



Ministério da Saúde

FIOCRUZ
Fundação Oswaldo Cruz



ESCOLA POLITÉCNICA DE SAÚDE
JOAQUIM VENÂNCIO

João Pedro Rossi de Oliveira

USO PREJUDICIAL DE REDES SOCIAIS EM JOVENS: O que a informação por um clique
pode nos causar

Rio de Janeiro

2022

João Pedro Rossi de Oliveira

USO PREJUDICIAL DE REDES SOCIAIS EM JOVENS: O que a informação por um clique
pode nos causar

Monografia apresentado à Escola Politécnica de
Saúde Joaquim Venâncio – Fundação Oswaldo Cruz
(EPSJV-Fiocruz) como requisito parcial para
aprovação no Curso Técnico em Análises Clínicas.

Orientadora: Ariadna Patrícia Estevez Alvarez

Rio de Janeiro

2022

João Pedro Rossi de Oliveira

USO PREJUDICIAL DE REDES SOCIAIS EM JOVENS: O que a informação por um clique
pode nos causar

Projeto de Monografia apresentado como requisito
parcial para aprovação no Curso Técnico em Análises
Clínicas

Aprovado em 30/11/2022.

BANCA EXAMINADORA

Ariadna Patrícia Estevez Alvarez
EPSJV/FIOCRUZ

Fabiano Figueiredo Gomes
EPSJV/FIOCRUZ

Marcus Vinicius Monteiro Pedroza Machado
EPSJV/FIOCRUZ

Rio de Janeiro

2022

*Dedico esse trabalho a
todos os participantes da pesquisa.*

AGRADECIMENTOS

Gostaria de agradecer aos doze alunos que aceitaram participar da pesquisa, formados por integrantes do 3º Ano do curso de Biotecnologia e os meus amigos próximos do 4º ano do curso de Análises Clínicas, por contribuírem para que o estudo prosseguisse no seu desenvolvimento.

Minha amiga Júlia, que ajudou na busca por participantes.

Minha orientadora, Ariadna, por ter me guiado com maestria para o desenho e caminhos que o trabalho seguiu.

A professora Flávia que colaborou para que o projeto fosse aprovado no Comitê de Ética e Pesquisa (CEP).

Aos meus pais, André e Maria, e minha irmã, Lisa, por me ajudarem nas formas de elaboração de ideias para o texto.

E por último, a Escola Politécnica, por em toda a minha trajetória, ter sido beneficiado pela versalidade de tópicos abordadas nas atividades curriculares e extracurriculares. Isto formentou o senso de liberdade para explorar os mais variados assuntos para centralizar no meu projeto.

*“Meus amigos
quando me dão a mão
sempre deixam
outra coisa
presença
olhar
lembrança, calor
meus amigos
quando me dão
deixam na minha
a sua mão”*

(LEMINSKI, Paulo, Caprichos e relaxos. São Paulo, Brasiliense, 1983. p.86.)

RESUMO

As redes sociais são serviços de aplicações web que permitem que um usuário crie um perfil próprio (seja ele de visualização pública ou limitada a um seleto público), que possa ser vinculado a uma rede de usuários que mantenham laços próximos. O estudo teve o objetivo de investigar os impactos que o uso prejudicial em redes sociais por parte de jovens estudantes pode acarretar e apontar caminhos de redução de danos. O método de pesquisa foi com a aplicação de um questionário acerca dos hábitos dos entrevistados (estudantes do ensino médio da Escola Politécnica de Saúde Joaquim Venâncio), a análise de conteúdo e revisão de literatura. Os resultados mostram que as redes sociais estão muito presentes no cotidiano dos estudantes. A maioria se mostrou ciente dos prejuízos causados pelo seu uso constante e alegou ter sofrido desses prejuízos dentro do campo escolar, nas relações afetivas, e na saúde.

Palavras-chave: Jovens, Redes sociais, Uso prejudicial

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	07
OBJETIVOS	10
METODOLOGIA	11
REVISÃO DE LITERATURA	14
RESULTADOS	19
DISCUSSÃO	24
CONSIDERAÇÕES FINAIS	28
REFERÊNCIAS	29
ANEXO A - QUESTIONÁRIO ACERCA DO USO DE REDES SOCIAIS	32
ANEXO B -TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO.....	36

1. INTRODUÇÃO

Redes sociais são serviços de aplicações web que permitem que um usuário crie um perfil próprio (seja ele de visualização pública ou limitada a um seletor público), que possa ser vinculado a uma rede de usuários que mantenham laços próximos ou a uma ampla gama de outros perfis cadastrados no mesmo servidor (BOYD *et al.* 2007). Estes serviços são segmentados, isto é, direcionados para diferentes fins e públicos-alvo. Podem ser voltadas para a publicação de fotos e/ou vídeos; troca de mensagens; microblogues; busca por amigas ou relações amorosas; e perfis profissionais e de natureza executiva.

Dentro da demografia de usuários destas redes, crianças e adolescentes são um grupo com forte presença nelas. Os dados coletados na pesquisa TIC¹ Domicílios 2020 e publicados pela TIC Kids Online 2020, ambas divulgadas em novembro de 2021, apontaram que o Instagram e o TikTok foram as redes sociais mais utilizadas pelo público entre 10 aos 17 anos no primeiro ano do surto global da Sars-Cov-2. A pesquisa divulgada no ano anterior (2020) revelou que 68% do público entre os 9 e 17 anos usava redes sociais (CGI.BR, 2020, 2021). Esta faixa etária é formada pelos considerados “nativos digitais”, isto é, a população que desenvolve o seu aprendizado nas tecnologias digitais desde a infância por ter nascido ou crescido com estas aplicações no seu ambiente de convívio (CRUZ *et al.* 2018).

A adolescência pode ser vista como uma fase crucial da vida, na qual o sujeito não apenas aprimora suas habilidades em campos emocionais, físicos e sociais, mas também desenvolve sua identidade. As redes sociais convenientemente podem ajudar nesta construção ao permitir a troca de experiências com mais pessoas e interações baseadas em gostos em comum. O papel que as redes sociais desempenham neste caso seria próximo da ideia de um “espaço-seguro” para a socialização entre jovens (MANTILLA, 2017).

Apesar destes benefícios, o uso questionável das redes sociais, não apenas no que diz respeito aos jovens, mas o público geral, e suas possíveis habilidades de “viciar” os usuários passaram a ser objetos de estudo, de modo concomitante ao início da popularidade do Facebook no início da década de 2010 (MANTILLA, 2017). Alguns estudos trabalham com a ideia de ser possível que o uso abusivo das redes sociais possa atingir a categoria de vício, que se diferenciaria de um uso mais engajado, já que se aplicaria o fator da compulsão e descontrole em interagir nas

¹ Sigla para Tecnologias da Informação e Comunicação

redes sociais por um tempo excessivo ao ponto de outras atividades sociais, estudos/trabalho, relações interpessoais e/ou saúde psicológica e bem-estar serem negligenciadas (ANDREASSEN, 2015).

No entanto, deve-se levar em conta que, em termos clínicos, não existe nenhum critério de diagnóstico oficialmente definido pela Organização Mundial de Saúde (OMS), pela Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados com a Saúde (CID), e nem pelo Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5), em relação ao uso de redes sociais a níveis patológicos, tal qual outros vícios comportamentais.

Apesar desta ausência de uma classificação formal, consenso entre pesquisadores e consistência nas pesquisas empíricas (BÁNYAI, 2017), os estudos que atestam o caráter viciante das redes sociais observaram em usuários sintomas típicos do estado de dependência como abstinência, conflito, modificação de humor, recaída e tolerância (HAWI, *et al.* 2016).

Com todas estas percepções em mente, a pesquisa desta monografia trabalhará com a ideia de que o uso prejudicial de redes sociais está ligado as sensações internas que os usuários que as acessam frequentemente podem sentir, quando estas sensações trazem danos emocionais ou comportamentais ao sujeito.

