



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA  
CAMPUS I  
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE  
ESPECIALIZAÇÃO EM SAÚDE MENTAL E ATENÇÃO PSICOSSOCIAL**

**LYSANGELA CAVALCANTI SILVA**

**SINTOMATOLOGIA DEPRESSIVA E ANSIEDADE FRENTE AO USO DAS REDES  
SOCIAIS EM ADOLESCENTES: Uma revisão narrativa**

**CAMPINA GRANDE  
2020**

LYSANGELA CAVALCANTI SILVA

**SINTOMATOLOGIA DEPRESSIVA E ANSIEDADE FRENTE AO USO DAS REDES  
SOCIAIS EM ADOLESCENTES: Uma revisão narrativa**

Trabalho de Conclusão de Curso (Artigo) apresentado a Coordenação do Curso de Especialização em Saúde Mental e Atenção Psicossocial da Universidade Estadual da Paraíba, como requisito parcial à obtenção do título de especialista em Saúde Mental.

**Área de concentração:** Saúde Mental e Atenção Psicossocial.

**Orientador:** Prof. Dra. Maria do Carmo Eulálio

**CAMPINA GRANDE  
2020**

É expressamente proibido a comercialização deste documento, tanto na forma impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que na reprodução figure a identificação do autor, título, instituição e ano do trabalho.

S586s Silva, Lysangela Cavalcanti.

Sintomatologia depressiva e ansiedade frente ao uso das redes sociais em adolescentes [manuscrito] : Uma revisão narrativa / Lysangela Cavalcanti Silva. - 2020.

21 p.

Digitado.

Monografia (Especialização em Saúde Mental e Atenção Psicossocial) - Universidade Estadual da Paraíba, Pró-Reitoria de Pós-Graduação e Pesquisa, 2020.

"Orientação : Profa. Dra. Maria do Carmo Eulálio ,  
Coordenação do Curso de Psicologia - CCBS."

1. Depressão. 2. Ansiedade. 3. Redes sociais. 4.  
Adolescente. I. Título

21. ed. CDD 362.25

LYSANGELA CAVALCANTI SILVA

SINTOMATOLOGIA DEPRESSIVA E ANSIEDADE FRENTE AO USO DAS REDES  
SOCIAIS EM ADOLESCENTES: Uma revisão integrativa

Trabalho de Conclusão de Curso (Artigo) apresentado a Coordenação do Curso de Especialização em Saúde Mental e Atenção Psicossocial da Universidade Estadual da Paraíba, como requisito parcial à obtenção do título de especialista em Saúde Mental.

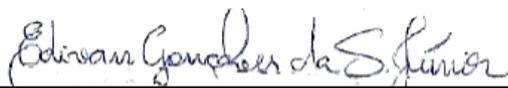
**Área de concentração:** Saúde Mental e Atenção Psicossocial.

Aprovada em: 30/11/2020.

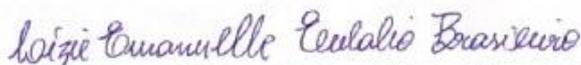
BANCA EXAMINADORA



Prof. Dra. Maria do Carmo Eulálio  
(Orientador)  
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)



Prof. Me. Edivan Gonçalves da Silva Júnior  
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)  
(Membro Interno)



Prof. Me Lizie Emanuelle Eulálio Brasileiro  
Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN)  
(Membro Externo)

## LISTA DE QUADRO

QUADRO 1 .....	09
QUADRO 2 .....	11

## LISTA DE FIGURA

<b>FIGURA 1</b>	.....	10
<b>FIGURA 2</b>	.....	13

## SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO .....	07
2	MÉTODO.....	09
3	RESULTADOS.....	10
4	DISCUSSÕES .....	13
5	CONCLUSÕES.....	17
	REFERÊNCIAS.....	18

## SINTOMATOLOGIA DEPRESSIVA E ANSIEDADE FRENTE AO USO DAS REDES SOCIAIS EM ADOLESCENTES: Uma revisão narrativa

### DEPRESSIVE SYMPTOMATOLOGY AND ANXIETY AGAINST THE USE OF SOCIAL NETWORKS IN ADOLESCENTS: Integrative review

Lysangela Cavalcanti Silva\*

#### RESUMO

**Objetivo:** O objetivo geral foi analisar o uso de redes sociais e seu impacto na saúde mental de adolescentes e os específicos foram identificar os fatores de risco para a presença de sinais e sintomas de depressão e ansiedade em adolescentes e averiguar as consequências psicológicas do uso de redes sociais. **Método:** Foi realizada uma revisão narrativa da literatura, por meio de artigos publicados nas bases de dados Scielo, Medline e Lilacs. As expressões de busca foram geradas através de combinações entre os descritores em saúde, “ADOLESCENTE” AND “REDES SOCIAIS” ; “ADOLESCENTE” AND “DEPRESSÃO” AND “ANSIEDADE” AND “REDE SOCIAL”; “ADOLESCENTE” AND “DEPRESSÃO” AND “ANSIEDADE” AND “REDE SOCIAL” e “DEPRESSÃO” AND “ANSIEDADE” AND “REDE SOCIAL” nos idiomas português, espanhol e inglês. **Resultados:** Segundo os critérios de elegibilidade, 10 artigos compuseram a amostra estudada, a maioria deles em língua portuguesa e publicados no ano de 2017. Os principais fatores de risco a impactarem na saúde dos adolescentes e que emergiram da análise dos textos foram: o *cyberbullying*, distúrbios da autoimagem, o tempo de tela e a mídia social. **Considerações Finais:** Quanto mais tempo o adolescente passa nas redes sociais, mais ele corre o risco de sofrer de ansiedade e sintomas depressivos, ou desenvolver fatores de risco como sono insuficiente, baixa autoestima, insatisfação com sua imagem ou sentimento de solidão.

