



UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA - UEPB

CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE - CCBS

DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA

MARCELO RAFAEL ALVES DE OLIVEIRA

A INTERNET E SEUS IMPACTOS SOBRE A SAÚDE MENTAL:

UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

Campina Grande - PB

2021

MARCELO RAFAEL ALVES DE OLIVEIRA

**A INTERNET E SEUS IMPACTOS SOBRE A SAÚDE MENTAL:
UMA REVISÃO SISTEMÁTICA**

Trabalho de Conclusão de Curso de graduação apresentado ao Centro de Ciências Biológicas e da Saúde da Universidade Estadual da Paraíba como requisito parcial para a obtenção do título de Bacharel em Psicologia.

Orientador: Prof. Ms. Luann Glauber Rocha Medeiros.

Campina Grande - PB

2021

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.

O48i Oliveira, Marcelo Rafael Alves de.
A internet e seus impactos sobre a saúde mental
[manuscrito] : uma revisão sistemática / Marcelo Rafael Alves
de Oliveira. - 2021.
22 p.

Digitado.
Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em
Psicologia) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de
Ciências Biológicas e da Saúde, 2021.
"Orientação : Prof. Me. Luann Glauber Rocha Medeiros ,
Coordenação do Curso de Psicologia - CCBS."

1. Internet. 2. Saúde mental. 3. Psicologia. I. Título
21. ed. CDD 362.2

MARCELO RAFAEL ALVES DE OLIVEIRA

**A INTERNET E SEUS IMPACTOS SOBRE A SAÚDE MENTAL:
UMA REVISÃO SISTEMÁTICA**

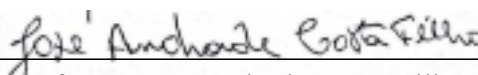
Trabalho de conclusão de curso de graduação apresentado ao Centro de Ciências Biológicas e da Saúde da Universidade Estadual da Paraíba como requisito parcial para a obtenção do título de Bacharel em Psicologia.

Campina Grande, 08 de Outubro de 2021.

BANCA EXAMINADORA



Prof^o. Ms. Luann Glauber Rocha Medeiros
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)



Prof^o. Dr. José Andrade Costa Filho
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)



Prof^o. Esp. Thiago Silva Fernandes
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

RESUMO

Este estudo trata de uma revisão sistemática de literatura acerca da relação entre Internet e Saúde Mental. O objetivo foi encontrar e analisar artigos abordando a relação entre estes temas. Assim foram definidos descritores e realizada uma busca nas bases de dados virtuais Google Acadêmico e SciELO, de publicações entre 2011 a 2021, referentes à temática. Foram encontrados 15 artigos, os quais, submetidos à avaliação dos critérios de exclusão, foram diminuídos a 05 estudos. Observou-se que além do número reduzido de publicações sobre o tema a maior parte concentra-se no ano de 2021. Ainda quanto ao número exíguo de publicações, pode-se avaliar também como isso implica em termos de subsídios para intervenções teórico-clínicas dos profissionais e estudantes de psicologia e demais áreas da saúde.

Palavras chave: Internet, Saúde Mental, Revisão Sistemática, Psicologia.

ABSTRACT

This study is a systematic literature review on the relationship between the Internet and Mental Health. The objective was to find and analyze articles addressing the relationship between these themes. Thus, descriptors were defined and a search was carried out in the virtual databases Google Academic and SciELO, of publications between 2011 and 2021, related to the theme. Fifteen articles were found, which, submitted to the evaluation of the exclusion criteria, were reduced to 05 studies. It was observed that, in addition to the reduced number of publications on the subject, most are concentrated in the year 2021. Also regarding the small number of publications, it is also possible to assess how this implies in terms of subsidies for theoretical-clinical interventions of the professionals and students of psychology and other areas of health.

Keywords: Internet; Mental Health; Systematic Review; Psychology.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	06
2. REFLEXÕES TEÓRICAS	07
2.1 A Rede Mundial de Computadores (Internet)	07
2.2 Saúde Mental	08
3. METODOLOGIA	11
4. RESULTADOS	12
4.1 Apresentação e análise dos dados	12
4.2 Síntese sobre os artigos	12
4.3 Definição dos artigos quanto	14
4.3.1 Tipo de publicação	14
4.3.2 Área de publicação	15
4.3.3 Ano de publicação	15
4.3.4 Temática dos objetivos principais	16
4.3.5 Instrumentos de coleta de dados	17
4.3.6 Principais resultados dos estudos	18
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS	20
REFERÊNCIAS	21

6. INTRODUÇÃO

Com o aumento do consumo diário e a expansão de usuários na Internet, números que crescem diariamente, o olhar sobre o tema se mostra necessário já que, além de impacto social e individual, é um dos temas que pode surgir como demanda na prática do profissional de saúde mental.

