



Ministério da Saúde

FIOCRUZ

Fundação Oswaldo Cruz



ESCOLA POLITÉCNICA DE SAÚDE
JOAQUIM VENÂNCIO

Ana Beatriz Silva Ribeiro do Prado

**MÍDIAS SOCIAIS E ADOLESCÊNCIA: A INFLUÊNCIA DO DIGITAL NA
SAÚDE MENTAL**

Rio de Janeiro

2021

Ana Beatriz Silva Ribeiro do Prado

**MÍDIAS SOCIAIS E ADOLESCÊNCIA: A INFLUÊNCIA DO DIGITAL NA
SAÚDE MENTAL**

**Projeto de monografia apresentado à
Escola Politécnica de Saúde Joaquim Venâncio –
Fundação Oswaldo Cruz (EPSJV-Fiocruz) como
requisito parcial para aprovação no Curso
Técnico em Gerência em Saúde.**

Orientador(a): Raquel Barbosa Moratori

Rio de Janeiro

2021

RESUMO

A adolescência é um período em que o indivíduo passa por inúmeras mudanças físicas e psicológicas e visto, por alguns pesquisadores, como um momento de crise. É o momento em que o adolescente começa a se desprender dos pais e a se entender como um indivíduo, com suas próprias vontades e personalidade. Uma característica marcante do comportamento adolescente na atualidade é o uso intenso das ferramentas digitais, que neste momento estão mais intensificadas pela pandemia de Covid-19. Neste contexto o objetivo geral deste estudo é investigar como o uso das ferramentas das mídias sociais impacta na sua vida psíquica dos adolescentes podendo gerar ansiedade nesta fase de transição. Os objetivos específicos são descrever as fases da adolescência e seu desenvolvimento para compreender a relação entre adolescência e ansiedade nos jovens, apresentar a relação entre adolescência e depressão apresentando suas características, e investigar a relação do uso de filtros na mídia social *Instagram* com a saúde mental dos adolescentes. Trata-se de uma pesquisa quali-quantitativa com revisão de literatura e trabalho de campo nas mídias sociais. Em linhas gerais o que encontramos como resposta foi que o uso das mídias sociais impacta a subjetividade dos adolescentes e, em um futuro próximo, haverá ainda mais a necessidade de um aprofundamento desta questão investigando a relação entre sentimentos ansiosos e depressivos em adolescentes às mídias sociais.

Palavras-chave: Adolescência; Mídias Sociais; Saúde Mental.

LISTA DE ABREVIATURAS

CVV – Centro de Valorização da Vida

SNA – Síndrome Normal da Adolescência

WHO – *World Health Organization* (Organização Mundial da Saúde)

ECA – Estatuto da Criança e do Adolescente

PDM – Perturbação Depressiva Maior

PD – Perturbação Distímica

DB – Doença Bipolar

EaD – Ensino a Distância

TDAH – Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade

SBCP – Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica

FOMO – *Fear of Missing Out* (Medo de Ficar de Fora)

UNICEF – *Nations International Children's Emergency Fund* (Fundo de Emergência Internacional das Nações Unidas)

LISTA DE QUADROS E FIGURAS

QUADRO 01 Os descritores pesquisados para dar início este estudo	PÁGINA 10
QUADRO 02 Descritores pesquisados nas mídias sociais	PÁGINA 12
QUADRO 03 Sintomas ansiosos na adolescência	PÁGINA 17
QUADRO 04 Classificação dos sintomas depressivos	PÁGINA 22
QUADRO 05 Características físicas atribuídas por meio dos filtros	PÁGINA 37
FIGURA 01 Cantora Anitta antes e depois das cirurgias	PÁGINA 33
FIGURA 02 Atriz Lua Blanco fazendo uma comparação entre antes e depois do uso dos filtros	PÁGINA 35
FIGURA 03 Fotos de três dos sete perfis públicos selecionados fazendo uso dos filtros do <i>Instagram</i> .	PÁGINA 39
FIGURA 04 Fotos de três dos sete perfis públicos selecionados sem o uso dos filtros do <i>Instagram</i> .	PÁGINA 39

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	06
OBJETIVOS	08
METODOLOGIA	09
ADOLESCÊNCIA E ANSIEDADE: UMA RELAÇÃO CONFLITUOSA?.....	13
DEPRESSÃO NA ADOLESCÊNCIA: QUAIS CAMINHOS PERCORRIDOS.....	21
A INFLUÊNCIA DAS MÍDIAS SOCIAIS NA VIDA DOS ADOLESCENTES: A RELAÇÃO ENTRE O <i>INSTAGRAM</i> E OS SINTOMAS ANSIOSOS E DEPRESSIVOS.....	28
CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	40
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	41

INTRODUÇÃO

Este projeto de pesquisa tem como tema a ansiedade e seus efeitos nos jovens adolescentes, principalmente na faixa etária entre 11 e 18 anos, que segundo Caroni & Bastos (2015) compreende a inicial, média e tardia adolescência.

De acordo com Biazus & Ramires (2012, p.83-91) “a adolescência é descrita como um momento de crises e conflitos”. O processo de adolecer exige um pouco mais de atenção devido à alta vulnerabilidade vivida nessa época, tendo em vista que, a adolescência é um momento de autodescoberta, muita novidade e variadas mudanças.

Esse processo, o de adolecer, consiste na transição do ser entre as faixas etárias, saindo do período da infância e ascendendo o período da adolescência. Nessa fase ocorrem mudanças físicas e psíquicas, fazendo com que o adolescente possa sentir que está perdendo sua própria identidade (o que pode ser uma problemática nesse período).

Para Isabel Brito (2011) a adolescência é um período de diversas mudanças como: puberdade, desenvolvimento corporal, e na maioria das vezes, com questões externas como a troca de um círculo social, a adolescência também é o momento de descoberta do indivíduo. O fato do adolescente ainda ser, na maioria das vezes, muito dependente dos pais (e família em geral), faz com que a adolescência seja um forte período de adaptação, que também pode envolver uma presença normal da ansiedade.

Algumas das principais mudanças nessa fase são em relação aos hormônios, o ingresso na vida adulta, à pressão para esse ingresso, doenças crônicas e/ou agudas e um relacionamento complicado com os seus pais podem, também, influenciar para o desenvolvimento ou agravamento da ansiedade neste período da vida dos sujeitos.

A tentativa de descarregar a ansiedade sentida pelos jovens, junto com o processo da adolescência, faz com que eles fiquem mais predispostos a discutir, se irritem com mais facilidade e possam, inclusive, ter um mau desempenho escolar.

Por causas dessas condições, um caso de depressão nesse período da vida é bem delicado. Segundo Bahls & Bahls (2002) o índice de depressão na adolescência está 3,3 a 12,4%, acontecendo geralmente entre a passagem da infância a adolescência.

Sabendo que a depressão é influenciada por diversos fatores como biológicos, sociais e psicológicos, foi visto que fatores genéticos também devem ser considerados. Segundo os autores citados acima, quadros depressivos na família tem certa influencia e aumentam três vezes os riscos de depressão na adolescência e infância.

Eventos traumáticos do passado e relações com vínculos afetivos nocivos (ou mal construídos) junto com todas as mudanças vividas na adolescência, podem contribuir efetivamente para o desenvolvimento de um quadro depressivo nesse período (LEVISKY, 2002).

Deste modo, o que podemos entender da ansiedade na adolescência é que a mesma pode se apresentar como normal dependendo do impacto que ela possa causar na vida do jovem. Dito de outro modo, a ansiedade faz parte deste período de mudanças, entretanto, quando toma proporções que atrapalham a rotina/cotidiano desses sujeitos deve começar a ser vista como um potencial distúrbio, o qual precisa de acompanhamento profissional em saúde para evitar o seu agravamento e o desenvolvimento de doenças mentais e promover a plena recuperação dos adolescentes.

Segundo Valverde *et al* (2012) no estudo “Levantamento de Problemas Comportamentais/Emocionais em um Ambulatório para Adolescentes”, os problemas que foram mais diagnosticados foram: Ansiedade/Depressão (22,5%), Problemas de Atenção (20,3%) e Comportamentos Agressivos (18,1%).

Outro elemento motivador para este estudo é que durante muito tempo eu sofri com ansiedade, e em quase todas as vezes que eu falava com alguém sobre isso, as pessoas sempre achavam e tratavam como se fosse uma escolha minha me sentir dessa forma.

Ansiedade é um problema que assola muitos jovens e mesmo assim é vista como frescura/bobeira.

Neste contexto eu escolhi escrever sobre o tema da ansiedade e seus efeitos nos adolescentes com o intuito de compreender como a mesma, se for “desacreditada”, pode desencadear doenças como a depressão e outros problemas psíquicos.

Deste modo, a análise do material empírico através das mídias sociais buscará responder à seguinte questão: a falta de credibilidade no sofrimento ou dor do adolescente, expressos em sua ansiedade e até em sintomas depressivos podem influenciar para a evolução de agravamento dos sintomas?

OBJETIVOS

O objetivo geral deste estudo é investigar como o uso das ferramentas das mídias sociais impactam na sua vida psíquica podendo gerar ansiedade nesta fase de transição.

Os objetivos específicos são:

- 01- Descrever as fases da adolescência e seu desenvolvimento para compreender a relação entre adolescência e ansiedade nos jovens.
- 02- Apresentar a relação entre adolescência e depressão apresentando suas características.
- 03- Investigar a relação do uso de filtros na mídia social *Instagram* com a saúde mental dos adolescentes.

METODOLOGIA

O projeto realizará uma abordagem quali-quantitativa de seu objeto de estudo. Segundo Minayo (2001), esses métodos de pesquisa se complementam, já que um se direciona em responder questões mais sociológicas, e outro se refere a análise dos dados de forma que possamos ver essas questões expressas em números.

Deste modo, a primeira etapa deste estudo usará como estratégias de pesquisa a revisão da literatura por meio da busca nas bases de dados Lilacs, Scielo e Google Acadêmico, tendo como referência os descritores ansiedade, adolescência e depressão, como pode ser visto no quadro abaixo.