**Palavras-Chave:** Adolescente. Depressão. Ansiedade. Redes sociais.

### DEPRESSIVE SYMPTOMATOLOGY AND ANXIETY AGAINST THE USE OF SOCIAL NETWORKS IN ADOLESCENTS: An narrative review

Lysangela Cavalcanti Silva

#### ABSTRACT

---

\* Aluna do curso de Especialização em Saúde Mental e Atenção Psicossocial da Universidade Estadual da Paraíba – Campus I.  
E-mail: cavalcanti\_lisa@hotmail.com.

**Objective:** The main goal of this research was to analyze the use of social networks and their impact on the mental health of adolescents and the specific objectives were to identify the risk factors for the presence of signs and symptoms of depression and anxiety in adolescents and to investigate the psychological consequences of using social networks. **Method:** An narrative literature review was carried out, through articles published in the specific databases Scielo, Medline and Lilacs. Search expressions were generated through combinations between health descriptors, “ADOLESCENT” AND “SOCIAL NETWORKS”; “TEENAGER” AND “DEPRESSION” AND “ANXIETY” AND “SOCIAL NETWORK”; “TEENAGER” AND “DEPRESSION” AND “ANXIETY” AND “SOCIAL NETWORK” and “DEPRESSION” AND “ANXIETY” AND “SOCIAL NETWORK” in Portuguese, Spanish and English. **Results:** According to the eligibility criteria, 10 articles made up the sample studied, most of them in Portuguese and published in 2017. The main risk factors that impacted the health of adolescents and that emerged from the analysis of the texts were: cyberbullying, self-image disorders, screen time and social media. **Final Considerations:** The more time the adolescent spends on social networks, the more he is at risk of suffering from anxiety and depressive symptoms, or developing risk factors such as insufficient sleep, low self-esteem, dissatisfaction with his image or feeling of loneliness.

**Keywords: Adolescent. Depression. Anxiety. Social networks.**

## 1 INTRODUÇÃO

Com o advento da tecnologia muitos aspectos da vida das pessoas começaram a ser mais facilitados, tais como o estreitamento de relações sociais. Atualmente, sendo quase impossível conviver sem algum tipo de comunicação via tecnologia, como redes sociais, e-mails, ligações e entre outros (SOUZA, CUNHA, 2019).

Assim como a internet pode ser um catalisador da vida social, pode ser também uma das principais causas de conflitos familiares, relações pouco aprofundadas, dificuldades no aprendizado e até mesmo transtornos de humor, tais como a ansiedade e depressão. É importante destacar que a falta de comunicação pessoal ou de forma convencional (em cartas) tem sido de sobremaneira obsoleto na atualidade (SILVA, SILVA, 2017).

Tal como explicitado, o impacto do uso das tecnologias, mais especificamente das redes sociais pode afetar a vida em diversas fases, sobretudo na adolescência. Conforme o último censo (2010) do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), os adolescentes lideravam em uso de celulares e internet. Além disso, foi constatado que 34,1 milhões de pessoas na faixa etária entre 10 e 19 anos, 81% tinham acesso a internet diariamente (CGI, 2015).

O uso das mídias sociais por adolescentes pode ser um fator estressante devido a ambientes de hostilidade, agressões verbais que podem ser proferidas. A dependência das redes sociais também é importante, visto que os relacionamentos são exibidos de forma pública, o quantitativo de amigos também se torna imprescindível e a obtenção de “likes”. Muitos jovens se utilizam de tais artifícios para a ofender pessoas com ideais ou culturas diferentes das suas, tais atitudes podem gerar problemas psicológicos graves, como a depressão e ansiedade (HAMILTON, 2015).

Juntamente ao processo de má influência das redes sociais, um dos efeitos que acarretam inúmeros prejuízos é a Adicção por Internet (AI). A AI é um padrão desadaptativo que leva o indivíduo a descompensar emocionalmente. Trata-se então, de um uso patológico, dependência ou uso que gere problemas ao indivíduo que faz uso. Acredita-se que a AI esteja associada com as patologias acima descritas (YOUNES, et. al., 2016).

Quanto as terminologias adotadas, o termo “uso problemático da internet” é um dos mais verídicos para a realidade vivenciada. Pois, tal termo pode se referir a casos mais leves ou severos quanto ao uso da internet (FERNANDES, MAIA, PONTES, 2019).