Este estudo possui o objetivo de realizar uma revisão sistemática dos artigos que analisaram a relação entre consumo de Internet e suas consequências e/ou correlações com a Saúde Mental nos últimos anos (janeiro de 2011 a agosto de 2021). Para pesquisa dos materiais, utilizou-se os descritores internet e saúde mental nas plataformas Google Scholar (Google Acadêmico) e Scientific Electronic Library Online - SciELO (Biblioteca Eletrônica Científica Online).

A partir desta coleta e análise de dados, é possível entender como o tema vem sendo tratado nos últimos dez anos, qual o número de publicações, a prevalência dos anos referente às publicações, os tipos de estudos que estão sendo desenvolvidos, o temas específicos dentro da relação entre saúde mental e uso de internet, dentre outras questões.

A partir disso, contribuir para produção de estudos teóricos e/ou metodológicos e traçar novos percursos na área da psicologia e saúde mental como um todo, mostrando quais temas são de importância para quem lida com questões relacionadas ao uso de internet e suas consequências para a saúde mental.

2. REFLEXÕES TEÓRICAS

2.1 A Rede Mundial de Computadores (Internet)

A rede mundial de computadores tem desempenhado um papel cada vez mais importante na vida de todos, gerando conseqüentemente implicações e impactos na cultura, na sociedade e nos indivíduos que a compõem. Enquanto também passa por suas próprias evoluções tanto tecnológicas quanto de acessibilidade - no Brasil e no mundo (Carvalho, 2006).

Como apontado por Abreu (2009, p. 1) “os primórdios da Internet remetem à reação do governo norte-americano ao Projeto Sputnik da antiga União das Repúblicas Socialistas Soviéticas (URSS), capitaneadas pela Rússia, durante a guerra fria, em 1957”. Segundo Carvalho (2006) o Departamento de Defesa dos Estados Unidos em conjunto com pesquisadores do *Massachusetts Institute of Technology* - MIT desenvolveram o Laboratório Lincoln, onde por meio do projeto *Semi-Automatic Ground Environment* (SAGE):

O sistema processava informações oriundas de milhares de radares, calculava rotas aéreas e comparava com dados armazenados para viabilizar tomada de decisões que, de forma rápida e confiável, viabilizassem a defesa contra aviões bombardeiros carregados de artefatos nucleares altamente destrutivos. Seu primeiro computador foi instalado em 1957 e o último em 1961, todos interligados entre si através de linhas telefônicas (CARVALHO, 2006, p. 7).

Com o sucesso do projeto, ainda restrito ao uso militar e interligado por uso de linhas telefônicas, o Departamento de Defesa do Estados Unidos começou a procurar um método onde suas linhas de comunicação pudessem, como ressaltou Turner e Muñoz (2002, p. 27), “ser estruturadas de forma que permanecessem intactas ou pudessem ser recuperadas em caso de um ataque nuclear” (apud Abreu, 2009, p. 2).

Então, financiada pelo governo americano e desenvolvida por meio de pesquisas pela Administração dos Projetos de Pesquisa Avançada (ARPA), surgiu a ARPANET. Que implementou dentre várias modificações na tecnologia a técnica de transmissão de dados por comutação de pacotes (*packet switching*), assim, as redes que começaram a surgir, com base nesse método, dividem as informações em pequenas parte (ou “pacotes”) que são enviadas de forma mais célere, porém mantendo suas características de origem, como aponta Carvalho, 2006, p. 11:

Cada pacote carrega o endereço de origem e o de destino, sendo que os pacotes viajam pela rede como unidades independentes de informação, podendo tomar rotas diferentes até o computador de destino, onde são reordenados e checados e a informação é então reconstituída. A comutação de pacotes permite que diversos usuários compartilhem um mesmo canal de comunicação.

Com a criação da *National Aeronautics and Space Administration* (NASA), a ARPA quase foi desfeita. Sua sobrevivência se deu ao vínculo estrito com algumas universidades que desenvolviam pesquisas alinhadas com os objetivos militares. De acordo com Carvalho (2006, p. 28) “havia mais de 120 departamentos de ciência da computação nas universidades nos Estados Unidos e apenas cerca de 10% destes possuíam acesso à ARPANET”.

O grupo conseguiu apoio do governo e fundou a *Computer Science Research Network* (CSNET), que reunia diversos pesquisadores da ciência da computação. Depois de algumas negociações, a CSNET e ARPANET interligam-se formando assim uma grande comunidade científica (Carvalho, p.28).

No começo da década de 80, é desenvolvida na *City University of New York (CUNY) a Because It's Time Network* (BITNET), uma rede sem restrição de acesso que funcionava de maneira simples e custava pouco. Por esse motivo, tornou-se uma das maiores do mundo (Carvalho, 2006, p. 30).