Como já apontado, vive-se um período em que as tecnologias da informação e comunicação já fazem parte da realidade da maior parte da população do globo, com as novas gerações de “nativos digitais” tendo estes meios como acessórios básicos para os mais diferentes fins, incluindo as relações humanas através das redes sociais (FREITAS, 2021). Com a presença das gerações novas nestes ambientes digitais, se faz necessário investigar como o uso prejudicial das redes sociais podem afetar a percepção de mundo e comportamento de sujeitos na sua plena fase de amadurecimento emocional.

A minha justificativa pessoal envolve a minha relação com as redes sociais. Embora a maior parte do meu tempo de uso envolva redes que são voltadas para o compartilhamento de vídeos (YouTube principalmente), meu uso de outros tipos de redes sociais aumentou durante o período de isolamento na pandemia de COVID-19. Apesar da insatisfação que eu sentia após usar redes por muito tempo, que não chegavam a me agradar de verdade, eu continuava consumindo por pura força do hábito estabelecido. Esta experiência com o uso constante e a maior irritabilidade com o conteúdo que me era apresentado motivou a querer entender melhor as características na relação das redes sociais e o público jovem.

Sendo assim, o objetivo do estudo é investigar os tipos de efeitos que os usos constantes das redes sociais podem resultar nos jovens. Parte-se da hipótese de que estes efeitos podem prejudicar a capacidade do indivíduo de se relacionar com os outros e consigo mesmo sem a mediação da tecnologia. Esta investigação será feita através de um estudo de campo entre os alunos da Escola Politécnica de Saúde Joaquim Venâncio (EPSJV).

2. OBJETIVOS

O objetivo geral do trabalho é investigar os impactos do uso prejudicial em redes sociais entre jovens estudantes

Os objetivos específicos são:

- 1) Investigar, na literatura sobre o tema, os efeitos do uso prejudicial em redes sociais nos jovens.
- 2) Compreender o funcionamento do comportamento dos jovens estudantes da EPSJV no uso das redes sociais.
- 3) Apontar possíveis caminhos para redução dos danos que surgem com o uso prejudicial das redes sociais.

3. METODOLOGIA

Uma das metodologias deste estudo é a revisão de literatura. A pesquisa bibliográfica foi realizada nas bases de dados Google Academics e Scielo. Os artigos foram buscados com os seguintes descritores (em inglês): addiction; compulsion; mental health; psychology; social media; teenagers; youth.

Tabela 1: RELAÇÃO DOS RESULTADOS ENCONTRADOS DE ACORDO COM OS DESCRITORES.

DESCRITORES	ARTIGOS
Social media + addiction	8
Social media+mental health	2
Social media + psychology	0
Social media + youth	1
Social media + teenagers	1
Social media + compulsion	1

Entre os treze artigos encontrados na combinação dos diferentes descritores foram selecionados sete para leitura e análise, usando como critério de seleção aqueles que estavam dentro do escopo da pesquisa, um dos artigos teve que ser removido da revisão após o acesso a ele ter se tornado restrito, o que impossibilitou de ser feita uma análise a partir dele, o que fez necessária a sua substituição por outro, listados na tabela abaixo. Os artigos selecionados estão entre a pesquisa de campo e revisão de literatura.

Tabela 2: TABELA DOS ARTIGOS SELECIONADOS PARA A REVISÃO DE LITERATURA

	Título	Objetivo	Autores	Link de acesso
1	Adicción a redes sociales, Miedo a perderse experiencias (FOMO) y Vulnerabilidad en línea en estudiantes universitarios	Proporcionar um quadro de atitudes e comportamentos relacionados com a utilização das redes sociais em jovens universitários.	Angelo Frascchetti, Anna Maria Giannini, Emanuela Mari, Manuel Varchetta	https://revistas.upc.edu.pe/index.php/docencia/articles/view/1187/1050

2	Evaluation of Internet addiction and the quality of life of Brazilian adolescents from public and private schools	Avaliar os níveis de uso da internet e sua relação com a qualidade de vida de alunos de escolas públicas e privadas na cidade de São Paulo.	Fernanda Alves Davidoff Cruz, Adriana Scantena, André Luiz Monezi Andrade, Denise de Micheli	https://doi.org/10.1590/1982-02752018000200008
3	Percepções dos adolescentes sobre o uso das redes sociais e sua influência na saúde mental	Identificar a percepção dos adolescentes sobre o uso das redes sociais e a influência na saúde mental.	Rodrigo Jacob Moreira de Freitas, Thaisa Natália Carvalho Oliveira, Juce Ally Lopes de Melo, Jennifer do Vale e Silva, Kísia Cristina de Oliveira e Melo, Samara Fontes Fernandes	https://dx.doi.org/10.6018/eglobal.462631
4	Adicciones tecnológicas: ¿Enfermedad o conducta adaptativa?	Fornecer novos elementos para a questão dos vícios tecnológicos, de acordo com as classificações atuais em saúde mental, sobre o impacto das novas tecnologias no comportamento das pessoas, e sob a perspectiva da crescente controvérsia de considerá-las comportamentos patológicos ou simplesmente adaptativos.	María Magdalena Caro Mantilla	http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-897X2017000200014&lng=es&nrm=iso
5	Passive social media use and psychological well-being during the COVID-19	Revisão de literatura sobre o uso das redes sociais e seus efeitos na saúde mental durante a	Zhiying Yue, Renwen Zhang, Jun Xiao	https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0747563221003733?via%3Dihub

	pandemic: The role of social comparison and emotion regulation.	pandemia de COVID-19		
6	Bidirectional relationships of psychiatric symptoms with internet addiction in college students: A prospective study	Avaliar a capacidade preditiva dos sintomas psiquiátricos na consulta inicial para ocorrência e remissão do vício em internet durante um período 1 ano entre estudantes universitários.	Yen-Ju Lin, Ray C Hsiao, Tai-Ling Liu, Cheng-Fang Yen	https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0929664619300075?via%3Dihub
7	As redes sociais e a discussão sobre dependência afetiva nas relações virtuais	Estudar as representações sobre a Internet no ambiente escolar.	Fabiano Simões Corrêa, Sérgio Kodato	https://seer.ufu.br/index.php/perspectivasempsiologia/article/view/29646/16352

Além da revisão de literatura, também será feita a aplicação de um questionário, desenvolvido no Google Forms, que buscará coletar informações sobre a rotina de uso de redes sociais por parte dos estudantes. O formulário em questão será apresentado aos alunos do Curso Técnico de Nível Médio em Saúde da Escola Politécnica de Saúde Joaquim Venâncio (EPSJV). A estratégia de recrutamento dos sujeitos da pesquisa foi das visitas do pesquisador às turmas da escola com uma média considerável de alunos maiores de 18 anos. O estudo das respostas fornecidas foi por meio do método de análise de conteúdo. O questionário da pesquisa foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da EPSJV-Fiocruz.

4. REVISÃO DE LITERATURA

4.1 RELAÇÕES NUM AMBIENTE VIRTUAL

Como já apontado na definição, redes sociais funcionam com a formação de uma cadeia de vínculos entre perfis que podem interagir uns com os outros num mesmo espaço (BOYD *et al.* 2007). Este formato voltado para relações interpessoais acaba por ser útil no seu propósito, pois os usuários podem tanto manter seus laços com quem já faz parte do seu círculo social quanto podem formar novas amizades dentro delas.