É importante destacar que a internet é um meio para facilitar a aprendizagem, pois, são realizadas pesquisas, fontes para ilustração, recursos para melhor interatividade e entre outras opções. Porém como já abordado, o mau uso desse meio de navegação pode gerar grandes prejuízos sobretudo na adolescência. Assim, o presente estudo buscará observar quais os arcabouços teóricos sobre os principais fatores de risco que acarretam a sintomatologia depressiva e ansiedade em adolescentes que fazem uso das redes sociais. Visando preencher lacunas na literatura e auxiliar na tomada de decisão e assistência no que se diz respeito a saúde mental na fase da adolescência.

O objetivo do estudo foi analisar o uso de redes sociais e seu impacto na saúde mental de adolescentes; e os e os objetivos específicos foram identificar os fatores de risco para a presença de sinais e sintomas de depressão e ansiedade em adolescentes, e averiguar as consequências psicológicas do uso de redes sociais.

## 2 MÉTODO

### 3.1 Tipo de Estudo

Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, que se propõe a analisar e descrever sobre o tema a partir dos estudos elaborados por outros autores, tendo como objetivo descrever acerca de temas parecidos (GIL, 2010).

### 3.2 Fases do Estudo

A presente revisão integrativa foi realizada em seis fases principais conforme exposto no quadro 1:

**Quadro 1** - Fases e etapas correspondentes da revisão integrativa. Campina Grande, PB, 2020.

<b>FASES</b>	<b>ETAPAS A SEREM CUMPRIDAS</b>
<b>Fase 1</b>	Questões de pesquisa
<b>Fase 2</b>	Investigar na literatura
<b>Fase 3</b>	Coleta de artigos nas bases de dados
<b>Fase 4</b>	Análise
<b>Fase 5</b>	Formação de categorias
<b>Fase 6</b>	Discussão do manuscrito

Fonte: O autor, 2020.

Na fase 1, foi adotada a seguinte questão de pesquisa: “*Quais os fatores de risco do uso das redes sociais para desenvolvimento dos sintomas de ansiedade e depressão em adolescentes?*”. Na fase 2 foram pesquisados na literatura a os artigos publicados com a temática em questão.

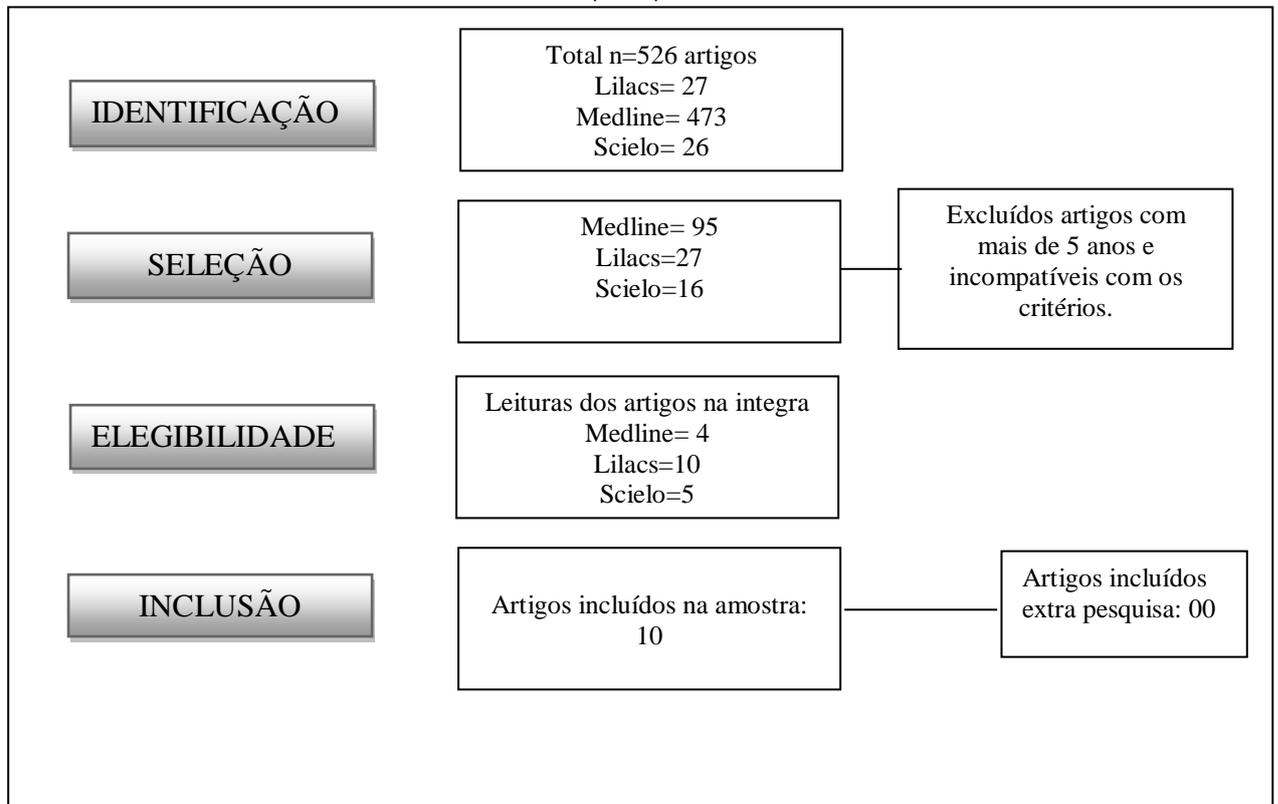
A fase 3 foi composta pela investigação nas bases de dados, realizada no mês de agosto de 2020, foram usadas as seguintes bases: Scielo (*Scientific Electronic Library Online*), Medline (*Medical Literature Analysis and Retrieval System Online*) e Lilacs (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde). Nessa etapa, foram formadas combinações de busca com os descritores: “redes sociais”, “depressão”, “ansiedade”, “adolescente”. Foi utilizado como operador booleano o “AND”.