Desenvolvida como instrumento militar e posteriormente aperfeiçoada por comunidades acadêmicas, a internet tornou-se um dos principais meios de comunicação da atualidade - processo de popularização que cresce gradualmente desde os anos 90' (Morgado, 2003).

No Brasil, a internet surge nos anos 80 voltada para divulgação de ensino e pesquisa, mas rapidamente é incorporada na sociedade civil. Segundo o IBGE, em 2018, o número de domicílios particulares permanentes do Brasil que tinham acesso a Internet era de 79,1% (SZWARCOWALD et. al, 2021).

2.2 Saúde Mental

O conceito de saúde mental tem passado por diversas definições e ressignificações ao longo do tempo. Discussões essas que perpassam desde a definição psiquiátrica, onde a saúde mental é definida como a condição oposta à loucura e onde a presença de um transtorno mental é associado a uma má qualidade de vida, até definições mais abrangentes e

multidisciplinares de saúde mental, onde as respostas a situações de estresse cotidiano, de relações pessoais e comunitárias, etc, levam em conta aspectos biológicos, sociais, econômicos e até políticos (Gaino et al., 2018).

No ano de 1946, a Organização Mundial da Saúde (OMS), define: “A saúde é um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não consiste apenas na ausência de doença ou de enfermidade”. Gaino et al., (2018) mostra que, apesar das críticas sofridas nos últimos 70 anos em relação a essa definição, por ter “um significado irreal, em que as limitações humanas e ambientais fariam a condição de “completo bem-estar” impossível de ser atingida”(p. 110), ela é a que melhor foge de uma concepção reducionista de saúde.

Esta concepção mais abrangente de saúde mental contribui para discussões relacionadas à influência de novas formas de interação social, novos meios de comunicação e seus respectivos impactos, sejam eles positivos ou negativos, como no estudo “Padrão de uso de internet por adolescentes e sua relação com sintomas depressivos e de ansiedade”, feito por DELLA MÉA, BIFFE e FERREIRA (2016), que buscava “investigar qual o padrão de comportamento referente ao uso da internet e sua relação com sintomas depressivos e de ansiedade em adolescentes” (p. 249), e que teve como público alvo 150 estudantes do ensino médio, entre 12 e 18 anos de idade, identificou que, apesar dos sintomas relacionados à depressão e ansiedade nos jovens não atingirem o que seria necessário para classificá-los como quadros clínicos, ficou evidente que 61,33% deles apresentaram risco de desenvolver dependência ao consumo de Internet.

De acordo com o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-V), os transtornos de ansiedade são caracterizados por medos e perturbações excessivas. Diferente do medo, que corresponde a uma resposta emocional a um objeto real, a ansiedade caracteriza-se por uma antecipação de uma ameaça futura. Os transtornos de ansiedade, por serem persistentes e excessivos, também se diferenciam da ansiedade adaptativa, que está presente em todos os indivíduos; e dos casos de ansiedade provisória, causados por algo circunstancial, como estresse ou a utilização de substâncias que desencadeiam alterações fisiológicas. Mas que têm duração de curto prazo (American Psychiatric Association, 2014).

Em um estudo feito com um grupo de 1.621 jovens, os autores perceberam que 20,9% dos indivíduos tinham algum transtorno de ansiedade, além disso os autores apontaram que esse grupo apresentava risco de suicídio em 8,6% dos participantes. Entendo que a

presença de algum transtorno de ansiedade esteve significativamente associada ao risco de suicídio, aponta para a importância dos cuidados em relação a estes transtornos como forma de prevenção do suicídio (Rodrigues, 2012).

Já os transtornos depressivos são caracterizados por alterações cognitivas que afetam significativamente o funcionamento do indivíduo. É possível identificar a presença de humor triste, vazio e/ou irritável, variando suas sintomatologia, tempo de acometimento e etiologia de acordo com cada tipo de depressão. É importante salientar que os diagnósticos devem levar em conta o tempo do episódio, os episódios circunstanciais - que podem ser provenientes de abuso de substâncias, processos de luto, etc -, a intensidade dos sintomas, dentre outras especificidades (American Psychiatric Association, 2014).

Tonioni et al. (2012) com a ajuda de pesquisadores que estudam adicções, formulou um questionário para tentar entender quais as consequências do consumo excessivo de Internet nos indivíduos. O estudo contou com 21 pacientes que procuraram ajuda para lidar com o tempo excessivo que destinavam ao consumo de internet. A pesquisa constatou que pacientes que destinam um maior número de horas diário ao acesso de Internet e demonstram pouco interesse de comunicação com pessoas reais estavam mais suscetíveis a apresentar casos clínicos de ansiedade e depressão.