Entre os adolescentes, as relações criadas ou fomentadas nas plataformas são mais frequentes, dado a forte integração delas no cotidiano deste grupo, influenciando na construção dos seus comportamentos e identidades, elas se tornam o principal ambiente para o surgimento de novos vínculos (FREITAS *et al.*, 2021). Contudo, deve-se levar em consideração o quão sólidos (ou líquidos, utilizando o conceito de Zygmunt Bauman²) estes novos vínculos podem ser. O estudo de Freitas *et al.*, (2021) mostrou que 69% dos jovens entrevistados que acreditavam que fosse possível desenvolver relações pelas redes também enxergavam as relações online como mais fracas e superficiais. Lessa, et al. 2019 mostrou como a dinâmica do mundo virtual difere da observada no mundo real:

É verdade também que muitos relacionamentos não passam desse primeiro momento, como não há vínculo, não há obrigação assumida, e desta forma, não há corações partidos nem familiares ressentidos. O advento da internet acelerou e retirou várias etapas de um relacionamento afetivo, pode-se dizer que não há mais todos os ritos de antigamente, não há corações batendo acelerado ao passar em frente da casa do(a) amado(a), nem troca de olhares, ou mãos frias de emoção. O mundo contemporâneo é muito prático e objetivo (LESSA, *et al.* 2019).

YUE, *et al.* 2021, trabalhou com a ideia de **comparação social** (no contexto da pandemia de Sars-Cov-2), um conceito desenvolvido pelo psicólogo Leon Festinger que se sustenta no princípio de que o sujeito faz uma comparação de si mesmo com outras pessoas como forma de

² De acordo com TFOUNI, *et al.* 2008, a modernidade líquida, conceituada por Bauman, é uma época em que os laços sociais perdem a sua força sólida e se transformam em uma força efêmera, em razão da individualização, desapego, e de um caráter provisório, o que permite uma realidade na qual o “*relacionamento eu-outro é mercantilizado e frágeis laços de afeto têm a possibilidade de serem desfeitos frente a qualquer desagrado das partes*”.

obterem respostas para os tipos de feitos ou conquistas das quais ele pode realizar (CARVALHO, *et al.* 2016).

O ambiente das redes também se caracteriza pela sua natureza assíncrona, onde os eventos compartilhados nelas não necessariamente ocorrem em tempo real. É, portanto, possível que o usuário tenha a possibilidade de escolher o que deseja expor sobre a sua vida em seu perfil particular, como um meio de ter controle sobre a imagem que outros usuários terão dele. Com este controle, existe a tendência de desejar apresentar apenas o mais interessante e positivo do cotidiano, que pode ser exagerado como forma de gerar uma melhor reação de seus seguidores. Naturalmente, as pessoas que navegam por estas publicações desenvolverão comparações com a sua própria vida, que, de modo geral, pode não aparentar ser tão “legal” quanto a dos outros, resultando na baixa autoestima, frustração e inveja para com quem tem uma vida tida como “mais feliz” (YUE, *et al.* 2021).

Dentro do núcleo de relações sociais fora do ambiente virtual, caracterizado pelo uso de linguagem não-verbal sem contato direto com outras pessoas, as consequências do uso excessivo de redes sociais podem levar ao efeito oposto do objetivo central de uma rede social (a interatividade) na vida pessoal do sujeito, com o seu amadurecimento emocional, compreensão dos próprios sentimentos e o senso de empatia para com outros prejudicado e o levando ao desejo de isolamento (CRUZ *et al.* 2018; VARCHETTA, *et al.* 2020)

4.2 SAÚDE MENTAL

A discussão dentro do debate acadêmico e público sobre o uso excessivo de redes sociais entre crianças e adolescentes se confunde com o do uso da internet a partir das tecnologias de informação e comunicação (TIC) de modo geral. Isto pode ser explicado por serem as categorias de sites mais acessadas pelo público a nível global (Or Offer, 2022). Esse alto tráfego de acessos é ainda mais incentivado por operadoras de telefonia, que oferecem aos seus clientes o acesso ilimitado delas em seus pacotes de dados.

Logo, é plausível relacionar os efeitos da utilização não moderada da internet e das TIC com as redes sociais, pois são estes dispositivos que permitem o acesso do usuário a estes sites.

Alguns dos efeitos relatados em estudos sobre a dependência em internet por LIN, *et al.* 2019, envolvem significativos problemas comportamentais, como agressividade, ansiedade, desatenção, fobia social, hiperatividade, e sintomas depressivos e obsessiva-compulsivos, além de

possíveis correlações com paranoia, psicose e sensibilidade interpessoal. Estes sintomas emocionais e patológicos podem agravar mais o estado de dependência, contribuindo para a formação de um ciclo vicioso que perpetua o uso patológico da internet.

Corrêa, *et al.* (2014) argumenta contra a catalogação de “vício” para o uso engajado das redes sociais, no âmbito do senso comum, por ser ineficaz para um entendimento aprofundado sobre o assunto:

(...) acreditamos que a representação de vício dada pelo senso comum para significar a aderência destes jovens aos meios eletrônicos, em especial a suas interações nas redes sociais, seja inadequada e prejudicial a sua compreensão. Certamente estes jovens estão condicionados a utilização destes aparelhos, que como descrito por Medeiros (2008)³, os fascina através de suas “cores agradáveis”, seus “barulhinhos”, designers sofisticados e possibilidades inovadoras. No entanto poderíamos reconhecer uma certa nostalgia na incompreensão que temos a respeito da relação da atual geração, quando percebemos que as mesmas representações de dependência não são aplicadas a relação do homem com os demais aparelhos eletroeletrônicos, como a televisão ou um simples chuveiro elétrico.

Como já anteriormente apontado, não existe uma classificação formal dentro da psiquiatria para o vício em redes sociais, no entanto, alguns estudos buscam apontar relações entre uma saúde psicológica negligenciada com o uso exacerbado delas.

Varchetta, *et al.* 2020 liga o medo de exclusão ao chamado *Fear of Missing Out* (FoMO), em tradução livre, “Medo de Estar por Fora”, que se refere a a preocupação inquietante de não conseguir participar ou testemunhar eventos e experiências gratificantes enquanto outras pessoas estão vivenciando aquilo. O estudo apontou uma correlação entre o FoMO, a vulnerabilidade no ambiente virtual e a dependência em redes sociais, que por sua vez está relacionada a baixa autoestima e, em um nível mais elevado, na pouca satisfação das necessidades psicológicas básicas.

³MEDEIROS, Rosangela de Araujo. A relação de fascínio de um grupo de adolescentes pelo Orkut: um retrato da modernidade líquida. 2008. Dissertação (Mestrado em Educação) - Faculdade de Educação, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2008. Disponível em doi:10.11606/D.48.2008.tde-18062008-150730. Acesso em: 11 nov. 2022

4.3 REDUÇÃO DE DANOS

Ao se pensar em propostas que possam conter os danos causados pelo uso negligente das redes sociais, os autores entendem que a conscientização dos prejuízos que o acesso danoso às redes sociais pode causar dentro do debate público, voltada principalmente aos jovens, é a primeira etapa para disseminar o uso delas de forma sadia.

Freitas, *et al.* (2021) propõe o apoio de profissionais de saúde aos adolescentes prejudicados, que se sentirão que suas queixas estão sendo mais bem compreendidas, criando um laço de conexão e confiança com o profissional. Este apoio também ajudaria na melhoria da autoestima do jovem, que ao ser permitido identificar a raiz do problema, oferece a oportunidade de encontrar uma resolução a partir da melhoria na autoestima. Freitas, *et al.* (2021) também discorre sobre a importância da promoção de interações face-a-face:

É preciso fazer com que o jovem busque entender a extensão dos danos que causam a si mesmos e o quanto é importante à interação real com o outro. Vale ressaltar a função da Atenção Primária a Saúde (APS) em ser um meio transformador e estimulador de novas práticas sociais, além de ser o nível de assistência que atua com a prevenção de práticas viciosas e comportamentos suicidas (PESSOA, *et al.* 2020⁴ apud FREITAS, *et al.* 2021). Enfatizando a atuação do NASF (Núcleo de Apoio à Saúde da Família) no fortalecimento na saúde mental de adolescentes através de trabalhos grupais impulsionados pelos psicólogos, seja nas unidades de saúde, nas comunidades ou escolas (FIALHO, *et al.* 2019⁵ apud FREITAS *et al.* 2021)

Para além dos profissionais de saúde, CRUZ *et al.* (2018) argumenta sobre como a participação dos responsáveis também é fundamental como medida de impor certos limites não apenas no tempo, mas na forma que crianças de adolescentes acessam as redes sociais. Este monitoramento pode contribuir para inibição dos efeitos negativos nos campos físicos, psicológicos e sociais que o uso prejudicial das redes sociais acarreta nos jovens, A supervisão

⁴ PESSOA, Denise Mayara de Souza. ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE DE ADOLESCENTES COM IDEAÇÕES SUICIDAS. Revista Mineira de Enfermagem, [s. l.], v. 24, 2020. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.5935/1415-2762.20200019>. Acesso em: 11 nov. 2022.