As expressões de busca para realização da pesquisa foram geradas através de combinações entre os descritores em saúde. Logo, as expressões foram:

1. “ADOLESCENTE” AND “REDES SOCIAIS”
2. “ADOLESCENTE” AND “DEPRESSÃO” AND “ANSIEDADE” AND “REDE SOCIAL”
3. “DEPRESSÃO” AND “ANSIEDADE” AND “REDE SOCIAL”

Como forma de conseguir artigos que fizessem parte da temática, foram elencados critérios de elegibilidade, sendo excluídos estudos de revisão bibliográfica, livros e outras comunicações científicas, tal como, cartas ao editor, resumos etc. Assim, fizeram parte da amostra, artigos que foram publicados nos últimos 5 anos que estivessem em português, inglês ou espanhol. Abaixo está o fluxograma de coleta de artigos.

**Figura 1-** Fluxograma para amostragem das referências elegíveis. Campina Grande, PB, 2020.



Na fase 5 e 6, foi realizada a análise dos artigos incluídos na revisão com formação de categorias para responder aos objetivos propostos.

### 3 RESULTADOS

Inicialmente foram encontrados ao todo foram encontrados quinhentos e cinquenta (n=526) documentos nas bases de dados. E logo após leitura do resumo, análise dos critérios de elegibilidade, fizeram parte do estudo 10 artigos que falaram sobre a temática e ajudariam a responder à questão norteadora proposta. Assim, foi realizada uma coleta de dados das principais informações dos artigos selecionados, exposto no quadro 2.

**Quadro 2** - Caracterização da amostra da revisão. Campina Grande, PB, 2020.

<b>AUTORES</b>	<b>TÍTULO</b>	<b>BASE DE DADOS</b>	<b>IDIOMA/ PAÍS DE ORIGEM</b>	<b>ANO</b>	<b>RESULTADOS</b>
Ferreira, Reis	<i>Evidências entre mídia e suicídio: efeito contágio das produções jornalísticas e ficcionais</i>	Lilacs	Português/ Brasil	2020	Foi relatado que a mídia produz o chamado efeito contágio que pode encorajar o suicídio de pessoas vulneráveis, sobretudo na adolescência. Bem como, o aparecimento de sintomas depressivos.
Dias, et. al	<i>Adolescentes na Rede: Riscos ou Ritos de Passagem?</i>	Lilacs	Português/Brasil	2019	Estudo mostra que as redes sociais são semelhantes a um Raio X do sentido da existência, conforme a psicanálise. Tornando-se assim, arriscado o uso dessas redes por envolvimento de aspectos como violência
Bordignon, Bonamigo	<i>Os jovens e as redes sociais virtuais</i>	Lilacs	Português/ Brasil	2017	As redes sociais estimulam os jovens a exposição da vida com o artifício de imagens, vídeos, textos etc.
Silveira	<i>Práticas digitais, lazer e adolescência: uma etnografia</i>	Lilacs	Português/Brasil	2017	Texto demonstra que os indivíduos podem ter ansiedades para com a competição que são geradas nas redes sociais.
Enrique, et al	<i>Características do cyberbullying em estudantes de uma unidade educativa César Dávila Andrade</i>	Lilacs	Espanhol/ Equador	2015	Conforme o estudo o bullying nas redes sociais possui uma frequência de em 11% dos alunos e desses, 40% apresentou problemas psicológicos como o sentimento depressivo.

Amorim, Leite, Souto	<i>Sintomatologia depressiva e ansiosa em utilizadores portugueses do Facebook</i>	Lilacs	Português/ Brasil	2017	Estudo demonstrou que os resultados confirmam há um aumento de sintomatologia depressiva em usuários da rede social Facebook, sobretudo em jovens.
Yan, et. al.	<i>Associations among Screen Time and Unhealthy Behaviors, Academic Performance, and Well-Being in Chinese Adolescents</i>	Medline	Inglês/China	2017	Um estudo feito com adolescentes chineses demonstrou que assistir televisão nos dias de aula foi negativamente associado com desempenho acadêmico, AF, ansiedade e satisfação com a vida.
Li, et. al.	<i>Insomnia partially mediated the association between problematic Internet use and depression among secondary school students in China</i>	Medline	Inglês/China	2017	O estudo demonstrou que os casos de insônia obtiveram associação com a depressão e o uso das redes sociais por adolescentes.
Amigo, Gutierrez e Ríos	<i>Diagnóstico de utilización de Redes sociales: factor de riesgo para el adolescente</i>	Scielo	Espanhol/México	2018	Os fatores de risco para transtornos psicológicos foram o uso da internet com a presença de bullying cibernético (83%), sexo (72%) e grooming (47%), dentre outros.
Lira, et. al.	<i>Uso de redes sociais, influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras</i>	Scielo	Português/Brasil	2017	O acesso ao Facebook e Instagram aumentaram consideravelmente os distúrbios de autoimagem por adolescentes.