Entendendo que a Internet proporciona parte das interações sociais contemporâneas, onde diariamente são discutidos temas como saúde, segurança, educação e discussões políticas como um todo - além de uma gama de conteúdos de informação e entretenimento, e que essas relações são partes constituintes da estrutura biopsicossocial do indivíduo, há uma necessidade de entender como os usuários estão sendo impactados com aumento do número de informações recebidos todos os dias, além do aumento do número de tempo destinado ao consumo de Internet.

3. METODOLOGIA

Inicialmente foi feita uma análise para definir quais plataformas de dados nacionais e/ou internacionais seriam utilizadas para pesquisa, bases essas que fossem consistentes e apresentassem atualizações no campo de produção da psicologia, sendo escolhidas para pesquisa dos artigos o Google Scholar (Google Acadêmico) e a Scientific Electronic Library Online - SciELO (Biblioteca Eletrônica Científica Online).

A consulta às bases de dados deu-se entre julho de 2021 e setembro de 2021. Para a busca dos artigos, em ambas as plataformas, foram utilizados os descritores “Internet” e “Saúde Mental”, onde os resultados passaram por uma triagem - sendo considerado apenas artigos publicados entre os anos de 2011 e 2021.

Diante dos resultados obtidos pela pesquisa foi realizada a leitura do título, dos resumos e, quando necessário, dos textos completos. Os materiais que estavam repetidos nas plataformas de busca, que não tinham relação com o tema da revisão ou que não apresentavam a totalidade do trabalho, foram descartados da busca.

Foram priorizados trabalhos publicados em periódicos nacionais ou não, desde que se refiram ao contexto brasileiro. Trabalhos publicados em periódicos são analisados por uma equipe neutra, com caráter avaliativo mediante sigilo de autoria o que garante, a priori, sua plausibilidade de impacto acadêmico.

4. RESULTADOS

4.1 Apresentação e análise dos dados:

Foram encontrados 15 artigos, 11 na plataforma do Google Scholar e 4 na plataforma SciElo, foram descartados 6 artigos por se tratarem de trabalho de conclusão de curso (2) ou tese de mestrado (3) ou doutorado (1), 3 por se repetirem entre as bases de pesquisa e 1 pelo conteúdo, restando 5 artigos.

Um exemplo de material excluído por repetição entre as bases de pesquisa é o artigo intitulado **Saúde mental e uso de internet por estudantes universitários: estratégias de enfrentamento no contexto da COVID-19** (MOTA et al., 2021). Um exemplo de material descartado pela ausência do conteúdo é o documento intitulado **Os efeitos da adição à Internet, videogames e redes sociais online na saúde mental do adolescente** (Pontes, 2016).

Descritores	Plataforma	Quantidade de artigos encontrados	Quantidade de artigos após filtragem
Internet Saúde Mental	Google Acadêmico	11	4
Internet Saúde Mental	SciELO	4	1

Tabela 1.

4.2 Síntese sobre os artigos:

No artigo **Covid-19 e saúde mental dos adolescentes: vulnerabilidades associadas ao uso de Internet e mídias sociais (2021)**, o autor discorre sobre as possíveis consequências do aumento do uso da Internet no período de isolamento social proveniente da pandemia do Covid-19. Dentre os temas abordados estão presentes o aumento de estresse, de distúrbios do sono, o modo como as trocas de mensagens de chat atuam no nosso sistema de recompensas, as disfunções das interações pessoais, o aumento da insatisfação corporal, o mau gerenciamento de tempo, dentre outras questões.

O estudo também sinaliza sobre a importância de possíveis intervenções a partir do saber psicológico, já que alguns dos comportamentos como o uso exacerbado e sem critério são constantes e causam os referidos problemas para a saúde mental.

O autor também propõe um olhar dos responsáveis sobre o tema, ressaltando a importância do diálogo entre pais e filhos, principalmente em temas como: incentivo de atividades físicas, pactuar a quantidade do uso diário de internet, a delimitação dos conteúdos que podem ser acessados, dentre outros.

No artigo **O uso abusivo de Internet e Jogos Eletrônicos: reflexões para saúde mental (2018)**, é feita uma pesquisa bibliográfica e qualitativa, onde as autoras discorrem sobre o aumento do uso de Internet e seus possíveis impactos psicossociais. A pesquisa mostra por exemplo que problemas relacionados a relações interpessoais - como a substituição de vínculos online em detrimento de vínculos pessoais - podem acarretar em declínio da vida social.

Devido ao crescente número de casos envolvendo pacientes dependentes do uso de Internet, o estudo sugere a necessidade de uma formação específica para os profissionais de saúde mental. Onde o profissional possa desenvolver ações de caráter individual e coletiva que contribuam para o tratamento dessas novas demandas.