Quadro 01- Os descritores pesquisados para dar início este estudo:

Descritor	Número de artigos	Número de artigos selecionados	Justificativa para a seleção
Depressão e adolescência	30	3	Esses artigos foram escolhidos pois, apesar de possuírem as mesmas palavras chaves deste estudo, todos trazem aspectos que não tinham sido analisados antes como: a relação entre adolescência/ansiedade/depressão e a pressão para o ingresso na vida adulta e a qualidade dos vínculos criados.
Ansiedade e adolescência	21	3	

Este quadro apresenta os resultados quantitativos da pesquisa com os descritores acima mencionados e os dados foram coletados na fase inicial do trabalho, com o objetivo de estabelecer os primeiros materiais utilizados na pesquisa. Foram escolhidos três artigos referentes a cada descritor como delimitação do primeiro escopo de estudo e os critérios de inclusão levaram em consideração, que apesar de possuírem as mesmas palavras chaves, eles traziam

aspectos que não tinham sido analisados na primeira aproximação com o tema da pesquisa como: a relação entre adolescência/ansiedade/depressão e a pressão para o ingresso na vida adulta e a qualidade dos vínculos criados. Deste modo, o material analisado se constitui como base inicial para o desenho deste estudo.

Como uma estratégia metodológica complementar de aprofundamento do tema e como fonte de pesquisa para discutir o objeto de estudo, na segunda etapa buscou-se informações sobre ansiedade na adolescência através dos relatos das mídias sociais. As mídias sociais utilizadas foram *Instagram*, *Youtube*, *Google* e *Pinterest*, por terem participação ativa de adolescentes¹.

Num primeiro momento, os critérios utilizados de inclusão e exclusão das mídias sociais se deram da seguinte forma:

- a) *Instagram*: Foram selecionados as principais páginas que eram compatíveis aos descritores, excluindo os perfis que não se relacionavam diretamente com o tema ou que continham material inapropriado como a romantização da depressão e da ansiedade.
- b) *Youtube*: Foram escolhidos os vídeos que possuíam mais similaridade com o tema proposto e foram observados apenas os da primeira página de acesso na internet pois o conteúdo do *Youtube* é muito vasto.
- c) *Google*: Foram selecionados os sites disponíveis na primeira página de acesso. Optamos por esse recorte mais pelo fato que já termos analisado diversos conteúdos por meio de pesquisas no *Google*. Assim optamos por focar na análise dos demais sites.
- d) *Pinterest*: Neste site, o critério de seleção foi a semelhança com os descritores, analisando também as fotos disponibilizadas e os links vinculados a essas imagens. Importante destacar que este site foi o único que forneceu o link de acesso e o número de telefone do Centro de Valorização da Vida. Ao fazer essa indicação, o próprio

¹ É importante destacar que o desenvolvimento dessa pesquisa se deu em meio a um contexto social que envolve a pandemia do novo Coronavírus, e que se entende que essa realidade interfere de maneira significativa nos resultados da pesquisa. Deste modo, os resultados encontrados serão analisados considerando esse contexto de pandemia. Destacamos então que esta pesquisa reconhece o marco divisório temporal à pandemia do novo Coronavírus, que no Brasil se estabeleceu a partir 26 de fevereiro de 2020, quando ocorreu a primeira confirmação de um teste positivo. (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2020). Deste modo, reconhecemos que frente ao distanciamento social imposto pela pandemia, estimulou-se o uso das mídias sociais como forma de interação social.

Pinterest faz uma advertência ao material que será exposto indicando tratar-se de um conteúdo sensível e que pode causar reações afetivas incômodas.

Diante dos critérios de inclusão e exclusão acima descritos, segue abaixo o quadro que apresenta esses resultados desse estudo.

Quadro 02 - Descritores pesquisados nas mídias sociais:

Tabela de mídias sociais/descriptores de pesquisa	Ansiedade	Adolescência	Depressão
<i>Youtube</i> (n° de vídeos)	50	62	78
<i>Google</i> (n° de sites)	10	12	11
<i>Instagram</i> (n° de perfis)	22	39	27
<i>Pinterest</i> (n° de links)	70	52	59 *CVV
Totais (n° de conteúdos)	152	165	175

Fonte: próprio autor

Como podemos observar neste quadro acima, mesmo com os critérios de exclusão, há muito material para análise. Entendemos que ao aprofundarmos a pesquisa nestas mídias sociais, novos recortes foram necessários, tanto em decorrência da quantidade de conteúdo encontrado, quanto ao direcionamento do estudo para a relação do uso de filtros na mídia social *Instagram* com a saúde mental dos adolescentes.

Destacamos também que no período de construção do pré projeto deste estudo, o autor realizou através do *Instagram* uma enquete sobre as questões que envolvem o objeto de pesquisa com as seguintes perguntas: “Você sabe o que é ansiedade?”; “Você acredita que ansiedade é uma doença?”; “Você acredita que as pressões da sociedade influenciam o desenvolvimento da ansiedade?”; “Você se considera ansioso?”; “Você acredita que a qualidade do relacionamento com os pais (e família em geral) pode contribuir para o desenvolvimento da ansiedade?”; “Você acredita que a ansiedade pode desencadear um quadro depressivo?”; “Você acredita que o acompanhamento psicológico é efetivo em casos de ansiedade?”; “Você já teve crise de ansiedade?”; “Você acredita que adolescência é um período de grande ansiedade?”; “Você

acredita que a ansiedade é vista com frescura por algumas pessoas (os mais velhos por exemplo)”?; “Você conhece algum dos tipos de ansiedade?”; “Você conhece alguém que tem ansiedade?”.

Os resultados desta pesquisa exploratória estão disponíveis na mídia social do autor deste estudo e é de livre acesso, servindo como material base para entender aspectos da saúde mental daqueles adolescentes, naquele momento específico.

Com o aprofundamento da pesquisa na mídia social *Instagram* associada ao desenvolvimento teórico de estudo, optamos por recortar nossa análise a um perfil de uma influenciadora digital, que tem majoritariamente um público adolescente, vide sua história artística e sua atuação nas mídias sociais. A análise desse perfil se associa aos resultados do trabalho da pesquisa desse estudo buscando as relações entre os efeitos da mídia social, através do uso de filtros e seus impactos na saúde mental dos adolescentes. Posteriormente, novos sete perfis foram selecionados, a partir da mídia social *Instagram* da própria autora deste estudo, destacando àqueles perfis em que jovens entre 12 a 19 anos postavam de modo recorrente fotos utilizando a ferramenta filtros do *Instagram*. Deste modo, este material empírico foi utilizado como base para a análise desta pesquisa.

Este estudo é apresentado então da seguinte forma: no Capítulo 1, Adolescência e ansiedade: uma relação conflituosa?, a descrição das fases da adolescência e seu desenvolvimento para compreender a relação entre adolescência e ansiedade nos jovens.

No Capítulo 2, Depressão na adolescência: quais caminhos percorridos, a descrição da relação entre adolescência e depressão apresentando suas características.

No Capítulo 3, A influência das mídias sociais na vida dos adolescentes: a relação entre o *Instagram* e os sintomas ansiosos e depressivos, a relação do uso de filtros na mídia social *Instagram* com a saúde mental dos adolescentes tendo por base o perfil da influenciadora digital Lua Blanco.

Nas considerações finais apresentamos a síntese geral do estudo e os limites da pesquisa.

Capítulo 1- Adolescência e ansiedade: uma relação conflituosa?

O objetivo deste capítulo é descrever as fases da adolescência e seu desenvolvimento para compreender a relação entre adolescência e ansiedade nos jovens. Para tanto, utilizará para autores principais: Isabel Brito (2011), Castillo *et al* (2000), Jatobá e Bastos (2007) e Valverd *et al* (2012).

De acordo com Jatobá & Bastos (2007) adolescência é um momento cheio de desenvolvimento, aonde surgem dentre outras mudanças as características sexuais e a transição para a fase adulta. É deste modo um período de muitas transformações podendo ser:

“[...] identificada como um período de crise, pela experiência de importantes transformações mentais e orgânicas capazes de proporcionar manifestações peculiares em relação ao comportamento normal para a faixa etária. Estas podem, contudo, ser confundidas com doenças mentais ou manifestações comportamentais inadequadas.” (PERES E ROSENBERG, 1998 *apud* JATOBÁ E BASTOS, 2007, 172)

Para WHO (2000) “Considera-se adolescência o período de 10 a 19 anos e distingue-se adolescência inicial (10 a 14 anos) e adolescência final (na idade de 15 a 19 anos).”

Já no Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA), é considerada adolescência a fase da vida dos doze aos dezoito anos, e o mesmo assegura aos adolescentes direitos como acesso “ à saúde, à alimentação, à educação, ao esporte, ao lazer, à profissionalização, à cultura, à dignidade, ao respeito, à liberdade e à convivência familiar e comunitária.”

“Os direitos enunciados nesta Lei aplicam-se a todas as crianças e adolescentes, sem discriminação de nascimento, situação familiar, idade, sexo, raça, etnia ou cor, religião ou crença, deficiência, condição pessoal de desenvolvimento e aprendizagem, condição econômica, ambiente social, região e local de moradia ou outra condição que diferencie as pessoas, as famílias ou a comunidade em que vivem.” (BRASIL, 2016)

A adolescência inicial pode ser vista como uma “pré-adolescência”, aonde o futuro jovem esta começando a se perceber como um agente ativo em suas decisões, em que a personalidade já está sendo constituída após o período da infância. Já a adolescência final, é a fase em que o

indivíduo não é um “completo” adulto (pois em sua maioria moram com os pais e responsáveis), mas já recebe responsabilidades e deveres como tal, por parte da sociedade e de sua família.

Assim como Jatobá e Bastos (2007), Biazus & Ramires (2012, p.83-91), também acreditam que essa fase da vida é um período de crise pelas diversas experiências e situações vividas. As transformações da adolescência, que são completamente normais, podem ser confundidas com transtornos mentais. Segundo seus estudos, esta fase pode se caracterizar como uma Síndrome Normal da Adolescência (SNA) composta por um conjunto de processos vivenciados nessa época que tem como as principais transições “a perda do corpo infantil; perda dos pais da infância; perda da identidade e do papel sociofamiliar infantil” (KNOBEL, 2007 *apud* JATOBÁ E BASTOS, 2007, p. 172).

Dito de outro modo, todas estas perdas tem impacto no desenvolvimento dos adolescentes, os quais, cada um a seu modo e dependendo de suas histórias afetivas, familiares lidarão de modo diferente com estas perdas, podendo parecer em alguns momentos que se trata de distúrbios psicológicos comportamentos que são legítimos e transitórios desta fase.