⁵ FIALHO, L. M. F.; SOUSA, F. G. A. de. Juventudes e redes sociais: interações e orientações educacionais. Revista Exitus, [S. l.], v. 9, n. 1, p. 202-231, 2019. DOI: 10.24065/2237-9460.2019v9n1ID721. Disponível em: <http://www.ufopa.edu.br/portaldeperiodicos/index.php/revistaexitus/article/view/721>. Acesso em: 18 nov. 2022.

pode diminuir os riscos da exposição a conteúdos inadequados e, em circunstâncias mais graves, criminosos, relacionados a pedofilia e pornografia, por exemplo.

Corroborando com Freitas, *et al.* (2021), Varchetta, *et al.* (2020) mostra como a interação no mundo real com outros sujeitos é importante para o desenvolvimento das habilidades sociais dos jovens, promovidas com o apoio da prática de esportes, hobbies e outros tipos de atividades de caráter voluntário. Também induz a enxergar como a negação dos meios tecnológicos é ineficaz para uma cultura já tão integrada a eles, agregando:

(...) é necessário desenvolver práticas que se iniciem por uma análise crítica de determinados aspectos culturais, dos discursos aceitos e pela reflexão sobre os efeitos do poder sobre os discursos nas instituições. É necessário identificar as distorções cognitivas, emoções, motivações e fatores de risco implícitos a esses comportamentos desadaptativos. (VARCHETTA, *et al.* 2020)

Ao fim, sugere que técnicas de autoconstrução, exemplificando a “*melhor compreensão dos diálogos, autoexpressão, autorregulação*”; reflexão sociomoral, com a “*análise crítica da situação, construção de conceitos, uso de dilemas morais*”; e convívio ao “*desenvolver as habilidades sociais*”, são formas eficazes para a recuperar o “controle do comportamento”. (VARCHETTA, *et al.* 2020)

5. RESULTADOS

A pesquisa realizada para o estudo contou com a participação voluntária de doze estudantes, maiores de 18 anos, de nível médio da Escola Politécnica de Saúde Joaquim Venâncio, sendo seis (50%) pertencentes ao curso de Análises Clínicas e os outros seis (50%) ao curso de Biotecnologia.

Metade (50%) dos participantes se identificaram como pertencentes ao gênero masculino, enquanto 33,3% ao gênero feminino e os outros 16,6% não preencheram nenhuma das três alternativas (masculino, feminino e não-binário).

Sobre renda familiar, 41,7% (n=5) declararam viver com uma renda de até 2 salários-mínimos. 24,9% (n=3) vivem com uma renda entre 3 a 10 salários-mínimos⁶, enquanto 16,7% (n=2) vivem com uma renda de apenas 1 salário-mínimo (n=2).

Informe sua renda familiar

12 respostas

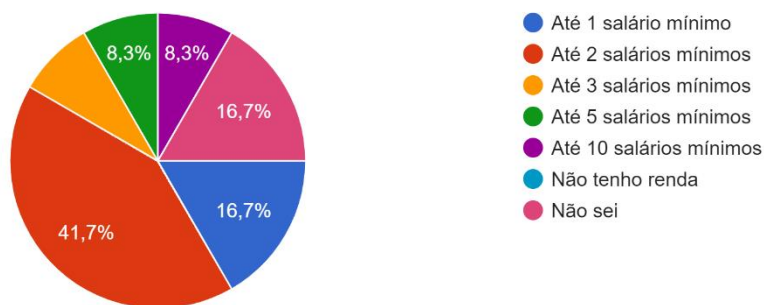


Gráfico 1: Gráfico dos resultados obtidos na questão sobre renda familiar. Fonte: Google Formulários.

Aparelhos celulares foram uma unanimidade quanto a forma de acesso as redes sociais apresentadas, apenas um respondente declarou que também utiliza um computador pessoal (PC) como dispositivo de acesso. O Instagram (83,3%, n=10), TikTok (66,7%, n=8), Twitter (75%, n=9) e YouTube (75%, n=9) foram as redes sociais mais marcadas pelos participantes. Em contrapartida, Facebook (41,7%, n=5) e o Reddit (8,3% n=1) foram marcados por menos da metade como as redes mais usadas.

⁶ As opções “até 3 salários-mínimos”, “até 5 salários-mínimos”, e “até 10 salários-mínimos” foram marcadas por apenas 1 aluno cada.

Quais redes sociais você usa? (assinale todas que usar)

12 respostas

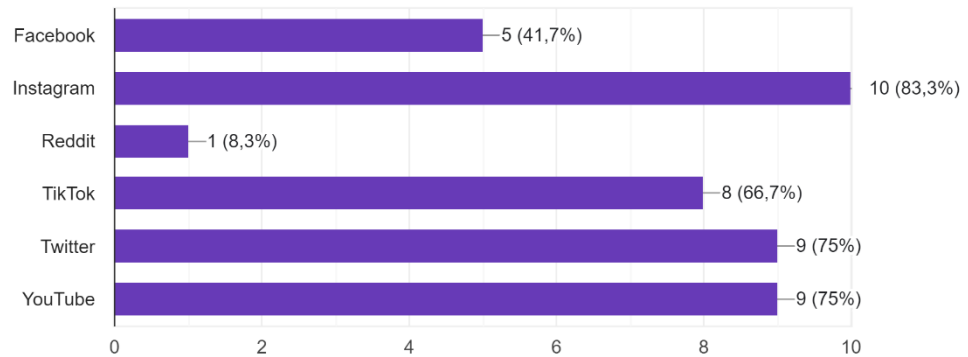


Gráfico 2: Gráfico dos resultados obtidos na questão sobre redes sociais utilizadas. Fonte: Google Formulários.

Sobre a média de acessos ao dia, 41,7% (n=5) acessam as redes por mais de dez vezes, 25% (n=3) acessam entre 7 e 9 vezes, 25% (n=3) acessam entre 4 e 6 vezes, e 8,3% (n=1) acessam entre 1 e 3 vezes. Embora estes números indiquem que os alunos utilizam redes sociais com uma alta frequência as alternativas não dão uma noção precisa do tempo de uso delas.

Quantas vezes, em média, você acessa por dia as redes sociais assinaladas?

12 respostas

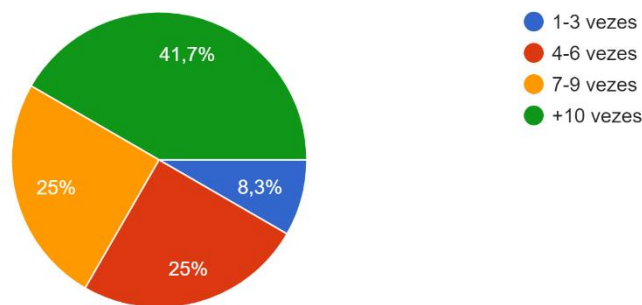


Gráfico 3: Gráfico dos resultados obtidos na questão de número de vezes que as redes sociais são acessadas pelos participantes. Fonte: Google Formulários.