Fonte: O autor, 2020.

Os idiomas dos artigos que compuseram a amostra desta pesquisa foram: português (06), espanhol (02) e inglês (02). Do total, a maioria (06) dos artigos foram publicados no ano de 2017, e os demais anos tiveram apenas um artigo cada um deles (2015, 2018, 2019, 2020). As bases de dados referentes aos artigos estudados são assim distribuídos: Lilacs (06), Medline (02) e Scielo (02).

A partir dos resumos dos artigos, foi construído uma nuvem de palavras para uma melhor discussão, exposto na figura 1.

**Figura 2-** Nuvem de palavras dos títulos manuscritos incluídos na amostra. Campina Grande, PB.



Fonte: O autor, 2020.

Diante ao exposto, pode ser visualizado as palavras que mais obtiveram frequências: mídia, redes sociais e uso das redes sociais. Assim, representam o artigo aqui apresentado no contexto da adolescência que serão discutidos logo mais adiante.

#### 4 DISCUSSÕES

No Brasil, o Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA), Lei 8.069, de 1990, considera criança a pessoa até 12 anos de idade incompletos e define a adolescência como a faixa etária de 12 a 18 anos de idade (artigo 2o), e, em casos excepcionais e quando disposto na lei, o estatuto é aplicável até os 21 anos de idade (artigos 121 e 142). O adolescente pode ter o voto opcional como eleitor e cidadão a partir dos 16 anos. O conceito de menor fica subentendido para os menores de 18 anos

A adolescência é mais difícil de definir do que pode parecer à primeira vista. Na verdade, a adolescência é uma noção complexa: é ao mesmo tempo um fenômeno social, um processo de maturação biológica e um momento de transformação psíquica.

É uma fase da vida em que se desenvolve um conjunto de mudanças evolutivas na maturação física e biológica, ajustamento psicológico e social do indivíduo. São grandes as adaptações que os jovens têm que fazer durante o seu

desenvolvimento. Nesse processo eles enfrentam realidades diferentes das que já enfrentaram e diante disso, reagem e sentem-se ansiosos achando difícil se adaptar a essa nova fase. No entanto, a ansiedade ou sintomas depressivos não ocorre apenas em adolescentes, ela pode ocorrer em qualquer faixa etária e em diversas situações.

Observa-se que o uso das redes sociais mudou radicalmente nos últimos 10 anos, o número de adolescentes que as utilizam mais que duplicou nesse período. Cada vez mais adolescentes também possuem um smartphone, apenas uma ínfima parcela dessa geração não faz uso das redes sociais.

Diante da leitura dos artigos escolhidos no presente estudo, foi possível elencar os principais fatores de risco que emergiram da análise dos textos, sendo: o *cyberbullying*, distúrbios da autoimagem, o tempo de tela e a mídia social.

### *Cyberbullying*

O denominado *cyberbullying* é o uso da internet ou outras tecnologias com a finalidade de causar constrangimentos, difamar ou demonstrar apoio a quem realizar alguma atitude difamatória, seja ela, em grupo ou individual (BELSEY, 2004). Tais atitudes podem repercutir de forma negativa no desenvolvimento do adolescente, gerando ansiedade ou até mesmo depressão.

No estudo qualitativo de Dias et. al., (2019), em diálogo sobre os riscos do uso das redes sociais por adolescentes, acrescenta que muitos conflitos gerados nesse ambiente se dão em decorrência do *cyberbullying* proferido por colegas de escola, amigos entre outros. Conforme a pesquisa TIC Kids, a classificação para prática de *bullying* está nas ameaças, contar mentiras, exposição pornográfica etc. E ainda no mesmo estudo, foi possível detectar que 15% dos adolescentes sofreram *cyberbullying* no último ano, com mensagens de ódio ou agressão (BARBOSA, 2015).

Em um estudo realizado por Enrique, et. al. (2015) foi visto que o *cyberbullying* foi decorrente em 11% dos alunos de uma escola do Equador, e que em 52% das vezes o modo de assédio era pelas redes sociais dos estudantes, onde eram perseguidos por mensagens. Desses, 40% possuíam sentimentos deprimidos. Além dos resultados quantitativos, muitos estudantes alegaram “querer desaparecer”.

Outro artigo desenvolvido no México, detectou que o uso inapropriado da internet pode acarretar imaturidade social com desvios de comportamento, estando associado ao *cyberbullying* (AMIGO, GUTIERREZ e RÍOS, 2018).

Nesse contexto, a conduta do *bullying* através da internet leva o jovem a uma perda brusca da sua identidade, visto que naquele momento ele depende do outro e de sua zombaria. E, em muitas vezes é com a exposição nas redes sociais que ele se torna alvo de insultos que podem acarretar diversas patologias, desde ansiedade até depressão, podendo culminar no suicídio (DIAS, et. al., 2019).