Apesar da situação exposta acima (a SNA), é notório que se esses processos experimentados nesse ciclo não forem conduzidos de forma saudável, poderam sim colaborar para o aparecimento de futuros transtornos psicológicos (que inclusive podem se estenderem até a vida adulta).

Segundo os autores do texto “Levantamento de Problemas Comportamentais/Emocionais em um Ambulatório para Adolescentes”, os problemas que foram mais diagnosticados foram: Ansiedade/Depressão (22,5%), Problemas de Atenção (20,3%) e Comportamentos Agressivos (18,1%).(VALVERDE *et al*, 2012).

Dentre os transtornos psicológicos mais comuns na adolescência encontramos a ansiedade.

“Os transtornos mentais mais prevalentes entre crianças e **adolescentes** foram depressão, **transtornos de ansiedade**, TDAH, por uso de substâncias e transtorno de conduta, associados principalmente com fatores biológicos, genéticos e ambientais, tais como sexo masculino, histórico familiar de transtorno mental, violência familiar e comunitária e configuração familiar. Poucos estudos de base populacional sobre transtornos mentais e fatores associados em crianças e adolescentes foram identificados.” (THIENGO *ET AL*, 2014)

“Como vivência universal, a ansiedade é um estado emocional humano e como tal é listada entre estes estados, assim como o amor, o ódio, a raiva, a alegria, a vergonha e a culpa.” As manifestações presentes na ansiedade podem variar entre emocionais e fisiológicas, tais como, “sensação de medo, sentimento de insegurança, antecipação apreensiva, pensamento catastrófico, aumento do período de vigilância ou alerta.” (BERNIK, 1999 *apud* BRAGA *et al*, 2010, p. 94)

Para Castilho *et al* (2000, p.1), a “ansiedade é um sentimento vago e desagradável de medo, apreensão, caracterizado por tensão ou desconforto derivado de antecipação de perigo, de algo desconhecido ou estranho.”. O período da adolescência pode ser então visto e confundido com alguns transtornos psicológicos, como ansiedade por exemplo, pelo fato de ser justamente esse momento em que o adolescente está vivendo o novo, desconhecido e essa vivência pode gerar esse sentimento de medo e apreensão frente ao futuro.

De acordo com May (1980), o conceito de ansiedade pode ser definido através da relação estabelecida entre “a pessoa, o ambiente ameaçador e os processos neurofisiológicos decorrentes desta relação”. Quando a ansiedade é fruto de um processo de adaptação (a um novo trabalho ou qualquer outro tipo de mudança significativa), ela pode ser vista com um fator positivo, já que essa ansiedade faz como que você se planeje e organize melhor, evitando assim problemas futuros.

Sendo caracterizada como “uma reação normal a certas situações da vida”, a ansiedade também possui sua perspectiva patológica, a qual é identificada por meio de alguns critérios baseados em sintomas e diagnósticos, feitos por um profissional da saúde, como quando a ansiedade começa a trazer prejuízos para indivíduo (FEIJO, 1999 *apud* BRAGA *et al*, 2010, p. 94).

Segundo Bernik (1999) e Graeff, Guimarães (2000) *apud* Braga *et al* (2010, p. 94), “Do ponto de vista biológico, a ansiedade é um estado do funcionamento cerebral que está ligada a contextos ambientais, relacionados a eventos reforçadores (ou eliciadores) ou de dicas associadas a esses eventos.” Em decorrência a exposição do indivíduo a alguma situação antes vivenciada, os sistemas cerebrais que possuem relação com o sistema de fuga, luta ou defesa podem ser ativados, trazendo à memória a ansiedade vivida em determinado momento.

Segundo a Isabel Brito (2011, p. 208), geralmente os principais sintomas de ansiedade são: “dores abdominais, musculares, nos membros, nas costas, cefaleias, fadiga.” E são relatados também sintomas como tonturas, tremores e desmaios. Variando em relação a intensidade, a ansiedade pode atrapalhar a vida pessoal, social, escolar e familiar, já que à mesma pode fazer com que o adolescente sinta vontade de se isolar do mundo.

A ansiedade é considerada uma patologia quando começa a interferir a vida do indivíduo, trazendo sofrimento e prejudicando a realização das tarefas que fazem parte da rotina pessoal, como atividades acadêmicas, profissionais e sociais. Pode ser vista de forma patológica, quando a intensidade da ansiedade sentida pelo indivíduo não é proporcional ao motivo ou situação que a desencadeou (ANDRADE & GORENSTEIN, 1998 *apud* BRAGA *et al*, 2010, p. 94)

Quadro 03 - Sintomas ansiosos na adolescência:

Sintomas ansiosos	Leve (%)	Médio e Máximo (%)
Medo	75,2	24,8
Comportamento ansioso durante a entrevista	78,5	21,5
Humor ansioso	78,9	21,1
Tensão	79,3	20,7
Dificuldades Intelectuais	81,0	19,0
Insônia	83,5	16,5
Sintomas cardiovasculares	85,5	14,5
Manifestações fisiológicas	87,2	12,8
Sintomas respiratórios	90,1	9,9
Sintomas gastrintestinais	91,3	8,7
Sintomas geniturinários	94,2	5,8

Fonte: Jatobá e Bastos (2007) adaptado pp autor.

Como podemos perceber no quadro 03, existem diversos sintomas que são considerados os principais em relação a ansiedade. Neste quadro podemos ver que a sensação de “ansiedade” é composta por várias outras sensações como: medo, tensão, insônia e outros que se manifestam de forma física, entre eles estão sintomas respiratórios, cardiovasculares e gastrintestinais.

Esses dados foram produzidos pelos estudos de Jatobá e Bastos (2007) através de entrevistas realizadas com 242 estudantes de 14 a 16 anos, sendo 135 meninas e 106 meninos. Os adolescentes entrevistados variaram entre escolas privadas e públicas, de diversos portes.

Tendo como base os sintomas acima descritos e analisando as mídias sociais (partindo do pressuposto que a maioria dos adolescentes fazem parte dessas sociedades online) foi possível perceber, no Instagram por exemplo, que existem diversos perfis voltados para o tema ansiedade. O conteúdo dessas contas se divide em auxiliar a identificar sintomas, meios de informar quem está passando por uma situação de crise de ansiedade ou algo assim, e experiências pessoais dos administradores da página.

De frases motivacionais até trechos de livros e filmes que tratem sobre ansiedade, os perfis analisados contam com um grande número de comentários de seguidores se identificando com as postagens.

Analisando preliminarmente, no *Youtube* foi notado que o conteúdo dos vídeos possuem um ponto mais científico, com opiniões de médicos e especialistas da área da saúde mental. Os dois vídeos analisados foram produzidos pelo canal do médico Drauzio Varella em conjunto com o psiquiatra Rodrigo Bressan e foi conduzido em um esquema que perguntas e respostas, trazendo questionamentos do público.

No *Pinterest*, observamos um material bem similar ao Instagram como, por exemplo, indicações de formas alternativas de tratamentos (com chás e óleos essenciais) e fotos com mensagens positivas.

Outros comportamentos relacionados a ansiedade e adolescência podem se caracterizar no consumo de drogas e/ou num comportamento sexual imprudente. Essas atitudes muitas vezes são tentativas de se afirmarem como independentes ou até mesmo de negarem seus próprios medos e aflições. De acordo com o impacto desses comportamentos na vida social desses adolescentes, os mesmos podem colaborar para aumentar esse quadro clínico ansioso e até estimular o desenvolvimento de “ataques de pânico ou fobias” (BRITO, 2011, p. 209).

O autor acima citado descreve também alguns casos mais específicos em que relaciona ansiedade com adolescência como Ansiedade de Separação, Ansiedade Generalizada, Perturbação de Pânico, Fobia, Perturbação Obsessiva Compulsiva.

A dependência do adolescente em relação aos pais pode manifestar a “Ansiedade de Separação”, que é a ansiedade gerada pelo medo de ficar longe dos pais. Esse tipo de ansiedade pode causar dificuldades de dormir sozinho (a), também ocasionar pesadelos e problemas no momento de sair da casa dos pais.

Segundo Brito (2011, p. 209), a Ansiedade Generalizada faz com que o adolescente crie grandes (exageradas) preocupações com problemas externos como “acontecimentos mundiais e desastres naturais.”

Já a Perturbação de Pânico é caracterizada como “episódios agudos de ansiedade intensa acompanhados de sintomas físicos e emocionais, sem causa aparente.”(BRITO, 2011, p. 209) Situações como essa, podem fazer com que o adolescente evite lugares e situações que possam gerar um ataque de pânico/crise de ansiedade.

A Fobia, um dos transtornos mentais mais conhecidos, é um medo extremo (irracional) de coisas ou situações e sua variação, a Fobia Social, é um medo exagerado em um contexto social. Como exemplos dos tipos de ansiedades citados podemos ver como os medos mais comuns, o de animais peçonhentos como cobras e aranhas em relação a Fobia e medo de falar em público, no caso da Fobia Social

Os conhecidos “toques”, ou seja, os comportamentos repetidos de forma demasiada no dia a dia, se encaixam na “Perturbação Obsessivo-Compulsiva”, que é a presença de obsessão por determinados “comportamentos” como limpeza e organização. Esses comportamentos podem ser vistos como um ritual para a realização de outras atividades como por exemplo, organizar todo o material em cima da mesa antes do início de uma aula ou os produtos de limpeza antes de uma faxina.

No que se refere ao tratamento, o quadro clínico do adolescente deverá ser avaliado para saber até que ponto a ansiedade interfere negativamente em sua vida, para que assim, o Clínico Geral ou Médico da Família possa o encaminhar para o tratamento correto.

Tendo em vista todos os dados e informações apresentadas, é legítima a preocupação em relação ao cuidado com saúde mental dos adolescentes. Para que esse cuidado seja real e efetivo, é necessário compreender o que faz parte da SNA, que será um comportamento transitório e a seriedade daqueles comportamentos que irão se manter e podem se transformar em doenças mentais para que as mesmas não sejam negligenciadas. Destacamos a importância de estimular a valorização e aceitação ao acompanhamento psicológico dos adolescentes e o envolvimento da família e amigos nos processos de tratamento quando este se torna necessário.