Na pergunta sobre conseguir encontrar o que vê de atrativo nas redes, 91,7% (n=11) tinham êxito em ver seus conteúdos de interesse, enquanto 8,3% (n=1) sentiam que não encontravam seus interesses nas redes.

Você sente que consegue encontrar, nas redes, o que te atrai?

12 respostas

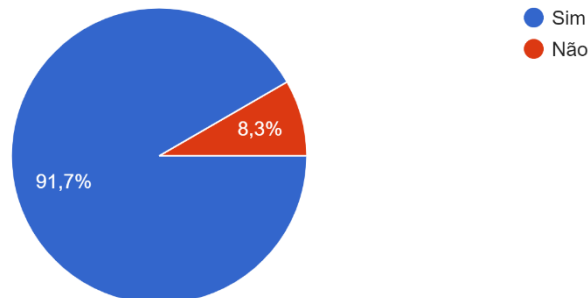


Gráfico 4: Gráfico dos resultados obtidos na questão sobre o sucesso em encontrar seus interesses nas redes.

Fonte: Google Formulários.

No entanto, ao mesmo tempo que praticamente todos conseguem ter êxito em encontrar seus conteúdos de interesse, somente 33,3% (n=4) sentiam uma parcial ou total satisfação no conteúdo consumido após sair das redes. Os outros 66,7% (n=8) não sentiam nenhum efeito de satisfação e nem insatisfação.

Como você se sente após sair delas

12 respostas

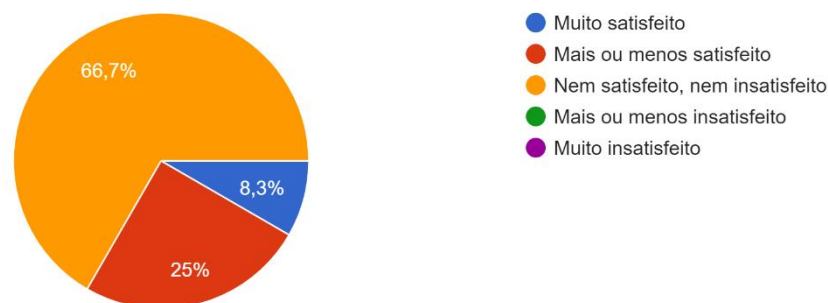


Gráfico 5: Gráfico dos resultados obtidos na pergunta sobre satisfação após o uso das redes sociais. Fonte: Google Formulários.

Sobre a comparação da interação entre pessoas do ambiente virtual e do mundo real, ninguém declarou objetivamente que tem preferência em interagir nas redes sociais, no entanto 33,3% (n=4) delcararam se sentirem “mais ou menos” assim, enquanto 66,7% (n=8) não sentiam esta sensação.

Se sente mais confortável e/ou prefere interagir nas redes sociais ao invés de interagir no mundo real?

12 respostas

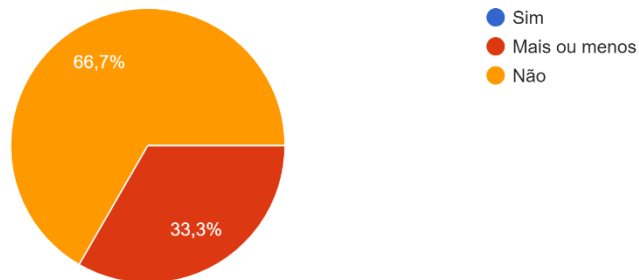


Gráfico 6: Gráfico dos resultados obtidos na questão sobre o conforto ao interagir com pessoas dentro das redes sociais. Fonte: Google Formulários.

Na pergunta sobre o uso das redes sociais sobre outras atividades de lazer, 66,7% (n=8) confirmaram que já negligenciaram seus hobbies para se dedicarem a acessar as redes sociais, enquanto 33,3% (n=4) não deram esta prioridade para as redes.

Chegou a dar menos prioridade aos hobbies, atividades de lazer e exercícios por causa das redes sociais?

12 respostas

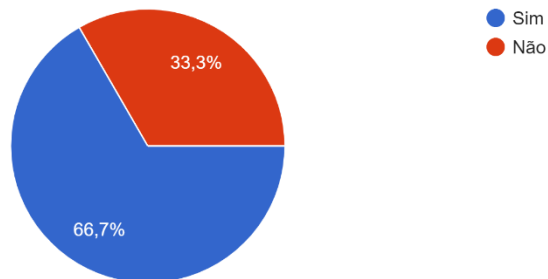


Gráfico 7: Gráfico dos resultados obtidos na questão sobre prioridade aos hobbies. Fonte: Google Formulários.

Todos os 12 alunos que participaram confirmaram que já ficaram acordados mais tarde enquanto estavam usando as redes sociais.

Já ficou acordado até mais tarde que o habitual enquanto acessava as redes sociais?

12 respostas

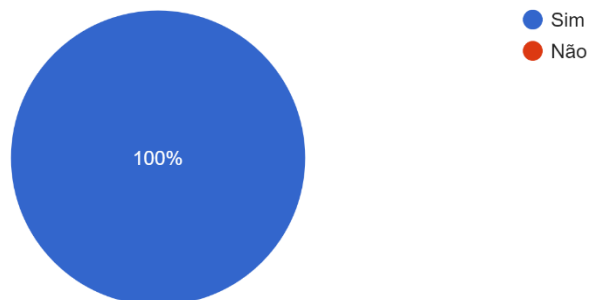


Gráfico 8: Gráfico dos resultados obtidos na questão sobre sono. Fonte: Google Formulários.

Na pergunta, sobre diminuição do tempo de uso das redes sociais, 63,6% (n=7) já buscaram fazer esta redução de uso e afirmaram ter obtido sucesso com as tentativas. 27,3% (n=3) já fizeram esta tentativa mas sem nenhum êxito. 9,1% (n=1) nunca tentaram.

Tentou usar as redes por menos tempo? Se sim, obteve sucesso?

11 respostas

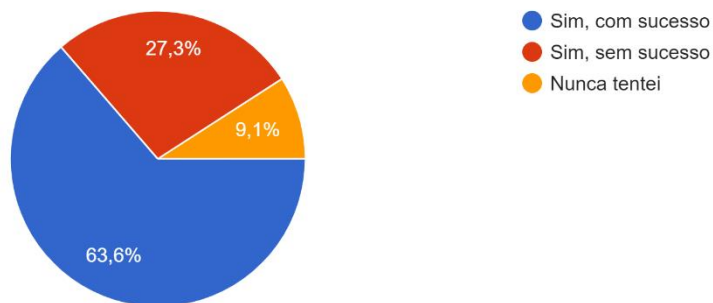


Gráfico 9: Gráfico dos resultados obtidos na questão sobre tentativas de redução de uso. Fonte: Google Formulários.

As respostas discursivas foram agregadas no Google Forms e então feita a análise geral uma por uma, buscando encontrar padrões ou diferenças significativas para mapear um pequeno panorama quanto as visões dos participantes sobre o ambiente das redes sociais, seus hábitos, e suas experiências.

6. DISCUSSÃO

Nas questões abertas foi possível extrair algumas ideias que os alunos tinham em comum uns com os outros. As respostas dadas para a questão sobre o que os cativavam a acessar as redes sociais, as descreviam como meios de se manterem informados e, principalmente, na forma de ter momentos de lazer e entretenimento.

Os motivos apontados como motores que levariam os alunos a deixarem de utilizar as redes favoritas envolvem: as preocupações em torno dos prejuízos no campo psicológico provocado por um “ambiente tóxico”, a ausência de tópicos que despertem interesse, repetição de conteúdo e maior investimento nas relações interpessoais fora do ambiente virtual. Nas palavras de um deles: *“Acho que essas redes precisam estar em constante mudanças seja na área de conteúdo ou não, porque se ficar as mesmas coisas sempre acabaria me fazendo perder o interesse”*. Ainda no quesito da desistência, um participante se declarou como dependente das redes sociais, e sugeriu que *“somente não tendo contato com aparelhos eletrônicos”* o faria desistir de usá-las.