No estudo **Que mães/futuras mães utilizam a Internet para questões relacionadas com Saúde Mental? (2016)**, a maioria das mulheres relatou recorrer a Internet para se informar sobre saúde/doença e, mais precisamente, sobre bem-estar emocional, mas poucas disseram já ter interagido com profissionais da área.

O estudo também mostrou que as mulheres com histórico de transtornos mentais - ou que apresentam atualmente algum tipo de transtorno - apresentaram maior probabilidade de fazer tais pesquisas.

Os pesquisadores utilizaram para obtenção dos dados um questionário sociodemográfico, um questionário sobre frequência do uso de Internet, a Escala de Depressão Pós-Parto de Edinburgh e a Escala de Literacia em eHealth.

No estudo **Saúde mental e uso de internet por estudantes universitários: estratégias de enfrentamento no contexto da COVID-19 (2021)**, que buscou estimar a prevalência de Transtornos Mentais Comuns em estudantes universitários, analisando a correlação com o uso de internet e com a utilização de estratégias de enfrentamento ante ao isolamento social na pandemia de COVID-19 (p. 2), foi possível concluir que os estudantes que relataram uso excessivo de Internet também estavam entre o grupo mais acometido por TMC. Além disso, eles também apresentaram declínio no processo de aprendizagem, problemas relacionados ao sono, perda na qualidade das relações pessoais, etc.

Para obtenção dos dados, os pesquisadores utilizaram um questionário sociodemográfico, o Self Report Questionnaire-20 (Que destina-se ao rastreamento de Transtornos Mentais Comuns - TMC), a Escala de Uso Problemático de Internet, o Inventário de Estratégias de Enfrentamento e o Composite International Diagnostic Interview - CIDI (Instrumento criado pela Organização de Mundial de Saúde).

No estudo **Saúde Mental e Crenças sobre Covid-19 em Idosas e Idosos Usuários da Internet (2021)**, que buscou analisar diferenças entre sexo em relação ao isolamento domiciliar e as possíveis consequências do uso de Internet durante a pandemia, mostrou que apesar das mulheres serem mais afetadas com o isolamento social, inclusive em relação a transtornos mentais, são as que estão mais dispostas em manter o isolamento por acreditarem que estão contribuindo para reduzir a quantidade de contágio do vírus.

O estudo também sugere que por ser o público mais afetado mentalmente - em relação aos homens da mesma idade - as mulheres deveriam ter mais assistência dos profissionais de saúde mental e das autoridades, como forma de mitigar os efeitos do isolamento e de suas possíveis consequências.

Os pesquisadores utilizaram para obtenção dos dados um questionário sociodemográfico, um questionário sobre isolamento domiciliar, um questionário sobre Crenças sobre o coronavírus e isolamento domiciliar (com base no Modelo de Crenças de Saúde - HBM), um questionário com versão de dois itens do Questionário de Saúde do Paciente (PHQ-2), a Escala Brasileira de Solidão UCLA-BR (versão reduzida), a Escala de Resiliência Breve - BRS (Versão adaptada para usar no Brasil) e um questionário de Suporte social percebido (Perguntas retiradas do Original Research Protocol of the Fibra Study).

4.3 Definição dos artigos quanto:

4.3.1 Tipo de publicação:

As publicações selecionadas ficaram restritas a artigos científicos (5). Desse total, dois eram materiais teóricos e 3 eram empíricos, tratando-se de pesquisa de campo. Os estudos empíricos contribuem na medida em que levantam dados sobre a real influência do consumo de internet na saúde mental dos indivíduos. As publicações teóricas contribuem para o amadurecimento em relação às discussões sobre a influência do consumo de internet e suas

relações e consequências na saúde mental, além de ajudar na elaboração tanto metodológica quanto referencial para novas pesquisas sobre o tema.

4.3.2 Área de Publicação

De acordo com artigos encontrados nas bases de dados do Google Scholar e do SciELO, a psicologia é a única área com publicações sobre os temas que envolvem os descritores Internet e Saúde Mental entre os anos de 2011 e 2021. Mesmo antes dos critérios de exclusão, todas as publicações foram feitas por estudantes ou profissionais da psicologia.

A distribuição dos artigos em termos de autoria foi predominantemente feminino. Dos 14 autores que estiveram envolvidos nas 5 publicações, 11 eram do sexo feminino e 3, do sexo masculino, fazendo das mulheres as principais interessadas na relação entre consumo de internet e saúde mental. O fato de mais mulheres publicarem sobre o tema pode estar relacionado a maior quantidade de profissionais do sexo feminino na psicologia. Em um estudo que buscava atualizar as informações sobre a situação do psicólogo no Rio Grande do Norte, Yamamoto et. al. (2003) evidenciou que 90% dos profissionais da área são do sexo feminino. O estudo também faz levantamentos de anos e pesquisas anteriores, que demonstram estabilidade na predominância do sexo feminino ao longo dos anos.

