. Disponível em: <<https://wearesocial.com/uk/blog/2021/01/digital-2021-the-latest-insights-into-the-state-of-digital/>>. Acesso em 05 de fev. 2022.

ZENHA, Luciana. **Redes sociais online: o que são as redes sociais e como se organizam?** Caderno de Educação, ano 20 – n. 49, v. 1, 2018– p. 1-23. Disponível em: <<https://revista.uemg.br/index.php/cadernodeeducacao/article/view/2809>>. Acesso em 05 de fev. 2022.