Praticamente todos alunos sentiram que já tiveram seu desempenho escolar prejudicado pelo uso prejudicial das redes. Foram compartilhados episódios de procrastinação, com um longo período de tempo consumindo conteúdos nas redes sociais e, por consequência, deixando de estudar ou realizar as tarefas pendentes; acesso durante os tempos de aula; e até mesmo o não comparecimento nas aulas para “gravar TikTok”. Este último relato faz do aluno (o mesmo que se indentificou como dependente das redes sociais) um potencial estudo de caso, ao explicar um exemplo radical de comprometimento com as redes sociais em detrimento das responsabilidades escolares na sua vida.

Apesar destes resultados, uma melhor relação entre a rotina de uso das redes sociais entre os estudantes e a queda do seu rendimento escolar só seria melhor aprofundada através de um estudo longitudinal, com dados comparativos de suas notas nos períodos que eles acessam as redes sociais por mais tempo. Rezende (2021) mostrou que algumas pesquisas mostram que o desempenho acadêmico é afetado pelas redes sociais quando elas se integram a outros problemas psicológicos como ansiedade, depressão e estresse.

Outro fator importante de se observar nos resultados é a unanimidade dos estudantes ao declararem que já deixaram de dormir no tempo certo em razão de estarem acessando as redes. Um sono de má qualidade pode afetar o funcionamento cognitivo do aluno e, por consequência, o seu desempenho escolar. Xanidis *et al.* (2015) apresentou resultados de pesquisas anteriores que já

apontavam uma ligação direta entre estes dois fatores, com os sujeitos tendo suas habilidades de aprendizado, foco e memórias de longo prazo prejudicadas. Nursalam, *et al.* (2016) relaciona o uso prejudicial de redes sociais ao **fator perpetuante** no modelo de evolução temporal da insônia por Spielman *et al.* (1987)⁷ que é gerado através dos hábitos rotineiros que agravam o quadro de alguém que não consegue manter um sono contínuo.

Lemola *et al.* 2015 mostrou que os adolescentes que se deitavam enquanto ainda estavam usando o celular, em maior parte, consumiam vídeos ou se comunicavam com os outros a partir de mensagens de texto, o que corrobora com Marin *et al.* 2016 cujos resultados indicaram que o risco de um sono de má qualidade estava presente para usuários das redes sociais Facebook e Youtube,

As experiências negativas que os alunos passaram ou presenciaram dentro das redes permite uma noção sobre o que eles enxergam de nocivo para si próprios além de revelar suas inseguranças associadas ao ambiente virtual. Discurso de ódio foi o tópico que mais se repetiu nas respostas, com relatos de episódios de racismo e ameaças. Na visão de um deles, “*as pessoas acham que internet é terra de ninguém e costumam espalhar muito ódio*”. Um outro aluno alegou já ter passado pelo ostracismo de outras pessoas por compartilhar suas opiniões nas redes.

Moura (2016) conceitua o discurso de ódio como “*um conjunto de palavras que tende a insultar, intimidar ou assediar pessoas em virtude de sua raça, cor, etnicidade, nacionalidade, sexo ou religião ou que tem capacidade de instigar a violência, ódio ou discriminação contra tais pessoas*”. Os relatos de pessoas expostas a discursos de ódio vem crescendo com o estabelecimento das redes sociais como meio de comunicação (CINELLI, *et al.* 2021). Os efeitos do discurso de ódio provocam os sentimentos de “*angústia, revolta, medo, vergonha*”, resultando em problemas de auto-estima e identidade para as vítimas, além de fomentar um ambiente discriminativo capaz de afetar a visão que as pessoas tem de grupos minoritários (SARMENTO, 2006). Estas experiências negativas foram fundamentais para alguns alunos moldarem a forma que utilizam as redes sociais ou cogitarem desistir de acessá-las.

Acerca do julgamento nas redes e o eco disso na vida social, uma aluna fica “*um pouco envergonhada de postar coisas que gostaria de postar por causa do medo de julgamento alheio*”, enquanto outro disse se preocupar “*100% (...) ao extremo ao ponto de não postar nada por medo*

⁷ SPIELMAN, Arthur J., CARUSO, Lauren S., GLOVISKY, Paul B. A Behavioral Perspective on Insomnia Treatment. *Psychiatric Clinics of North America*. v.10, n.4, p. 541-553, dez.1987.

de acharem ruim”, o que isso alimenta a sua insegurança no dia a dia. O mesmo participante que alegou ter sido excluído pelos colegas, passou a ter uma preocupação maior desde a “onda de cancelamentos”.

No que diz respeito a exposição nas redes, a maioria dos respondentes compartilham o mínimo de coisas relacionadas a sua vida particular nos seus perfis pessoais, sem grande gosto por se expor nas redes. Um declarou que se expõe de formas diferentes em redes sociais diferentes. Nas suas palavras, “*Sim, eu uso o Twitter para desabafar, mas ele é privado então acho mais seguro e confortável. No instagram, por exemplo, eu não me sinto a vontade para isso*”. Outro afirmou que evita compartilhar coisas que possam o expor em excesso para evitar “traumas”.

O número considerável de participantes (n=8) que declararam já ter buscado ou criado amizades dentro das redes sociais, com ¼ tendo obtido êxito para que os laços fossem estendidos para fora do ambiente virtual, mostra que os alunos tendem a ser abertos quanto a questão da formação de laços dentro do ambiente virtual, mesmo que sem uma garantia de que estas relações irão evoluir para fora das redes, o que corrobora com as respostas obtidas por Freitas *et al*, (2021) quanto a percepção dos jovens sobre relações afetivas nas redes.

Lessa, *et al*. 2019 cita Coleta (2008)⁸ ao articular as condições nas quais um relacionamento online pode se consolidar.

Os relacionamentos estabelecidos por intermédio da internet, em um primeiro momento dependem da vontade das partes em determinar sua continuidade ou não, em um segundo momento, se ficar decidido que o contato permanecerá, esse relacionamento virtual pode, ou não, concretizar-se no mundo físico, consolidando então as relações iniciadas no ciberespaço (COLETA, 2008 apud LESSA, *et al*. 2019).

O conforto e preferência nas interações no ambiente das redes sociais são sensações que atingem alguns dos alunos de forma branda. A sugestão de um respondente de que ele se sente mais bem acolhido nas redes sociais do que dentro do seu próprio círculo social fora delas, reafirma a visão de como redes sociais facilitam a interação de sujeitos com interesses em comum

⁸ COLETA, Alessandra dos Santos Menezes Dela; COLETA, Marília Ferreira Dela; GUIMARÃES, José Luiz. O amor pode ser virtual? O relacionamento amoroso pela internet. **Revista Psicologia em Estudo**, Universidade Estadual de Maringá, v. 13, n. 2, p. 277-285, abr./jun. 2008. Acesso em: 15 nov. 2022

(MANTILLA, 2017), mas também dá um indício de que o aluno em particular percebe as redes sociais como um meio de ganhar uma reciprocidade que ele não sente que recebe na fora do ambiente virtual. Esta análise corrobora com Freitas, *et al.* 2021, que sustenta como o uso irrestrito das redes sociais podem estimular a carência de aceitação, transtornos de ansiedade e prejudicar as interações sociais e diálogos.