### *Autoimagem*

O período da adolescência é uma fase em há uma necessidade de se demonstrar sexuado e por sua vez, ter uma vida social. E é nessa fase que o adolescente começa a ter uma preocupação com a imagem corporal havendo a indigência de se reestruturar-se para conquistar uma identidade sexual (COPETTI, QUIROGA, 2017). Um estudo desenvolvido por Bordignon e Bonamigo (2017)

demonstrou que a constante exposição da autoimagem nas redes sociais é para que os “amigos” compartilhem, curtam e comentem sobre. Não havendo a presença de um *feedback* nas redes sociais, o adolescente pode apresentar sentimentos de inferioridade, exclusão etc., chegando até um distúrbio de autoimagem.

Outro estudo sugeriu que a mídia, nela compreendida as redes sociais, está associada a insatisfação com a imagem corporal de adolescentes do sexo feminino, afetando o autoconhecimento e satisfação consigo (LIRA, et. al., 2017).

Vale salientar, que na presença de um distúrbio de autoimagem, há um prejuízo psíquico, como o aparecimento de ansiedade, sentimentos de inferioridade e depressão (UZUNIAN & VITALLE, 2015).

### *Tempo de tela*

Ao ver adolescentes “colados” ao celular trocando fotos e comentários nas redes sociais, muitos pais e educadores ficam preocupados, já que estudos relacionam as mídias sociais a um déficit na saúde mental, como aumento de depressão e ansiedade em adolescentes que passam várias horas por dia nas redes sociais tem maior probabilidade de dormir menos e com menor qualidade no sono, tem também baixa autoestima, tem insatisfação com seu peso e aparência.

O tempo de tela é a medida do tempo em que os adolescentes ficam na frente de telas como computadores, televisões, jogando etc. tal fator é um preditivo para o estilo de vida sedentário (LUCENA, et. al., 2015).

Nesse contexto, um estudo chinês incluído na amostra da presente pesquisa, demonstrou que o tempo de tela pode estar associado ao aparecimento de ansiedade na adolescência, em decorrência do uso de redes sociais (Yan, et. al., 2017). Outro estudo feito também na China, revelou que os casos de insônia devido ao uso da internet junto a um maior tempo de tela estavam associados a presença de depressão (LI, et. al., 2017).

O uso excessivo de redes sociais pode ser perigoso, na verdade, o adolescente pode ser viciado em networking e desenvolver ou ampliar uma série de psicopatologias, em particular a depressão.

### *A Mídia / Redes Sociais*

Como já foi mencionado anteriormente, o tráfego nas redes sociais e o tempo gasto frente à televisão ou ao computador estão associados ao aumento da ansiedade em adolescentes. A mídia social expõe os adolescentes a imagens de outros adolescentes que se apresentam como tendo vidas muito vibrantes e atividades muito emocionantes, quer dizer, é exposta a questão de como se apresenta ao mundo. Assim, se o adolescente que já sofre de ansiedade se expõe a tal conteúdo, pode pensar que não tem condições de ter essa vida ou de se engajar em tais atividades, o que pode reforçar seu isolamento social.

Sabe-se que o isolamento social é uma fonte de ansiedade, então um adolescente que se sente incapaz de levar uma vida tão emocionante quanto a que é apresentada a ele online pode tender a se isolar ainda mais.

Conforme o ensaio produzido por Ferreira e Reis (2020), existem grupos de pessoas que são mais propensas a desenvolver a depressão em decorrência de exposições midiáticas, tais como: as que são influenciadas por ideias das redes sociais e as que são influenciadas por televisão ou rádio. O ensaio ainda aponta que

um estudo do IPEA (Instituto de Pesquisa Econômica e Aplicada) demonstra que o efeito da mídia sob a vida das pessoas é a principal causa de suicídio entre a adolescência e juventude (15 a 29 anos).

Ainda no mesmo estudo é possível compreender a clara relação entre aspectos da comunicação e o suicídio, de tal forma que a mídia chega a produzir um “efeito contágio”, sendo o efeito de encorajar o outro a cometer suicídio em situações de uma depressão pré-existente ou outras vulnerabilidades. Um exemplo claro, está na repercussão da série adolescente *13 Reasons Why* nas redes sociais e plataformas de *streams* pode ter implicado em um aumento na incidência de casos indistintos de suicídios ou tentativas (FERREIRA, REIS, 2020).

A temática do suicídio em adolescentes é um problema de saúde pública há um tempo. Tal afirmação é validada através das produções midiáticas citadas ou até mesmo por jogos em grupos nas redes sociais, tal como o da *Baleia Azul*, em que consistia em um jogo com a finalidade de chegar ao suicídio (LEVINZON, 2018).

Porém, tais situações fazem parte da fase da adolescência, mas o comportamento suicida é de sobremaneira influenciado pela forma que o meio social interage com o indivíduo. Um estudo com a amostra de adolescentes demonstrou que pelo menos 12% haviam realizado algum ato suicida ao decorrer da vida, e só a metade destes procuraram os estabelecimentos de saúde. Tal fato destaca os conflitos vivenciados nessa fase e que não são notificados (CASSORLA e SMEKE, 1997).