4.3.3 Ano de Publicação

A distribuição dos artigos envolvendo os descritores Internet e Saúde Mental nas referidas bases de pesquisa indicam que, entre os anos de 2011 e 2015, não houve publicação envolvendo o tema. A partir do ano de 2016, apesar da ausência em alguns anos - como 2017, 2019 e 2020, o tema começou a ser melhor explorado, tendo seu ápice de publicações no ano de 2021. As publicações aconteceram em: 2016, com 1 artigo; 2018, com 1 artigo e em 2021, com 3 artigos.

Ano	Número de Artigos
2011	-
2012	-
2013	-
2014	-
2015	-
2016	1
2017	-
2018	1
2019	-
2020	-
2021	3

Tabela 2.

4.3.4 Temática dos objetivos principais:

Algumas das temáticas abordadas nos estudos foram: a utilização da internet para obtenção de informações sobre saúde mental; a relação entre intensidade do consumo de internet e a possível relação com Transtornos Mentais Comuns; a crença sobre o material obtido na Internet sobre a pandemia de Covid-19 e como isso influenciou o posicionamento de pessoas idosas em relação ao isolamento social; além de questões discutindo a importância da internet para formação da subjetividade dos indivíduos e a quantidade de tempo que eles estão destinando para o consumo diário de Internet.

É interessante ressaltar que o maior número de estudos relacionados ao tema foi pesquisado e publicado entre os anos de 2020 e 2021, período este onde a população estava com maior necessidade de interações virtuais devido isolamento social proveniente da pandemia da Covid-19. A expansão da internet na vida dos indivíduos vem crescendo exponencialmente desde o final dos 90' até os dias de hoje, conseqüentemente, influenciando não só o indivíduo mas a sociedade como um todo, talvez seja preciso se perguntar e até propor a discussão: por que só houve uma maior preocupação com o tema nos dias atuais?.

Anteriormente também estávamos imersos nesta nova forma de obtenção de informações e de contato social, mas só agora há uma maior preocupação com suas implicações.

4.3.5 Instrumentos de Coleta de Dados

Dentre os estudos que utilizaram instrumentos para coleta de dados, estão presente:

- 1) **Que mães/futuras mães utilizam a Internet para questões relacionadas com Saúde Mental? (2016)**, onde os pesquisadores utilizaram para obtenção dos dados um questionário sociodemográfico e clínico, onde os participantes respondiam além de questões sociais, questões sobre a prevalência ou ausência de psicopatologias no histórico dos participantes; um questionário sobre frequência do uso de Internet, para saber quantas vezes as mães utilizavam a internet para se informar sobre saúde mental; a Escala de Depressão Pós-Parto de Edinburgh, utilizada para o rastreamento e detecção da depressão pós-parto e a Escala de Literacia em eHealth, que investiga avaliação da alfabetização sobre saúde em mídias digitais.
- 2) A pesquisa sobre **Saúde mental e uso de internet por estudantes universitários: estratégias de enfrentamento no contexto da COVID-19 (2021)**, utilizou um questionário sociodemográfico; o Self Report Questionnaire-20, que destina-se ao rastreamento de ansiedade e somatização - conhecidos como Transtornos Mentais Comuns - TMC; a Escala de Uso Problemático de Internet, que avalia o uso de Internet nos últimos 30 dias; o Inventário de Estratégias de Enfrentamento, que avalia pensamentos e ações que os indivíduos utilizam para lidar com questões internas ou eventos estressantes e o Composite International Diagnostic Interview - CIDI (Instrumento criado pela Organização de Mundial de Saúde), que investiga a necessidade dos indivíduos de procurarem ajuda para lidar com emoções nos últimos 30 dias.
- 3) Na pesquisa sobre **Saúde Mental e Crenças sobre Covid-19 em Idosas e Idosos Usuários da Internet (2021)**, foi utilizado um questionário sociodemográfico; um questionário sobre isolamento domiciliar, onde os participantes respondiam sobre quantas vezes deixou o lar no período de isolamento; um questionário sobre Crenças sobre o coronavírus e isolamento domiciliar (com base no Modelo de Crenças de

Saúde - HBM), com questões como a percepção sobre a periculosidade da doença e a gravidade das consequências caso seja contaminado; um questionário com versão de dois itens do Questionário de Saúde do Paciente (PHQ-2), para avaliar se o paciente havia apresentado humor depressivo ou dificuldade para sentir prazer nas últimas duas semanas; a Escala Brasileira de Solidão UCLA-BR (versão reduzida), para avaliar a prevalência dos sentimentos de solidão apresentados pelos idosos no período de isolamento; a Escala de Resiliência Breve - BRS (Versão adaptada para usar no Brasil), que avalia a capacidade lidar com eventos estressantes e um questionário de Suporte social percebido (Perguntas retiradas do Original Research Protocol of the Fibra Study, para avaliar se os idosos tiveram algum tipo de suporte durante o período de isolamento.