A nível singular, determinou-se que dos doze alunos que participaram do questionário, dois deles mostraram sofrer com prejuízos na saúde mental e vida cotidiana graças ao uso danoso das redes sociais. Os malefícios foram observados a partir da constatação de dependência do acesso a elas no dia a dia, ligeira preferência às relações virtuais, preocupação contundente com o julgamento alheio dentro do ambiente virtual, e negligência com os compromissos escolares em prol do uso das redes sociais, em um conjunto de problemas que os destacam do resto dos alunos que também vivenciam, ou já experienciaram, estes prejuízos. Para estes alunos, as redes sociais são mecanismos indispensáveis para que eles possam se relacionar com os outros e também como um canal para que eles possam se expressar, ainda que com cautelas.

Numa última análise geral das respostas obtidas no questionário, percebe-se que os alunos possuem consciência dos problemas que o uso prejudicial das redes sociais pode acarretar e buscam cautela durante o acesso para evitar o vivenciamento de experiências negativas dentro das redes.

As medidas de redução de danos que podem ser eficazes para conter os danos, propostas nesta monografia, casam com as que foram abordadas na revisão de literatura: a promoção das interações reais, fora do ambiente virtual, podem contribuir para a dar aos alunos uma percepção de como estes contatos colaboram para o aperfeiçoamento de habilidades sociais além das noções de trabalho em equipe e diálogo. Neste campo, a EPSJV é ativa ao realizar as atividades diversas, desenvolvidas pelos professores e/ou pelos próprios alunos, que podem colaborar com um caráter acolhedor e incentivador de laços afetivos formados entre os integrantes de cada atividade.

Com base nos resultados da última questão no questionário, vemos que é possível uma autorregulação eficaz entre os adolescentes na forma que as redes sociais são utilizadas. Não se deve subestimar a auto-consciência desta faixa dos próprios problemas, mas ainda assim o apoio dos profissionais de saúde como um suporte que não deixe o adolescente se sentir desamparado num momento de incompreensão plena dos próprios sentimentos é fundamental.

7. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A revisão de literatura e a aplicação do questionário permitiram que o objetivo de investigar os efeitos do uso prejudicial de redes sociais, bem como as práticas dos estudantes da EPSJV e suas sensações ao acessá-las fosse alcançado com êxito, além da validação para a hipótese que norteou a pesquisa. Mesmo assim, este estudo mostrou como é necessário haver um panorama mais coeso sobre os efeitos que surgem com a dependência ou uso nocivo das redes sociais, mantendo a noção de que em cada sociedade haverá particularidades quanto a forma dos jovens (e o público geral) de manipular estes meios de comunicação.

8. REFERÊNCIAS

ANDREASSEN, Cecilie Schou. Online Social Network Site Addiction: A Comprehensive Review. *Current Addiction Reports*, Suíça, v. 2, p. 175–184, 2015. Disponível em <<https://doi.org/10.1007/s40429-015-0056-9>> . Acesso em: 1 mai. 2022.

BÁNYAI, Fanni *et al.* Problematic Social Media Use: Results from a Large-Scale Nationally Representative Adolescent Sample. *PLoS ONE*, [s. l.], v. 12, n. 1, 9 jan. 2017. Disponível em <<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0169839>> . Acesso em: 17 jun. 2022.

BOYD, Danah M.; ELLISON, Nicole B. Social Network Sites: Definition, History, and Scholarship. *Journal of Computer-Mediated Communication*, Reino Unido, v. 13, ed. 1, p. 210- 230, 2007. Disponível em <<https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2007.00393.x>> . Acesso em: 8 fev. 2022.

CGI.BR. Pesquisa sobre o uso da Internet por crianças e adolescentes no Brasil: TIC Kids Online Brasil 2019. São Paulo, 2020. Disponível em: <https://cetic.br/media/docs/publicacoes/2/20201123093344/tic_kids_online_2019_livro_el_etronico.pdf> . Acesso em 12 mar. 2022.

CGI.BR. Pesquisa sobre o uso da Internet por crianças e adolescentes no Brasil: TIC Kids Online Brasil 2020. São Paulo, 2021. Disponível em: <https://cetic.br/media/docs/publicacoes/2/20211125083634/tic_kids_online_2020_livro_el_etronico.pdf> . Acesso em 12 mar. 2022.

CINELLI, Matteo *et al.* Dynamics of online hate and misinformation. *Scientific Reports*, [s. l.], v. 11, ed. 22083, 11 nov. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1038/s41598-021-01487-w>. Acesso em: 15 nov. 2022.

CORRÊA, Fabiano Simões; KODATO, Sergio. As Redes Sociais e a discussão sobre dependência afetiva nas relações virtuais. *Perspectivas em Psicologia*, Uberlândia, Minas Gerais, v. 18, ed. 2, 30 ago. 2015. Disponível em:

<https://seer.ufu.br/index.php/perspectivasempsicologia/article/view/29646>. Acesso em: 13 nov. 2022.

CRUZ, Fernanda Alves Davidoff et al. Evaluation of Internet addiction and the quality of life of Brazilian adolescents from public and private schools. *Estudos de Psicologia*, Campinas, v. 35, n. 2, p. 193-204, 2018. Disponível em <<https://doi.org/10.1590/1982-02:752018000200008>> . Acesso em: 22 jan. 2022.

FREITAS, Rodrigo Jacob Moreira de et al. Percepções dos adolescentes sobre o uso das redes sociais e sua influência na saúde mental. *Enfermería Global*, Murcia, Espanha, v. 20, n. 64, p. 324- 364, 2021. Disponível em <https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412021000400324&lng=es&nrm=iso&tlng=pt> . Acesso em: 23 jan. 2022.

HAWI, Nazir S.; SAMAHA, Maya. The Relations Among Social Media Addiction, Self-Esteem, and Life Satisfaction in University Students. *Social Science Computer Review*, Thousand Oaks, Califórnia, v. 35, n. 5, 10 ago. 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.1177/0894439316660340>. Acesso em: 17 jun. 2022.

LEMONA, Sakari *et al.* Adolescents' Electronic Media Use at Night, Sleep Disturbance, and Depressive Symptoms in the Smartphone Age. *Journal of Youth and Adolescence*, [s. l.], v. 44, ed. 9, p. 405–418, 10 set. 2014. Disponível em: <https://doi.org/10.1007/s10964-014-0176-x>. Acesso em: 13 nov. 2022.

MANTILLA, María Magdalena Caro. Adicciones tecnológicas: ¿Enfermedad o conducta adaptativa?. *MediSur*, Cienfuegos, v. 15, n. 2, p. 251-260, 2017. Disponível em <<https://dx.doi.org/10.6018/eglobal.462631>> . Acesso em: 23 jan. 2022.

MARIN, Cássia Elisa; FELDENS, Viviane Pessi; SAKAE, Thiago Mamôru. Dependência de Internet, qualidade do sono e sonolência em estudantes de Medicina de Universidade do Sul do

Brasil. Revista AMRIGS, Brasil, v. 60, ed. 3, p. 191-197, 2016. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-832194>. Acesso em: 11 nov. 2022.

MOURA, Marco Aurélio. Introdução. *In*: O DISCURSO do Ódio em Redes Sociais. Brasil: Lura Editorial, 2016. ISBN 9788591993109. Disponível em: https://books.google.com.br/books?id=PH1rDQAAQBAJ&lpg=PT4&dq=efeitos%20discurso%20de%20%C3%B3dio&lr=lang_pt&hl=pt-BR&pg=PP1#v=onepage&q&f=false. Acesso em: 14 nov. 2022.

NURSALAM, Nursalam *et al.* Association between insomnia and social network site use in Indonesian adolescents. *Nurs Forum*, [s. l.], v. 54, n. 2, p. 149-156, 3 dez. 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1111/nuf.12308>. Acesso em: 12 nov. 2022.

Our Offer. Ranking dos Sites Principais. [S. l.]: SimilarWeb, 2022. Disponível em: <https://www.similarweb.com/pt/top-websites/>. Acesso em: 6 jul. 2022.