Logo, é importante destacar a necessidade de normas legais para a produção e circulação de mensagens em redes sociais sobre os aspectos retro mencionados. Visto que os adolescentes estão em constante contato com as redes, e muitas vezes sendo influenciados pelo “efeito contágio” de ideias suicidas.

Outro ponto importante, está na competitividade gerada pelas mídias sociais, sendo um dos resultados de um estudo etnográfico desenvolvido por Silveira (2017). Outro estudo demonstrou que indivíduos que utilizavam o *Facebook* por mais de oito anos consecutivos possuíam valores altos de depressão e ansiedade, os autores ainda demonstram que o sentimento de inveja e a solidão seja a causa de tais processos psíquicos (AMORIM, LEITE, SOUTO, 2017).

## 5 CONCLUSÕES

Os metadados demonstraram que a amostra foi composta por estudos em sua maioria publicados em 2017, na base de dados Lilacs, em língua portuguesa e em periódicos de psiquiatria.

Os resumos dos dez artigos resultaram em frequências de palavras e as mais destacadas foram 'Mídia, Redes Sociais e Uso das Redes Sociais'.

Foi identificado nos artigos, os principais fatores de risco para depressão e ansiedade em adolescente com uso das redes sociais: o *cyberbullying*, distúrbios da autoimagem, o tempo de tela e a mídia social. Quanto ao *cyberbullying* foi visto uma grande prevalência nos estudos incluídos, em que os adolescentes passam a realizar ou a sofrer esse tipo de agressão, acarretando diversas consequências. Nos distúrbios de autoimagem é possível perceber que estão diretamente relacionados ao uso das redes sociais, que por sua vez, associam-se ao tempo de tela e a ocorrência de depressão/ansiedade na amostra estudada. Por fim, foi visto que as mídias sociais desempenham um papel de incentivo (ao suicídio) ou pressão social para com o adolescente.

É importante destacar a prática do profissional de saúde na identificação de tais fatores de risco para o desenvolvimento da ansiedade e depressão, ainda, a sensibilidade no acolhimento das demandas nessa fase da vida.

Existe quase um veredicto, nos artigos aqui estudados, de quanto mais tempo o adolescente passa nas redes sociais, mais ele corre o risco de sofrer depressão ou de desenvolver fatores de risco como sono insuficiente, baixa autoestima, insatisfação com sua imagem ou sentimento de solidão.

No entanto, a mídia social não trata só de coisas ruins. Em pequenas doses, elas podem ajudar a criar laços e, ironicamente, ajudar a construir a autoestima. Os artigos que compuseram o corpus deste trabalho não se referem as contribuições positivas das redes sociais, como para muitos adolescentes, são uma forma de fazer amigos. Elas podem ter um efeito de validação, quando os adolescentes falam sobre seus pensamentos e experiências, ou assertividade, quando recebem ajuda para superar a rejeição social ou o isolamento. Pode-se acreditar ainda que as mídias sociais também estimulem adolescentes isolados ou socialmente ansiosos a se revelarem aos colegas, o que pode aumentar a impressão de socialização e reduzir os sintomas depressivos.

A literatura especializada carece de mais estudos e pesquisas sobre as possíveis contribuições positivas das redes sociais e seu uso por adolescentes, pois podem desempenhar também um papel de apoio social, benéfico para a saúde mental. O uso regrado e cuidadoso das redes sociais pode ser fator decisivo no resultado de seu uso.

## REFERÊNCIAS

AMORIM, S.; LEITE, Â.; SOUTO, T. Sintomatologia depressiva e ansiosa em utilizadores portugueses do Facebook. **Arq. bras. psicol.**, Rio de Janeiro, v. 69, n. 1, p. 166-183, 2017.

BARBOSA, A. F. Pesquisa sobre o uso da Internet por crianças e adolescentes no Brasil: **TIC Kids online Brasil 2015**. São Paulo, SP: Comitê Gestor da Internet no Brasil, 2015.

BELSEY, B. What is cyberbullying? - Web page **Bullying.org Canada Incorporated**, 2004.

BRASIL. Lei 8.069, de 13 de Julho de 1990. Estatuto da Criança e do Adolescente. Brasília: Ministério da Justiça, 1990.

BORDIGNON, C.; BONAMIGO, I. S. Os jovens e as redes sociais virtuais. **Pesqui. prá. psicossociais**, São João del-Rei, v. 12, n. 2, p. 310-326, ago. 2017.

CASSORLA, R. M. S., SMEKE, E. L. M. Comportamento suicida no adolescente: aspectos psicossociais. **In D. L. Levisky (Org.)**, Adolescência e violência: consequências da realidade. Porto Alegre: Artmed, 2016.

CENSO DEMOGRÁFICO 2010. Características da população e dos domicílios: resultados do universo. Rio de Janeiro: **IBGE**, 2011.

COMITÊ GESTOR DA INTERNET NO BRASIL: CGI.Br. **TIC Kids online Brasil**. 2014: pesquisa sobre o uso da internet por crianças e adolescentes no Brasil. São Paulo: CGI.Br; 2015.

COPETTI, A. V. Sá; QUIROGA, C. V. A influência da mídia nos transtornos alimentares e na autoimagem em adolescentes. **Rev. Psicol. IMED**, Passo Fundo, v. 10, n. 2, p. 161-177, dez. 2017.