4.3.6 Principais resultados dos estudos

O estudo mostrou que há baixa incidência de literatura sendo publicada sobre o tema no Brasil. Com o aumento do acesso e consumo de internet nos últimos anos, é um tema que precisa ser melhor explorado. A possibilidade de ampliar a busca em outros idiomas pode fornecer mais informações que contribuam para o tema, ajudando no processo de desenvolvimento de novas pesquisas e discussões sobre o tema no meio acadêmico.

Os resultados encontrados também apontaram que os estudos estão pautados em métodos quantitativos e/ou qualitativos, fazem uso de diferentes instrumentos de coleta de dados como: questionários sociodemográficos, questionários sobre as crenças em relação ao convívio social, questionários sobre a utilização da Internet, escalas medindo a quantidade de uso de Internet dos participantes, escalas medindo a confiabilidade do material utilizado para informar-se sobre saúde mental na internet, dentre outros.

Nos estudos empíricos, em termos de intervenção, Ferreira (2021) sugeriu um olhar mais próximo em relação à população idosa feminina que, como demonstrado no estudo, foram as mais afetadas pelo isolamento social proveniente da Covid-19 em relação aos homens da mesma faixa etária. Elas apresentaram uma maior preocupação com a doença e suas possíveis consequências, mesmo sendo as mais prejudicadas ao aderirem ao isolamento social.

Os materiais de cunho qualitativos-teórico estão voltados para discussão sobre a influência do consumo de internet na saúde mental, indicando o aumento do número de distúrbios do sono, da percepção sobre a própria imagem, da substituição das relações interpessoais para as relações virtuais, do mau gerenciamento do tempo - no que tange a frequência de exposição diária a telas, etc.

Em termos de intervenção, Dos Santos (2021) mostra a necessidade da inclusão parental para reorganização e reavaliação do modo e da frequência em que os filhos e adolescentes em geral estão utilizando a internet.

O material publicado ficou restrito a descrições e observações das relações e consequências do consumo de internet e saúde mental, além de análises teóricas sobre o tema. Há uma ausência de propostas de intervenção para prática clínica que possa contribuir tanto para formação quanto para atuação do psicólogo.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados revelaram que as pesquisas brasileiras que utilizam Internet e Saúde Mental como descritores têm características descritivas e empíricas, apontando para uma carência em estudos com foco na intervenção e na discussão de ações de promoção da saúde mental.

Como citado anteriormente, há uma baixa quantidade de publicações sobre os temas que envolvem saúde mental e internet nos últimos dez anos. Apesar de nos últimos cinco anos o número de publicações terem aumentado, ainda é um baixo contingente comparado com pesquisas relacionadas a outros temas.

Dentre as pesquisas, 2 das 5 foram voltadas para o período de pandemia da Covid-19, onde o uso de internet se tornou uma necessidade global. A ausência de um maior número de publicações no período anterior pode indicar que a importância da internet e suas possíveis consequências só se deu no contexto pandêmico atual.

A escassez de publicações sobre o tema podem dificultar o desenvolvimento da prática clínica, tanto em termos de conhecimento sobre o assunto quanto na possibilidade de formulação de intervenções aos que necessitam de cuidados voltados às consequências do uso disfuncional da internet.

Como indicações para futuras pesquisas, poderiam ser realizadas comparações entre as propostas e quantidade de publicações nacionais e os estudos internacionais que abordam o tema saúde mental e internet.