Como já falado, o período da adolescência é um momento de mudanças significativas e, praticamente, diárias. Mudanças essas que afetam diretamente na relação das pessoas que

convivem com o adolescente, e geralmente são os pais pelo fato da nossa primeira esfera social ser familiar. A relação em os pais e filhos são decisivas para a formação da identidade do adolescente.

Conflitos com as mães e satisfação com a vida foram os principais critérios avaliativos nessa pesquisa desenvolvida pelos autores Biazus e Ramires, afim discutir a relação do adolescente e os impactos em sua vida psíquica.

Nessa mesma linha de raciocínio, podemos também destacar as contribuições de Fonagy e Target (2004) ao afirmarem que o período da adolescência é o momento em que se manifestam as falhas e fraquezas de uma personalidade mal construída nos primeiros anos de vida, onde os nossos primeiros vínculos são os familiares.

“ [...] a adolescência é um período que revela as falhas e fraquezas estabelecidas nos primeiros anos de vida que até então estavam ocultas. Isto vem à tona na adolescência, pois é exigida a separação dos pais e de seus representantes internos, "fazendo com que o adolescente se defronte com a tarefa de integrar um conjunto bem mais complexo de pensamentos sobre seus próprios sentimentos e motivações, assim como dos outros.” (FONAGY E TARGET , 2004 *apud* BIAZUS E RAMIRES, 2012, p. 85).

A separação dos pais e o processo de adolecer podem ser o ponta pé inicial no processo de amadurecimento e independência, já que são situações em que a formação do caráter e da personalidade do adolescente entra em “cheque”. Essas situações citadas acima fazem parte do processo do crescimento dos individuo e possuem grande importância na conquista da autonomia do mesmo.

Adolescentes que têm um vínculo intenso como seus pais (o que pode ser considerado o oposto do exemplo da teoria apresentada por Bowlby, (1988/1989 p. 87) também podem ter problemas com criação de vínculos futuros, por conta da dificuldade em se separar dos pais. Um exemplo de consequência nessa situação é a Ansiedade de Separação, onde os filhos possuem dificuldade em “largar” os pais.

Para a também psicóloga Mary Ainsworth (1989, p. 711 *apud* Biazus e Ramires 2012, p. 87), o vínculo é “um laço relativamente durável em que o parceiro é importante como um individuo único e não pode ser trocado por nenhum outro. Num vínculo afetivo, existe o desejo de manter uma proximidade com o parceiro.”

Conseguimos entender então, que o relacionamento saudável com os pais é de extrema importância para saúde mental do indivíduo, principalmente sendo um adolescente, tendo em vista que a adolescência é um período de formação de personalidade e caráter.

Um vínculo intenso demais (de apego excessivo) com os pais e responsáveis pode ser tão nocivo quanto a falta de um relacionamento bem construído, por isso a relevância de estabelecer um bom laço entre pais e filhos.

Neste capítulo, apresentamos em linhas gerais período da adolescência como um momento de mudanças e até mesmo de crises. Percebemos também que a ansiedade faz parte desse ciclo da vida, normalmente gerada e vivida por conta de todos os processos que incluem adolecer, e que não é necessariamente considerada uma patologia.

Vimos que alguns dos sintomas dos transtornos psicológicos podem ser confundidos com comportamentos normais da adolescência, o que faz com que os pais (e até o próprio adolescente) não percebam que o filho está com possíveis problemas. Deste modo, também vimos que em alguns casos pode ser doença sim e por isso, a recomendação de um tratamento com um profissional.

No diversos tipos de classificações diferentes como descritos acima, os transtornos ansiosos podem ser influenciados por vários fatores, por exemplo, um relacionamento complicado com os pais, preocupações com o futuro, medo do desconhecido como o ingresso na vida adulta, ou até mesmo por conta da situação atual, a pandemia.

Concluimos então, que apesar da variação de impacto e intensidade, a ansiedade precisa ser entendida como um possível transtorno, pois mesmo que possa fazer parte da etapa da adolescência de forma normal, a mesma pode sim vir a ser ou desencadear doenças.

No próximo capítulo, iremos apresentar dados da pesquisa que informam acerca da relação entre depressão e o momento da adolescência.

Capítulo 2 – Depressão na adolescência: quais caminhos percorridos

Buscando o aprofundamento do objeto de estudo, este capítulo pretende descrever a relação entre adolescência e depressão apresentando suas características. Utilizara como autores principais: Costa *et al* (2017), Biazus e Ramires (2012), Jatobá e Bastos (2007) e Isabel Brito (2011).

O período da adolescência é considerado por alguns autores como uma fase de crises por conta das inúmeras mudanças vivenciadas neste momento. Um quadro clínico depressivo nessa época pode vir a ser mais intenso do que na fase adulta, pelo fato do individuo estar construindo sua própria personalidade, constituindo suas ideias\saberes e se desvinculando do seu “eu” da infância.

Mudanças de humor e outros sintomas fazem com que o ‘bem-estar’ seja subjetivo para o adolescente, que se questiona sobre suas capacidades, sobre sua importância na vida das pessoas e seu papel no mundo.

Um quadro depressivo nessa fase da vida tem irritabilidade, instabilidade, variação de humor, falta ou excesso de apetite, desinteresse e desmotivação, problemas com o sono, comportamento suicida e queixas físicas como os principais sintomas diagnosticados pelos profissionais da área de saúde mental.

Quadro 04: Classificação dos sintomas depressivos:

Classificação dos sintomas depressivos	Incidência (%)
Humor deprimido	68,6
Sentimento de culpa	61,6
Agitação	50,8
Insônia terminal	47,1
Crítica	44,2
Ansiedade somática	40,5
Ansiedade psíquica	37,2
Trabalhos, estudos e atividades (Interesse e Produtividade)	36,0
Suicídio (ideação e tentativa)	34,3
Retardo (Dificuldade de concentração)	27,3
Sintomas genitais (perda da libido, sintomas menstruais)	19,8
Hipocondria	19,4

Fonte: Jatobá e Bastos (2007) adaptado pp autor.

Esses dados foram obtidos da mesma forma que o quadro 03, pois foram realizados no mesmo estudo. Como foi possível notar, apesar de ser o mais conhecido, humor deprimido é apenas um dos sintomas incidentes na depressão.

A depressão conta com muitos outros sintomas como: agitação (que é o oposto do imaginário popular acerca da depressão que pensa que sempre o indivíduo fica triste e abatido), sentimento de culpa e a diminuição nos interesses e na produtividade em relação às atividades do indivíduo.

Estudar estes sintomas é necessário para conseguir perceber uma possível depressão, que como visto, pode se manifestar de diversas outras formas além da “tristeza”.

A depressão foi relacionada ao período da infância e adolescência na década de 70, quando começou a despertar maior interesse entre os estudiosos, já que antes disso essa área não era muito explorada. (MELO *et al*, 2017, p. 19)

Como vimos na citação acima, estudos apontam que os adolescentes tendem a ter comportamentos que indicam possíveis problemas mentais e que isso deve ser levado a sério pelos médicos e pela família. Muitos pais assistem às mudanças de comportamento provocadas pela depressão, consideram isso como algo típico da adolescência e isso dificultam ainda mais o diagnóstico/tratamento precoce.

Os maiores indícios de problemas sociais, segundo Valverde *et al* (2012), são por volta dos 11 e 16 anos, durante a fase da inicial e média adolescência. Esse período pode ser bem complicado pelo fato de ser o momento onde o adolescente está começando a construção sua própria de autonomia.

“(…) De 10% a 25% dos jovens apresentam alguma forma de problema de saúde mental.” (VALVERDE *et al*, 2012, pg 316). Está cada vez mais comum encontrar adolescentes que possuem algum tipo de doença mental que afetam não só o adolescente, como todos ao seu redor. Para pensar depressão nesse ponto da vida, precisamos entender o que significa o conceito estabelecido para a depressão e suas vertentes.

No que diz respeito as “Síndromes Depressivas”, Brito informa, que a Perturbação Depressiva Maior (PDM) é “uma séria doença psiquiátrica” e também sindromática, uma vez que

apresenta um conjunto grande de sinais e sintomas. Existe uma estimativa que 20% dos adolescentes na faixa etária dos 18 anos tem depressão maior. Os adolescentes que passam por esse tipo de síndrome têm uma chance maior de desenvolver dependência química, assim como diversas doenças físicas, problemas escolares e com a lei.

A PDM pode se manifestar de diversos jeitos, por exemplo, diminuição de atividades físicas, afastamentos dos amigos e família, falta de apetite e alterações de humor.

Ainda segundo a autora Isabel Brito (2011), a Perturbação Distímica (PD) é uma sensação prolongada de desequilíbrio em relação ao humor, sono, irritabilidade e autoestima. Já a Doença Bipolar (DB), que é bem conhecida, é a situação onde humor do adolescente se encontra em contradição, e ambas (PD e DB) são tipos de depressão.

Essas síndromes depressivas são importantes quando se trata de observar o comportamento dos adolescentes e estabelecer os principais sintomas.

Dentro desta perspectiva Valverde (*et al*, 2012, pg 319). afirma que “embora todos os indivíduos experimentem sentimentos temporários de tristeza em alguma ocasião, para alguns este sentimento possui uma força que afeta os relacionamentos sociais, o cumprimento das atividades cotidianas e o bem-estar geral.”

Alguns fatores de risco devem ser analisados para o melhor tratamento da depressão, como, por exemplo, se há ou houve algum histórico de doenças mentais na árvore genealógica ou problemas com drogas.

Em uma investida de sanar a dor física, o adolescente pode tentar buscar refúgio em automutilações (machucar o próprio corpo) com o objetivo de passar a dor psicológica para o físico e esse quadro pode evoluir, tendo em vista que essa sensação de refúgio é momentânea. (BRITO, 2011 p.5)

Um pilar para o sucesso do tratamento contra a depressão é, tanto o adolescente quanto a família, assumirem essa situação para que o tratamento (na intenção de solucionar os sintomas da depressão) possa ter o seu pleno funcionamento.

Para Costa *et al* (2017, p. 47) “ O efeito moderador da satisfação com a vida na associação entre a qualidade da relação pais/filhos (as) e depressão na adolescência”, questões psicológicas, conflitos e rejeição por parte dos pais podem estar relacionados à depressão.