DIAS, V. C. et al. Adolescentes na Rede: Riscos ou Ritos de Passagem?. **Psicol. cienc. prof.**, Brasília, v. 39, e179048, 2019.

ENRIQUE, J et. al. Características del cyberbullying en los estudiantes de la unidad educativa César Dávila Andrade. Cuenca. Ecuador. 2013. **Rev. Fac. Cienc. Méd. Univ. Cuenca** ; v.33, n.3, p. 41-49, 2015.

FERREIRA, R., REIS, K. Evidências entre mídia e suicídio: efeito contágio das produções jornalísticas e ficcionais. **Rev Eletrônica de Comunicação, Informação e Inovação em Saúde**, v.14, n.3, 2020.

FERNANDES, B.; MAIA, B.; PONTES, H. M. Adição à internet ou uso problemático da internet? Qual dos termos usar? **Psicol. USP**, São Paulo, v. 30, e190020, 2019.

GALVÃO, C.M., SAWADA, N.O, TREVIZAN, M. A. Revisão sistemática: recurso que proporciona a incorporação das evidências na prática da enfermagem. **Rev Latino-Am Enfermagem**; v.12, n.3, p. 549-56, 2004.

GIL, A.C. Como elaborar projetos de pesquisa. 5. ed. São Paulo: Ed. Atlas, 2010.

LEVINZON, Gina Khafif. Thirteen reasons why: suicídio em adolescentes. **J. psicanal.**, São Paulo, v. 51, n. 95, p. 297-306, dez. 2018.

LI, J. B. et. al. Insomnia partially mediated the association between problematic Internet use and depression among secondary school students in China. **Journal of behavioral addictions**, v. 6, n. 4, p. 554–563.

LIRA, A. G. et al. Uso de redes sociais, influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras. **J. bras. psiquiatr.**, Rio de Janeiro, v. 66, n. 3, p. 164-171, Set. 2017.

LUCENA, et. al. Prevalência de tempo de tela excessivo e fatores associados em adolescentes. *Revista de Pediatria*, n. 23, n. 4, 2015.

PACHECO AMIGO, M.; LOZANO GUTIERREZ, J. L.; GONZALEZ RIOS, N. Diagnóstico de utilización de Redes sociales: factor de riesgo para el adolescente. **RIDE. Rev. Iberoam. Investig. Desarro. Educ**, Guadalajara, v. 8, n. 16, p. 53-72, jun. 2018.

SOUZA, K., CUNHA, M. X. C. C. Impacto do uso das redes sociais virtuais na saúde mental dos adolescentes: uma revisão sistematizada. **Educação, Psicologia e Interfaces**, Volume 3, Número 3, p. 204-217, Setembro/Dezembro, 2019.

SILVA, T. de O.; SILVA, L. T. G. Os impactos sociais, cognitivos e afetivos sobre a geração de adolescentes conectados às tecnologias digitais. **Rev. psicopedag.**, São Paulo, v. 34, n. 103, p. 87-97, 2017.

SILVEIRA, G. C. F. da. Práticas Digitais, Lazer e Adolescência: Uma Etnografia. **LICERE - Revista do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer**, v. 21, n. 4, p. 218–258, 2018.

YAN, H., et. al. Associations among Screen Time and Unhealthy Behaviors, Academic Performance, and Well-Being in Chinese Adolescents. **International journal of environmental research and public health**, v.14, n.6, 2017.

YOUNES F, et al. Addiction and Relationships with Insomnia, Anxiety, Depression, Stress and Self-Esteem in University Students: A Cross-Sectional Designed Study. **PLoS ONE**. p.1-13, 2016.

UZUNIAN, L. G., VITALLE, M. S. S. Habilidades sociais: fator de proteção contra transtornos alimentares em adolescentes. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 20, n.11, p. 3495-3508, 2016.

## AGRADECIMENTOS

A Deus por Ser doador da minha vida e por ter me proporcionado superar os obstáculos, no decorrer da nossa trajetória, no intuito de alcançar todos os meus objetivos. E pela proteção diária no decorrer do meu percurso, livrando-me dos perigos e me conduzindo em retorno ao lar, com segurança e em paz ao lado da minha família.

Aos meus idolatrados pais, Gutemberg e Ângela que sempre me apoiaram e acreditaram no meu potencial e sem vocês a minha vida não teria sentido, por serem meu exemplo de amor infinito muito obrigada, amo vocês.

Agradeço aos meus irmãos, Lindemberg, Lymax e Gutemberg Filho pelos anos de companheirismo e de apoio nos momentos mais difíceis que passei, muito obrigada.

A minha tia-mãe Jaqueline Silva, que sempre está ao meu lado dispendo de todo o seu carinho e sabedoria para me encorajar durante a minha, mais longa e completa formação, a da Escola de Vida.

A todos os meus colegas de curso, pelos os momentos bons que vivemos juntos durante este curso e por cada lição de vida que aprendi com vocês, sempre estarão em minha lembrança.

A toda equipe da Universidade, pelos conhecimentos passados que contribuíram para me torna um profissional digno de suas competências.

Aos demais familiares que de alguma forma me ajudaram a vencer mais esta etapa em minha vida.