REZENDE, Maria Thalita Cardoso. O uso de redes sociais se relaciona com um baixo rendimento acadêmico? revisão sistemática e estudo empírico. Orientador: Eduardo Pimentel, Carlos. 2021. Trabalho de conclusão de curso (Bacharelado em psicologia) - Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, 2021. p. 35. Disponível em: <https://repositorio.ufpb.br/jspui/handle/123456789/21236>. Acesso em: 16 nov. 2022.

SARMENTO, Daniel. A liberdade de expressão e o problema do hate speech. [S.d.]. Disponível em: <http://professor.pucgoias.edu.br/SiteDocente/admin/arquivosUpload/4888/material/a-liberdade-de-expressao-e-o-problema-do-hate-speech-daniel-sarmento.pdf>. Acesso em: 13 nov. 2022.

TFOUNI, Fabio Elias Verdiani; SILVA, Nilce da. A modernidade líquida: o sujeito e a interface com o fantasma. *Rev. Mal-Estar Subj.*, Fortaleza, v. 8, n. 1, p. 171-194, mar. 2008. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1518-61482008000100009&lng=pt&nrm=iso>. Acessos em 18 nov. 2022.

VARCHETTA, Manuel et al. Dependência de Redes Sociais, Fear of Missing Out (FoMO) e Vulnerabilidade Online em estudantes universitários. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, Lima, v. 14, n. 1, 2020. Disponível em <<http://www.scielo.org.pe/pdf/ridu/v14n1/2223-2516-ridu-14-01-e1087.pdf>> . Acesso em: 22 jan. 2022.

XANIDIS, Nikos; BRIGNELL, Catherine M. The association between the use of social network sites, sleep quality and cognitive function during the day. *Computers in Human Behavior*, [s. l.], v. 55, ed. A, p. 121-126, fev. 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.09.004>. Acesso em: 11 nov. 2022.

YUE, Zhiying; ZHANG, Renwen; XIAO, Jun. Passive social media use and psychological well-being during the COVID-19 pandemic: The role of social comparison and emotion regulation. *Computers in Human Behavior*, [s. l.], v. 127, 2022. DOI <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.107050>. Disponível em <<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0747563221003733?via%3Dihub>> . Acesso em: 26 maio 2022.

ANEXO A – QUESTIONÁRIO ACERCA DO USO DE REDES SOCIAIS

QUESTIONÁRIO USO DE REDES SOCIAIS

Habilitação: () Análises () Biotec () Gerência

Idade: () 18 anos () 19 anos () 20 anos ou mais

Série: () 3º ano () 4º ano

Gênero: () Masculino () Feminino () Não-binário

Renda familiar:

() Até 1 salário mínimo

() Até 2 salários mínimos

() Até 3 salários mínimos

() Até 5 salários mínimos

() Até 10 salários mínimos

() Não tenho renda () Não sei

Quais redes sociais você usa? Assinale todas que usar

() Facebook () Instagram () Reddit () TikTok () Twitter () YouTube

Por qual aparelho você as utiliza na maior parte do tempo?

() Celular () Tablet () Notebook () PC

Quantas vezes, em média, você acessa por dia as redes sociais assinaladas?

() 1-3 vezes () 4-6 vezes () 7-9 vezes () +10 vezes

O que você enxerga de mais atrativo nestas redes?

Você sente que consegue encontrar, nas redes, o que te atrai?

Sim Não

Como você se sente após sair delas?

Muito satisfeito Mais ou menos satisfeito Nem satisfeito, nem insatisfeito Mais ou menos insatisfeito Muito insatisfeito

O que faria com que você desistisse de acessar estas redes sociais?

Já fez ou buscou criar relações nas redes sociais? Elas duraram muito tempo ou evoluíram para uma relação no mundo real?

Se sente mais confortável e/ou prefere interagir nas redes sociais ao invés de interagir no mundo real?

Sim Mais ou menos Não

Chegou a dar menos prioridade aos hobbies, atividades de lazer e exercícios por causa das redes sociais?

Sim Não

Já ficou acordado até mais tarde que o habitual enquanto acessava as redes sociais?

Sim Não

Quais foram as situações negativas que você chegou a enfrentar com outros usuários nas redes? Isto fez você considerar a sua rotina nelas?

O quanto você se preocupa com o julgamento das pessoas nas redes sociais? Acha que isso reverbera na sua vida social?

Você compartilha com frequência coisas relacionadas a sua vida, como situações que acontecem na escola, no estágio, em momentos pessoais? Se sim, o que você pensa sobre esta exposição?

Você pensa se já teve seu desempenho escolar afetado pelo uso excessivo de redes sociais? Como?

Tentou usar as redes por menos tempo? Se sim, obteve sucesso?

() Sim, com sucesso () Sim, sem sucesso () Nunca tentei

ANEXO B -TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Convidamos você a participar da pesquisa **“USO PREJUDICIAL EM REDES SOCIAIS ENTRE JOVENS: O QUE A INFORMAÇÃO POR UM CLIQUE PODE NOS CAUSAR?”**. A pesquisa justifica-se a partir da necessidade de entender os efeitos que o uso nocivo delas podem criar em toda uma geração que está em uma fase crucial no seu desenvolvimento, que será refletido na sua vida adulta. Portanto, esta pesquisa tem o objetivo de investigar os impactos causados pelo uso nocivo de redes sociais entre os alunos das turmas de 3º e 4º Ano da Escola Politécnica de Saúde Joaquim Venâncio.

Sua participação se dará por meio do preenchimento de um formulário anônimo auto respondente, que poderá ser respondido em torno de 15 minutos. Os riscos relacionados à sua participação são mínimos, é possível que algumas perguntas possam te deixar desconfortável ou constrangido(a) ao respondê-las. Não se preocupe porque você não será obrigado a deixar uma resposta nelas. Os benefícios são a ampliação dos conhecimentos sobre o tema por meio de sua participação. Os resultados que serão obtidos, por sua vez, permitirão que o objetivo mencionado acima seja atingido.

Sua participação é voluntaria, podendo você desistir ou retirar seu consentimento a qualquer momento, sem que tenha nenhum prejuízo em sua relação com o pesquisador ou com a instituição em que estuda.

Os resultados da pesquisa serão analisados e publicados, mas sua identidade será mantida em sigilo. Você receberá uma cópia deste termo onde consta o telefone e endereço da pesquisadora responsável. Para qualquer outra informação, você poderá entrar em contato a qualquer momento.

Este termo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Escola Politécnica de Saúde Joaquim Venâncio, um colegiado formado para garantir o direito ao consentimento livre e esclarecido dos alunos para a participação nos estudos com pesquisa de campo e a ponderação entre riscos e benefícios destes estudos.

No caso de você ser vítima de qualquer tipo de dano resultante da sua participação na pesquisa, esteja este dano previsto ou não neste termo de consentimento, você terá o direito a assistência e busca por indenização.

Pesquisador: João Pedro Rossi de Oliveira

Endereço: Escola Politécnica Joaquim Venâncio, Fundação Oswaldo Cruz.

Av. Brasil 4365, Manguinhos. Rio de Janeiro – RJ CEP 21040-360.

Telefone: 97263-6242,

Pesquisadora responsável: Ariadna Patricia Estevez Alvarez

Endereço: Escola Politécnica Joaquim Venâncio, sala 311, Fundação Oswaldo Cruz.

Av. Brasil 4365, Manguinhos. Rio de Janeiro – RJ CEP 21040-360.

Telefone: 3865-9758

Comitê de Ética em Pesquisa da EPSJV/Fiocruz

Avenida Brasil, 4365 – Térreo – Manguinhos

Rio de Janeiro – Cep 21040-360

Tel.: 3865-9809 E-mail: cep.epsjv@fiocruz.br Site: <http://www.epsjv.fiocruz.br/pesquisa/comite-de-etica-em-pesquisa>

Declaro que entendi os objetivos, riscos e benefícios de minha participação na pesquisa e concordo em participar.

Rio de Janeiro, _____ de _____ de 20__.