A partir dessa discussão entre depressão e adolescência, na análise preliminar das mídias sociais pré estabelecidas foi encontrado um material bem próximo entre as mesmas. O Instagram e o Youtube trouxeram um conteúdo entre meios de informar uma pessoa com depressão, os tipos de depressão e o questionamento sobre a cura da depressão.

Já no Pinterest, o material é composto por fotos com links para diversos sites falando sobre sintomas, meios de reconhecer a depressão e até artes gráficas sobre o tema. O que chamou atenção foi que, diferente das outras redes sociais, o Pinterest disponibilizou uma mensagem com o telefone e link do Centro de Valorização da Vida e alertou sobre o teor dos materiais na pesquisa com o descritivo “depressão”.

Segundo o site do Centro de Valorização da Vida, o CVV é “uma associação civil sem fins lucrativos, filantrópica [...]” e desde 1973 é reconhecido como Associação de Utilidade Pública Federal. Apoio emocional e prevenção a suicídio são serviços prestados de forma gratuita para todos que entram em contato com o CVV.

“A linha 188 começou a funcionar no Rio Grande do Sul e, em setembro de 2017, iniciou sua expansão para todo o Brasil, que será concluída em 30/06/2018, com a integração de todos os estados. Os contatos com o CVV são feitos pelos telefones 188 (24 horas e sem custo de ligação), pessoalmente (nos mais de 120 postos de atendimento) ou pelo site www.cvv.org.br, por chat e e-mail. Nestes canais, são realizados mais de 2 milhões de atendimentos anuais, por aproximadamente 3.400 voluntários, localizados em 24 estados mais o Distrito Federal” (CVV, 2020).²

O apoio emocional oferecido as pessoas que frequentam as atividades propostas pelo CVV, visa ajuda-las a se conhecerem e criarem um sentimento de solidariedade. Caso desejem no futuro, essas pessoas podem se capacitar para tornarem-se voluntários.

Na pesquisa “O efeito moderador da satisfação com a vida na associação entre a qualidade da relação pais/filhos(as) e depressão na adolescência” (COSTA *et al*, 2018, p. 49) foi discutido que o papel materno no Brasil possui maior participação na formação do adolescente (visto também que o número de mães solteiras é grande e que, majoritariamente, a educação dada aos filhos é proveniente da figura feminina). Devido o contato com a mãe ser geralmente maior, é mais suscetível um conflito entre mães e filhos.

² Não foi encontrado informação sobre o término da expansão da linha de atendimento, no site do Centro de Valorização da Vida.

O papel social imposto à mulher pode também ter tido certa influência na produção desse dado, já que em muitas famílias a figura do pai também é representada pela mãe, vide estudos dos autores acima citados. É importante levar em consideração que vivemos em uma sociedade onde culturalmente o homem é cobrado para assumir um papel de “provedor” o que, para sociedade, inviabiliza a participação efetiva do pai na criação dos filhos, já que sua obrigação principal é sustentar a casa. Outra situação importante de se citar, é que em parte da sociedade a ausência paterna é uma realidade.

Vista por uma perspectiva mais antiga, como já falado acima, a função do homem na casa (e também na criação dos filhos) era de provedor. Perante a sociedade, essa ocupação era suficiente para a participação do homem nas tarefas como marido e pai. Foi na década de 80 que começaram as produções científicas acerca das repercussões da ausência paternal, que começou a ser evidenciada devido ao grande número de divórcios e separações.

“Mais especificamente, tais estudos têm evidenciado o quanto a ausência do genitor ou a existência de uma relação pouco harmônica entre pai e filho na adolescência pode ser considerada fator de risco para o desenvolvimento psicológico, cognitivo e até mesmo social deste último” (EIZIRIK & BERGMAN, 2004; *apud* FELDMAN & KLEIN, 2003, p. 4).

A ausência paterna pode ser vista por meio de perspectivas distintas, um pai que mesmo oferecendo todo tipo de suporte (tanto ao filho quanto a mãe) poderia ser considerado ausente caso não tivesse vínculos emocionais e afetivos com o seu filho. Podemos também pensar na ausência paterna propriamente dita, na qual o pai não possui convivência com o filho, por causas como separações conjugais, morte ou ocupações externas como trabalho.

É indiscutível que a figura do pai possui efeito direto na formação da personalidade dos filhos, tendo em vista que a nossa primeira esfera social é a família. Logo, a falta da figura paterna (ou uma convivência pouco harmônica) poderá sim, como dito na citação acima, trazer riscos ao filho.

Tendo como base de análise o documentário “The Mask You Live In”, que aborda a forma como os meninos são criados e ensinados durante a vida a serem “homens”, podemos ver que em um caso clínico depressivo pode existir as manifestações de acordo com os gêneros. Em uma menina, as manifestações pode ser um comportamento mais recluso e quieto. Já em meninos, há propensão a realização de atividades fora de casa e a se tornarem mais agressivos.

A masculinidade pode ser associada, devido esteriótipos criados pela sociedade, à habilidades atléticas, sucesso financeiro e capacidade de conquista sexual. E a forma como esse padrões são impostos aos meninos, afeta diretamente em como suas futuras relações são construídas e como lidaram com os problemas da vida adulta.

Segundo o Dr. Helman e a Dra. Lise Eliot, a hiper masculinização pode ter sua parcela de responsabilidade nisso, já que desde muito jovens, os meninos são moldados para serem fortes, dominantes, e até mesmo agressivos. No documentário, esse tópico pode ser confirmado por meio de uma análise feita através dos brinquedos infantis, onde podemos ver as diferenças discrepantes entre os brinquedos produzidos para meninas e para meninos.

Nos feitos para meninas, podemos encontrar brinquedos extremamente rosas e delicados. Brinquedos que direcionam as meninas apenas a aprendizagem de funções de casa/maternidade como: lava louças, panelinhas, bonecas (que serão interpretadas com filhas dessas meninas) e outros são facilmente encontrados nas lojas de brinquedos. Já nos brinquedos ditos masculinos, encontramos objetos gradativamente mais violentos e, como é falado no documentário, cada vez mais militares.

Como ferramenta de estudo, os pesquisadores Valverd *et al* (2012) utilizaram questionários com adolescentes de 13 a 17 anos em dois momentos, com intervalo de seis meses. As idades mencionadas acima se encontram entre a pré-adolescência e adolescência intermediária, que são períodos entre 11 aos 14 e 14 aos 17 anos, respectivamente.

Pensando pela perspectiva da Teoria do Apego, desenvolvida pelo psicólogo John Mostyn Bowlby (1988/1989), a depressão pode estar associada a um laço afetivo mal ou não construído entre os pais e seus filhos. Essa teoria consiste em estudos que nos mostram que o “desenvolvimento afetivo, cognitivo e social do sujeito está atrelado à qualidade dos vínculos afetivos que este estabeleceu durante a infância.”

A qualidade desses laços criados pela criança com os pais pode vir a gerar uma dificuldade nos processos de desenvolvimento da autonomia e da independência durante a próxima fase, a adolescência.

Segundo os autores, a relação entre a qualidade dos vínculos com os pais e um possível desenvolvimento de caso de depressão pode estar relacionado pelo fato dos adolescentes terem os

pais/responsáveis como espelho para constituição da personalidade por muito tempo, e por serem a primeira sua esfera social.

A depressão, assim como a maioria das doenças mentais, necessita de atenção, pois a mesma pode se estender e interferir diretamente em áreas como trabalho, vida social e família.

Podemos perceber a partir dos estudos que a depressão é um problema real enfrentado por muitos adolescentes (que as vezes já vivem nessa situação há anos). Entender a seriedade dessa doença facilita ao próprio adolescente compreender os seus sentimentos, acelerando a possibilidade de um diagnóstico e de um tratamento.

Destacamos também que problemas sociais são comuns na adolescência, mas se começar a se estender e não for tratado com a devida atenção, pode causar transtornos mentais na vida adulta. Caso tenha uma falta de diagnóstico ou um tratamento negligenciado, esses problemas afetarão diretamente em relações futuras.

Deste modo podemos compreender, que a depressão se constitui a longo do tempo como um problema para toda a sociedade, já que a mesma atinge não apenas o indivíduo, mas sim todos os que o rodeiam, não devendo ser banalizada podendo se constituir como uma síndrome debilitante necessitando de um acompanhamento profissional.

Capítulo 3 – A influência das mídias sociais na vida dos adolescentes: a relação entre o *Instagram* e os sintomas ansiosos e depressivos

O objetivo deste capítulo apresentar a relação do uso de filtros na mídia social *Instagram* com a saúde mental dos adolescentes. Para tanto, investigou um perfil público de uma influenciadora digital com muitos seguidores adolescentes e analisou a influência do uso da ferramenta filtro a partir da mídia social *Instagram* do autor deste estudo. Este material empírico foi analisado a partir das concepções teóricas tratadas neste estudo.

Como já mencionado nos capítulos acima, o período da adolescência é correspondente à faixa etária dos 12 aos 18 anos (Brasil, 2014). Durante esse momento, é normal acontecerem diversas mudanças, já que nesse período o indivíduo “passa por transformações biológicas, mudanças físicas, cognitivas, alterações nas emoções, personalidade, relação com outras pessoas e no convívio social” (SANTROCK, 2014, p. 245).

Na fase da adolescência, mais precisamente nesse momento transitório da infância para adolescência, o indivíduo começa a buscar pela sua autonomia e a receber maiores influências de fora da esfera familiar. Os círculos sociais, como grupos de amigos, são geralmente fontes de influência nesse novo momento, e fazem parte da construção da personalidade do adolescente, e no contexto na sociedade contemporânea essa influência pode se dar também por meio das mídias sociais.

O uso da internet nessa faixa etária pode ser vista como uma forma que o adolescente busca para complementar essa influência, recebida anteriormente da família e agora pelos amigos também. “Pesquisas demonstram que 70% encontram-se inseridos na vida digital e demonstram que entre os adolescentes, 64% acessa a internet diariamente” (UNICEF, 2013). Segundo o Comitê Gestor de Internet no Brasil (2012), os jovens atualmente estão “hiperconectados” e essa “hiperconexão” é considerada precoce, tendo início entre os 9 a 10 anos.