REFERÊNCIAS

- ABREU, Karen Cristina Kraemer. História e usos da Internet. BOCC–Biblioteca Online de Ciências da Comunicação, p. 1-9, 2009.
- ALVES, Stephanie et al. Que mães/futuras mães utilizam a internet para questões relacionadas com saúde mental?. **Psicologia, Saúde e Doenças**, v. 17, n. 1, p. 82-88, 2016.
- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION et al. **DSM-5: Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais**. Artmed Editora, 2014.
- BIENZOBÁS, Sara Malvez. Adolescência, internet e saúde mental: uma revisão de escopo. 2021.
- CARVALHO, M. S. R. M. A trajetória da Internet no Brasil: do surgimento das redes de computadores à instituição dos mecanismos de governança. Unpublished **Estudos de Ciência e Tecnologia no Brasil**, Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2006.
- CUNHA, Amanda Camila Otovicz. A pedofilia na internet no Rio Grande do Sul e a influência da saúde mental do pedófilo para aplicação da pena pelo poder judiciário. 2012.
- DA SILVA, Cristiana Maria; GOMES, Larissa Isaura. O Uso Abusivo de Internet e Jogos Eletrônicos: Reflexões para a Saúde Mental. **Revista Saúde e Educação**, v. 3, n. suplemento, p. 146-147, 2018.
- DELLA MÉA, Cristina Pilla; BIFFE, Eliane Maria; FERREIRA, Vinícius Renato Thomé. Padrão de uso de internet por adolescentes e sua relação com sintomas depressivos e de ansiedade. **Psicologia Revista**, v. 25, n. 2, p. 243-264, 2016.
- DOS SANTOS, Catiele. COVID-19 E SAÚDE MENTAL DOS ADOLESCENTES: VULNERABILIDADES ASSOCIADAS AO USO DE INTERNET E MÍDIAS SOCIAIS. **HOLOS**, v. 3, p. 1-14, 2021.
- Ferreira, Heloísa Gonçalves. Gender Differences in Mental Health and Beliefs about Covid-19 among Elderly Internet Users. *Paidéia (Ribeirão Preto)* [online]. 2021, v. 31 [Accessed 18 September 2021], e3110. Available from: <<https://doi.org/10.1590/1982-4327e3110>>. Epub 19 Mar 2021. ISSN 1982-4327. <https://doi.org/10.1590/1982-4327e3110>.
- GAINO, L. V.; SOUZA, J. de; CIRINEU, C. T.; TULIMOSKY, T. D. O conceito de saúde mental para profissionais de saúde: um estudo transversal e qualitativo. **SMAD Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas** (Edição em Português), [S. l.], v. 14, n. 2, p. 108-116, 2018. DOI: 10.11606/issn.1806-6976.smad.2018.149449. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/smad/article/view/149449>. Acesso em: 12 fev. 2021.
- LEMOS, Carolina Franco Rosa Costa de. **Uso problemático da internet e das redes sociais: relação com a regulação da satisfação das necessidades psicológicas e a saúde mental**. 2019.
- MARTINI, Thaís Cunha. Avaliação de mídias sociais como preditoras de episódios depressivos no transtorno bipolar e promotoras de saúde mental na internet. 2018.
- MORGADO, Maurício Gerbaudo. **Comportamento do consumidor online: perfil, uso da Internet e atitudes**. 2003. Tese de Doutorado.
- MOTA, Daniela Cristina Belchior et al. Saúde mental e uso de internet por estudantes universitários: estratégias de enfrentamento no contexto da COVID-19. **Ciencia & saude coletiva**, v. 26, p. 2159-2170, 2021.
- PONTES, Halley M. Os efeitos da adição à Internet, videojogos e redes sociais online na saúde mental do adolescente.

RODRIGUES, Moisés Ederson da Silva et al. Risco de suicídio em jovens com transtornos de ansiedade: estudo de base populacional. **Psico-USF**, v. 17, p. 53-62, 2012.

SZWARCWALD, Celia Landmann et al. ConVid-Pesquisa de Comportamentos pela Internet durante a pandemia de COVID-19 no Brasil: concepção e metodologia de aplicação. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 37, p. e00268320, 2021.

TAVARES, António Frederico Barata Costa Cerveira. **Impacto do uso da internet e redes sociais na saúde mental**. 2020. Tese de Doutorado.

TONIONI, Federico et al. Internet addiction: hours spent online, behaviors and psychological symptoms. *General Hospital Psychiatry*, v. 34, n. 1, p. 80-87, 2012.

VIEIRA, Vanessa Gaspar; SIMÕES, Sónia Orientadora. **Marcamos um Encontro no Mundo Virtual? Vinculação, autocompaixão e saúde mental na utilização da internet para estabelecimento de relacionamentos íntimos**. 2016. Dissertação de Mestrado. ISMT.

World Health Organization. Constituição da Organização Mundial da Saúde 1946 (online). Disponível em: www.direitoshumanos.usp.br/index.php/OMS-Organização-Mundial-da-Saúde/constituicao-da-organizacao-mundial-da-saude-omswho.html. Acesso em: 16 de fevereiro 2021.

YAMAMOTO, Oswaldo H. et al. A profissão de psicólogo no Rio Grande do Norte. *Interação em Psicologia*, Curitiba, dez. 2003. ISSN 1981-8076. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/psicologia/article/view/3220/2582>. Acesso em: 04 out. 2021. doi:<http://dx.doi.org/10.5380/psi.v7i2.3220>.