Em decorrência a uso intenso da internet por parte dos jovens, começam surgir os questionamentos acerca da possível “dependência” a mesma. Essa dependência tem sido associada a aparelhos como celulares e tablets, e na conjuntura atual, tem sido relacionada a “compulsão de mídia digital” (MÉA, 2016, pg. 247 *et al apud* GREENFIELD, 2011). “Em adição, como alternativa de conceptualização, o vício de internet pode ser classificado como vício

por atividades associadas com a internet, como é o exemplo do vício por jogos” (STARCEVIC, 2012).

Em relação à dependência a internet, são destacados alguns fatores como físicos e psicológicos. Por dependência física se entende, quando o corpo do indivíduo começa a “vivenciar sintomas de abstinência” como a necessidade de uso compulsivo e a dependência psicológica, pode ser caracterizada por sintomas como irritabilidade, insônia e outros (STRAUB, 2014, *apud*; YOUNG *et al*, 2010).

Problemas pessoais, escolares e mudanças de vida podem ser considerados como fatores situacionais para o desenvolvimento da dependência a internet como, por exemplo, situação financeira, morte de alguma pessoa próxima ou algum problema com professores/colegas de classe. A internet, nessa situação, pode ser utilizada como uma fuga psicológica pelo adolescente, para escapar (de alguma maneira) dos acontecimentos da vida real (WANG *et al*, 2011 *apud* YOUNG *et al*, 2010).

A existência de comorbidades ainda pode vir a ser um agravante para o diagnóstico da dependência a internet. Em referência a relação com outros transtornos, à dependência internet pode ser associada a “transtorno depressivo maior, transtorno bipolar, transtornos de ansiedade e transtorno de déficit de atenção e hiperatividade - TDAH” (MÉA *et al*, 2016 *apud* ABREU, 2013; KO *et al*, 2012).

“A presença de sintomas depressivos e de ansiedade está associada ao diagnóstico da dependência a internet. Os sintomas depressivos em adolescentes são similares aos do adulto: tristeza, agitação, ou ansiedade, fadiga, sentimento de culpa ou inutilidade, ideação suicida, dificuldades para tomar decisões, ruminação, desesperança, insatisfação crônica, expressões de desamparo, retraimento social” (APA, 2014; RUDOLPH, 2009).

De acordo com Méa, Biffe e Ferreira (2016), em referência aos possíveis sintomas ansiosos, podemos listar alguns os dividindo em dois grupos. O primeiro grupo pode ser classificado como “os sintomas que provém da estimulação imediata do sistema nervoso autônomo” e, por exemplo, temos: tremores, palpitações, aceleração cardíaca, náuseas e etc. O segundo grupo pode ser exemplificado por alguns sintomas como: fadiga, problemas musculares, torturas, e esse grupo pode ser caracterizado por sintomas que surgem por meio de uma estimulação prolongada no sistema nervoso.

Devido ao fato das motivações para o uso da internet serem diversas, como para fins de trabalho/estudo/pessoal, identificar a dependência à internet se torna um pouco mais difícil do que parece. “Desse modo, a melhor maneira de identificar clinicamente o uso compulsivo de internet se dá através da comparação com outras dependências existentes, tais como os transtornos de controle dos impulsos” (MÉA *et al*, 2016 *apud* TAVARES E ALARCÃO, 2008; YOUNG, 2011).

Como citado no parágrafo acima, as motivações para o uso da internet (por meio de celular, computador ou qualquer outro dispositivo) podem ser originadas das mais diversas formas. A adoção do *home office* durante a pandemia do novo Coronavírus, por exemplo, pode ser vista como uma das possíveis situações em que o uso contínuo da internet também tenha benefícios e até mesmo, se constitua como uma necessidade.

Tendo em vista uma condição de isolamento social, estabelecer o *home office* foi umas das poucas “saídas” encontradas pelos empregadores e empregados para darem continuidade ao trabalho, mesmo que de forma remota. O sistema EaD (ensino à distância), que foi adotado por uma parte significativa das instituições de ensino, também pode ser apontado como uma forma necessária do uso da internet.

Essas duas formas de uso da internet citadas acima, EaD e *home office*, podem ser consideradas formas legítimas para o uso da internet, já que existe a possibilidade de estudar e trabalhar por meio da mesma. Porém, pelo fato de ser uma forma de utilização respaldada pelo trabalho e estudo, pode ser também um meio de “esconder” e incentivar um possível vício a internet.

No documentário “O Dilema das Redes”, adicionado no catálogo da Plataforma de *streaming Netflix*, em setembro de 2020, trata justamente de como o uso da internet de forma descontrolada pode afetar a vida do indivíduo. No filme é mostrado como são estrategicamente pensadas as publicidades que aparecem para cada determinada pessoa, como as pessoas tem permitido (mesmo que de forma “inconsciente”) que a vida virtual venha a ter poder para influenciar a vida real e como, na verdade, nós somos os produtos para os criadores das mídias sociais.

“A mídia pode ser considerada como um dos mais importantes fatores envolvidos na construção da identidade dos adolescentes, pois produz modelos de vida, de consumo e de

comportamento, divulga conhecimentos e debate temas que certamente influenciam a vida de todos.” (DEL CIAMPO & DEL CIAMPO, 2010, p. 3).

As mídias possuem a capacidade de influenciar as pessoas por meio do que pode ser lido, ouvido e visto, pelo fato do *Instagram*, principal mídia social tratada nesse estudo, ser uma rede social audiovisual. Se pensarmos que o *Instagram*, majoritariamente, nos apresenta a vida perfeita e que nós consumimos esse conteúdo, poderá ficar cada vez mais difícil essa diferenciação entre a vida real e virtual.

O documentário traz uma discussão sobre como as redes sociais tem afetado a vida do jovem, que a cada dia mais tem se comparado com os outros, buscando por um corpo surreal e pela “vida perfeita”, e ao ver que o padrão imposto pela mídia social é extremamente difícil de alcançar (para não dizer impossível), o jovem se frustra e fica com o seu estado emocional abalado.

Uma das formas que se pode exemplificar a situação descrita acima, é a maneira como os filtros (função do *Instagram* e *Snapchat* que, geralmente, fazem alterações no rosto do usuário ou no ambiente onde o mesmo está) têm afetado a autoestima dos que os usam. De acordo com o “Dilema das Redes”, já existe a procura por cirurgias plásticas tendo como base os efeitos do filtro no rosto da pessoa.

No filme, os especialistas citam o nome “Dismorfia do *Snapchat*”, fazendo referência a uma “nova” síndrome que pode ser considerada pela vontade trazer para o mundo real as alterações sofridas pelos filtros disponíveis no *Snapchat*. A pessoa que sofre desta síndrome possui uma preocupação excessiva com a própria aparência, e tal preocupação poderá ser uma fonte de ansiedade e tristeza.

Essa síndrome pode-se estender ao *Instagram*, já que esses tipos de filtros (que fazem mudanças no rosto, na voz, no cabelo...) também existem nessa rede social. Alguns procedimentos estéticos faciais podem até vir a aumentarem em decorrência dos filtros, procedimentos esses como: bichectomia, rinoplastia, harmonização facial, aplicação de lentes dentárias, preenchimento labial, entre outros.

“No Brasil, ainda não há dados que comprovem que o número de cirurgias plásticas tem aumentado por influência dos filtros dos aplicativos, mas de acordo com o levantamento divulgado no ano passado pela Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica (SBCP), principal entidade da área, foram realizadas mais de 1,7 milhões de procedimentos, sendo 60% para fins estéticos. Estes números refletem à um

crescimento de 25,2% em comparação a 2016, quando foi divulgado os últimos números. ” (CUTAIT, 2020).

De acordo com os dados da Academia Americana de Cirurgia Facial Plástica e Reconstructiva de 2019, 55% dos cirurgiões dizem ter presenciado pacientes pedindo por procedimentos para “melhorar sua aparência em *selfie*”. Em relação ao ano anterior do citado acima, o percentual aumentou 13%, já que o mesmo era de 42% (DAVIES, 2018).

Um claro exemplo sobre a síndrome citada acima, é a cantora Anitta, que por diversas vezes já disse publicamente que “fez” seu próprio rosto no aplicativo de *photoshop* e levou o resultado dessa imagem para um cirurgião plástico.

Em diversas entrevistas dadas no exterior, como a concedida na *Latin Music Week 2019* (evento da revista estadunidense *Billboard*), a cantora fala abertamente sobre o fato de ter desenhado o seu próprio rosto, já que segundo a mesma, ela odiava seu rosto inteiro. Em uma dessas entrevistas, a Anitta disse que mudaria sempre de rosto, e que essas mudanças para ela não custam nada, já que a mesma apenas se deita, dorme e quando acorda o procedimento já foi realizado. (BILLBOARD, 2019).

Não é possível deixar de notar que tal estímulo contínuo a fazer mudanças em seu próprio rosto, poderia demonstrar uma insatisfação pessoal, física ou psicológica, da cantora.

FIGURA 1 – Cantora Anitta antes e depois das cirurgias.



(Fonte: *Purepeople*, 2018)

Se formos pensar pelo lado da capacidade de influência que a Anitta tem, é interessante notar que a cantora pode estar contribuindo tanto de forma positiva como negativa. De forma positiva por encorajar a outras mulheres a não terem medo de mudanças ou das opiniões alheias sobre as suas escolhas. E de forma negativa, pois esse mesmo pensamento poderia ser visto de forma diferente e poderia levar outras mulheres terem dificuldades em aceitar os seus rostos e corpos naturais.

Em um *story* (ferramenta do *Instagram*), a cantora fez uso de um dos filtros disponíveis na plataforma e “brincou” dizendo que levaria a foto com esse filtro aplicado ao seu cirurgião para fazer novas alterações em seu rosto, demonstrando mais uma vez que, apesar das diversas cirurgias já realizadas, a cantora ainda não estaria plenamente feliz e satisfeita com sua aparência.

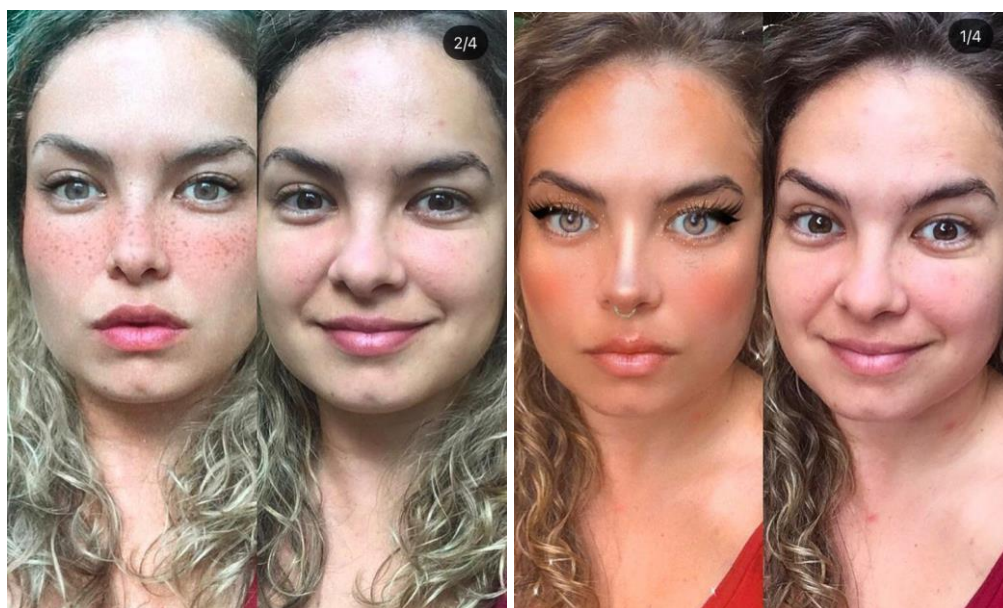
Já no perfil do *Instagram* da atriz, cantora, compositora e escritora brasileira Lua Blanco foi possível ver uma comparação sobre o efeito dos filtros provocados no rosto. Nesta publicação a própria Lua faz uso da ferramenta do *Instagram* para mostrar como a diferença pode ser gritante entre o rosto natural e com o filtro, colocando as fotos lado a lado.

Nesta publicação podemos ver diversas seguidoras elogiando a influenciadora pelo seu discurso sobre o efeito dos filtros de imagem e também pela sua aparência natural. Na legenda da postagem comparando os filtros, Lua Blanco deixa claro que não é contra a ferramenta do *Instagram*, mas sim sobre o uso em excesso.

De acordo com a mesma, “o problema é quando ficamos refém dos filtros”, quando o individuo não consegue mais se reconhecer sem o filtro ou quando não consegue mais postar nenhum conteúdo sem fazer uso do mesmo. “O importante é saber quando o filtro acaba e você começa.” (LUA BLANCO, 2020).

Um posicionamento pode ser de grande valia, já que, no lugar de criticar ou julgar quem utiliza essa ferramenta, Lua adverte sobre o uso da mesma, deixando bem nítido que a questão não é o filtro em si, porém o risco de perda da identidade e do poder de autorreconhecimento por meio da imagem projetada na tela.

FIGURA 2 - Atriz Lua Blanco fazendo uma comparação entre antes e depois do uso dos filtros.



(Fonte: *Instagram*, 2020)

Outra influenciadora que também se posicionou acerca dos filtros foi a Virgínia Fonseca, que ficou ainda mais conhecido na internet por meio do *Instagram* e pelo seu relacionamento

com o cantor Zé Felipe. Quando questionada sobre o motivo de não utilizar essa ferramenta do *Instagram*, Virginia disse que começou a sentir vontade de fazer rinoplastia (cirurgia que modifica o formato do nariz) por conta de um dos filtros que ela usava.

Em um *story*, a influenciadora afirma que cortou o uso, pois se achava linda pelo filtro e incomodada com a sua aparência na vida real, disse também que, decidiu parar de usar porque sabia que não queria aquilo como a forma de ser reconhecer.

“Na real, não tava me fazendo bem, que não era o que eu queria, pronto. E quando a gente sabe o que a gente não quer, a gente corta né. Então ai, parei. Por isso que eu não uso filtro.” (FONSESA, 2020).

O documentário, “Dilema das Redes” contribuiu para trazer a pauta para o meio dos próprios usuários dessas redes sociais, como as mesmas tem conseguido produzir um efeito enorme em quem as estão utilizando, através filtros, dos padrões impostos, das publicidades enviadas pelos algoritmos e, claro, os influenciadores digitais.

Essas influências, uma vez que são recebidas em uma escala enorme, podem afetar diretamente a autoestima dos adolescentes (do Brasil e do exterior, já que grande parte dessas entrevistas foi fornecida em outros países como México, Argentina e Espanha).

Segundo sites, como Super Interessante, o *Instagram* pode ser considerado uma das redes sociais mais nocivas, devido seu grande potencial de influencia. “O estudo mostrou que o compartilhamento de fotos pelo *Instagram* impacta negativamente o sono, a autoimagem e a aumenta o medo dos jovens de ficar por fora dos acontecimentos e tendências (FOMO, *fear of missing out*).”

Um dos responsáveis por toda essa influência disseminada pela rede social *Instagram* são os influenciadores digitais (do inglês, *digital influencers*), que são pessoas que dedicam suas redes sociais para criar conteúdo sobre comida, beleza, viagem ou qualquer outro tipo de nicho.

Após começarem a ganhar certa notoriedade, essas pessoas começam a ser procuradas pelas lojas, ou qualquer outro tipo de produtores que oferecem coisas ou serviços, para que os seus seguidores sejam influenciados a usarem ou comprarem determinada serviço/produto.

Não é difícil de achar influenciadores divulgando serviços estéticos como preenchimento labial, por exemplo, e também de produtos que têm relação sobre esses procedimentos. Essas “publis”, como são conhecidas as publicidades nas redes sociais, são uma das formas que as

peças que vendem produtos ou serviços encontraram de “usar” a internet e os influenciadores ao seu favor. “Deste modo, a mídia é um mecanismo de extrema importância para a construção e propagação de um padrão.” (BAZILIO, 2017, p.20).

3.1 – Mídias Sociais, Filtros e seus efeitos na autoimagem dos jovens

De acordo com Bazilio (2017), os adolescentes são os mais sensíveis a sofrerem com os padrões impostos pela sociedade, já que o período da adolescência é um momento mais conturbado, por conta das mudanças físicas e psicológicas.

Segundo Del Ciampo e Del Ciampo (2010), a busca pelo corpo ideal começou na década de 70, transformando o belo, definido e magro como objeto de consumo e até mesmo referência. E desde esse tempo, o padrão imposto com o corpo ideal é o mesmo.

“A busca da imagem corporal é um dos fenômenos mais impressionantes na sociedade atual, que acarreta custos elevados e riscos à saúde, visto que os modelos de referência, quase inatingíveis, distantes da realidade da maioria das pessoas, geram estresse, ansiedade e insatisfação com o corpo. A indústria corporal, utilizando-se dos meios de comunicação, cria desejos e reforça imagens, invadindo e modificando a maneira de compreender a vida. Atualmente, o corpo é associado à ideia de consumo. Quanto mais o corpo manter a aparência da juventude, da beleza e da boa forma, mais alto é seu valor de troca, tornando as pessoas escravas de um ideal narcísico rígido e severo.” (DEL CIAMPO & DEL CIAMPO, 2010, p. 3).

Analisando perfis públicos na rede social *Instagram* foi possível perceber que, majoritariamente, os filtros são utilizados para deixar a pele “perfeita” (sem manchas, rugas, linhas de expressões...), para aumentar o tamanho dos lábios e colorir os mesmos, diminuir o nariz, mudar a cor dos olhos, colorir as bochechas e dar mais volume aos cílios.

Foram sete perfis públicos na rede social *Instagram* que compuseram esta análise, todos dentro da faixa etária já definida como adolescência ao longo desse estudo. Deste modo, o que essa análise nos permitiu foi definir sete categorias, que apresentaremos no quadro a seguir.

Quadro 5 - Características físicas atribuídas por meio dos filtros:

Efeitos dos Filtros:	Quantidade de Perfis:
“Preenchimento Labial”	2
“Rinoplastia”	2
Cílios	4
Pigmentação Labial	5
Pele Perfeita	4
Blush	3
Olhos Claros	1

Fonte: próprio autor

Como se pode ver no quadro acima, todas as categorias analisadas são responsáveis por mudanças físicas nos rostos dos usuários, pois a maioria das postagens são sobre essa parte do corpo. As mudanças estéticas geradas pelos filtros podem ser consideradas inocentes, se utilizadas de maneira saudável, porém as mesmas quando são usadas de “qualquer forma” podem contribuir para distorção da autoimagem do jovem.³

Pelas categorias citadas acima, temos características que fazem referência a procedimentos estéticos como a cirurgia de rinoplastia (que modifica o formato do nariz, deixando-o mais fino), preenchimento labial (procedimento no qual é aplicada uma substância para aumentar o volume dos lábios) e o aumento dos cílios (baseado nas extensões de cílios buscando imitar o mais perfeitamente possível a vida real).

³ Destacamos que foi possível perceber que os efeitos dos filtros são, majoritariamente, produzidos para modificar os rostos, mudando as características faciais dos usuários. Para mudanças corporais, geralmente é utilizado o programa *photoshop*.

FIGURA 3 – Fotos de três dos sete perfis públicos selecionados fazendo uso dos filtros do *Instagram*.



Fonte: *Instagram* (2021)

FIGURA 4 - Fotos de três dos sete perfis públicos selecionados sem o uso dos filtros do *Instagram*.



Fonte: *Instagram* (2021)

Como podemos ver nas fotos da “figura 3”, temos presente as mesmas características citadas no quadro 5, por exemplo, coloração nos lábios, cílios, efeito de rinoplastia e pele perfeita. Não é possível saber a aceitação do público a essas fotos, pois as mesmas foram postadas nos *stories*, e nessa ferramenta apenas o dono da conta tem acesso ao número de visualizações e interações. Entretanto, podemos inferir que o uso contínuo dos filtros por parte

das donas das contas já demonstra, mesmo que indiretamente, uma aceitação dos outros usuários que as seguem, uma vez que o uso dos filtros permanece como uma constante.

Julgamos necessário colocar as fotos nessa organização de “depois e antes” para demonstrar com mais clareza as diferenças trazidas pelo efeito dos filtros nos rostos das usuárias, mostrando assim, os rostos com a aplicação da ferramenta do *Instagram* e depois os naturais.

Podemos então entender que, as pressões estéticas que ao longo do tempo foram estabelecidas pelos veículos de comunicação e mais atualmente pelas mídias sociais, podem vir a ser geradora de ansiedade, pelo fato de criar uma constante insatisfação com a própria imagem.

Essa insatisfação pode ter um efeito na vida do jovem, e inclusive motivar a realização de procedimentos estéticos para alcançar esses padrões estabelecidos pelos veículos de comunicação e as mídias sociais.

Não é possível afirmar se essa busca por uma imagem perfeita, no virtual por meio dos filtros e no real por meio dos procedimentos estéticos, levará os jovens a terem quadros clínicos ansiosos ou depressivos, mas é possível dizer que efeitos poderão ser sentidos em longo prazo. A frustração de não encontrar no real a imagem criada no virtual, pode vir a gerar um sentimento de tristeza.

Tendo em vista que o período da adolescência por si só já é complicado, receber essas pressões estéticas pode ser ainda mais difícil para um jovem. Ainda não é possível comprovar essa ligação, porém ressaltamos que os dados apresentados anteriormente por pesquisadores das teorias de comunicação e informação quanto da psicologia indicam sim, que os efeitos das mídias sociais na vida dos jovens devem receber atenção, principalmente em longo prazo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS:

Após todo o processo de construção deste estudo, podemos concluir que, a adolescência é um momento complexo e isso é compreensível, devido à quantidade de mudanças que ocorrem nesse período. Os adolescentes, por estarem nessa fase mais delicada da vida, podem vir a ser mais vulneráveis e mais suscetíveis a sofrerem com problemas psicológicos, caso não tenham apoio apropriado para passarem por esta fase.

Pressões psicológicas, vindas de forma interna ou externa, possuem grande impacto no adolescente, já que nesse período ocorre a formação da própria identidade e, geralmente, a busca por aceitação. As pressões podem ser possíveis razões geradoras de sentimentos de tristeza e ansiedade, pelo fato que de essa busca por aceitação (e às vezes até perfeição) pode ser muito frustrante.

Ao retomar a questão central deste estudo que se debruçou sobre se a ansiedade poderia ser desencadeadora do quadro clínico depressivo e se a relação entre os padrões sociais de beleza pode, por meio das mídias, gerar um sentimento ansioso ou depressivo, o que encontramos com resposta foi que a influência do uso das mídias sociais na formação da identidade dos adolescentes poderá sim afetar a vida subjetiva deste jovem.

Os limites encontrados neste estudo foram essencialmente a necessidade de um trabalho de campo onde pudéssemos entrevistar adolescentes que utilizam esta ferramenta, investigando quais suas expectativas, possibilidades e frustrações diante deste processo. Entretanto, trata-se de um trabalho de conclusão de curso de nível médio e educação profissional em saúde e o tempo de execução não propiciou espaço para esta frente de pesquisa, porém entendemos que esta etapa deve compor os estudos futuros sobre este tema.

Destacamos também a necessidade de aprofundamento deste debate, pois o uso das mídias sociais se ampliou frente ao quadro sanitário que vivemos neste momento histórico, e deste modo, sua interferência nas vidas e na construção das identidades dos adolescentes deve ser estudada para mitigar possíveis danos provenientes do abuso da vida vivida no meio digital, em detrimento da vida real.

Vimos que, em um futuro próximo, haverá ainda mais a necessidade de um aprofundamento em um tema como este, ligando sentimentos ansiosos e depressivos em

adolescentes às mídias sociais, devido ao tempo que os adolescentes estão dedicando à internet por conta da pandemia.

Referências Bibliográficas

BIAZUS, Camilla Baldicera; RAMIRES, Vera Regina Röhne. **Depressão na adolescência: uma problemática dos vínculos**. Psicol. estud. Maringá, v. 17, n. 1, p. 83-91, março de 2012. Disponível em http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-73722012000100010&lng=en&nrm=iso

BILLBOARD. **Anitta confessa lo qué ocurrió después someterse varias cirurgías | Ponchando**. Disponível em: <https://youtu.be/3yUCwVHe4Rc> Acesso em: 20/02/2021

BRASIL. Lei 13.257/2016. Dispõe sobre o **Estatuto da Criança e do Adolescente e dá outras providências**. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l8069.htm

BRASIL. Lei 8.069, 13 de julho de 1990. Dispõe sobre o **Estatuto da Criança e do Adolescente e dá outras providências**. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l8069.htm

BRITO, Isabel. **Ansiedade e depressão na adolescência**. Rev Port Clin Geral, Lisboa, v. 27, n. 2, p. 208-214, mar. 2011. Disponível em <http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0870-71032011000200010&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 05 set. 2019.

CARBONARI, Pâmela. **Instagram é a rede social mais nociva a saúde mental, diz estudo**. Disponível em: <https://super.abril.com.br/sociedade/instagram-e-a-rede-social-mais-prejudicial-a-saude-mental/> Acesso em: 15/03/2021

Caroni MM, Bastos OM. **Adolescência e autonomia: conceitos, definições e desafios**. - Revista de Pediatria SOPERJ. 2015;15(1):29-34

CASTILLO, Ana Regina GL et al. **Transtornos de ansiedade**. Rev. Bras. Psiquiatr., São Paulo, v. 22, supl. 2, p. 20-23, Dec. 2000

Ciampo LAD, Ciampo IRLD. **Adolescência e imagem corporal**. Adolesc Saude. 2010;7(4):55-59

COSTA, Bárbara Salgado; MATOS, Ana Paula; COSTA, José Joaquim. **O efeito moderador da satisfação com a vida na associação entre a qualidade da relação pais/filhos(as) e depressão na adolescência**. Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental, Porto, n. spe6, p. , nov. 2018. Disponível em http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1647-21602018000200007&lng=pt&nrm=iso

CUTAIT, Victor. **Cirurgias plásticas X redes sociais: os filtros estão influenciando o conceito de beleza?** Disponível em: <https://www.revistacircuito.com/cirurgia-plastica-x-redes-sociais-os-filtros-estao-influenciando-o-conceito-de-beleza/> Acesso em: 22/03/2020

DAVIES, Anna. **Jovens fazem cirurgias plásticas para ficar parecidos com as suas selfies com filtro.** Disponível em: <https://www.bbc.com/portuguese/geral-43910129> Acesso em: 10/12/2020

FERNANDES BRAGA, J. E.; PORDEUS, L. C.; DA SILVA, A. T. M. C.; PIMENTA, F. C. F.; MELO DINIZ, M. DE F. F.; ALMEIDA, R. N. DE. **ANSIEDADE PATOLÓGICA: BASES NEURAI E AVANÇOS NA ABORDAGEM PSICOFARMACOLÓGICA.** Revista Brasileira de Ciências da Saúde, v. 14, n. 2, p. 93-100, 27 jan. 2011

Fernandes Braga, J. E.; Pordeus, L. C.; Da Silva, A. T. M. C.; Pimenta, F. C. F.; Melo Diniz, M. De F. F.; Almeida, R. N. De. **Ansiedade Patológica: Bases Neurais E Avanços Na Abordagem Psicofarmacológica.** Revista Brasileira de Ciências da Saúde, v. 14, n. 2, p. 93-100, 27 jan. 2011

FONSECA, Virgínia. **Virgínia quis "mudar aparência" após uso diário de filtros no insta! Storys Virgínia Fonseca.** Disponível em: <https://youtu.be/7FhaTtGshoQ> . Acesso em 01/03/2020.

JATOBA, Joana D'Arc Vila Nova; BASTOS, Othon. **Depressão e ansiedade em adolescentes de escolas públicas e privadas.** J. bras. psiquiatr., Rio de Janeiro , v. 56, n. 3, p. 171-179, 2007 .

MARIA SGANZERLA, Ilciane; CENTENARO LEVANDOWSKI, Daniela. **Ausência paterna e suas repercussões para o adolescente: análise da literatura.** Psicol. rev. (Belo Horizonte), Belo Horizonte , v. 16, n. 2, p. 295-309, ago. 2010 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-11682010000200005&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 30 nov. 2020.

Melo, A. K., Siebra, A. J., & Moreira, V. (2017). **Depressão em adolescentes: revisão da literatura e o lugar da pesquisa fenomenológica.** *Psicologia: Ciência e Profissão*, 37(1), 18-34. <https://doi.org/10.1590/1982-37030001712014>

MINAYO, Maria Cecília de Souza (org.). **Pesquisa Social. Teoria, método e criatividade.** 18 ed. Petrópolis: Vozes, 2001.

Ministério da Saúde, 26 de Fevereiro de 2020, **"Brasil confirma o caso da doença"** disponível em: <https://www.saude.gov.br/noticias/agencia-saude/46435-brasil-confirma-primeiro-caso-de-novo-coronavirus>

MORALES, Juliana. **Tema de redação: a disformia do Instagram.** Disponível em: <https://guiadoestudante.abril.com.br/estudo/tema-de-redacao-a-dismorfia-do-instagram/> Acesso em: 14/11/2020

MOROMIZATO, Maíra Sandes et al . **O Uso de Internet e Redes Sociais e a Relação com Índícios de Ansiedade e Depressão em Estudantes de Medicina.** Rev. bras. educ. med., Rio de Janeiro , v. 41, n. 4, p. 497-504, Dec. 2017 . Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022017000400497&lng=en&nrm=iso>. access on 30 Nov. 2020. <https://doi.org/10.1590/1981-52712015v41n4rb20160118>.

RESENDE, Catarina et al . **Depressão nos adolescentes: mito ou realidade?.** Nascer e Crescer, Porto , v. 22, n. 3, p. 145-150, set. 2013

THIEN GO, Daianna Lima; CAVALCANTE, Maria Tavares; LOVISI, Giovanni Marcos. **Prevalência de transtornos mentais entre crianças e adolescentes e fatores associados: uma revisão sistemática.** J. bras. psiquiatr., Rio de Janeiro , v. 63, n. 4, p. 360-372, Dec. 2014

VALVERDE, Benedita Salete Costa Lima et al . **Levantamento de problemas comportamentais/emocionais em um ambulatório para adolescentes.** Paidéia (Ribeirão Preto), Ribeirão Preto , v. 22, n. 53, p. 315-323, Dec. 2012 . Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-863X2012000300003&lng=en&nrm=iso>. access on 12 Sept. 2019.