



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA
CAMPUS I - CAMPINA GRANDE
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA
CURSO DE GRADUAÇÃO EM BACHARELADO EM PSICOLOGIA**

JAMILE FERREIRA DA SILVA

DESINSTALANDO O TÉDIO: O ALGORITMO DA SAÚDE MENTAL

**CAMPINA GRANDE
2023**

JAMILE FERREIRA DA SILVA

DESINSTALANDO O TÉDIO: O ALGORITMO DA SAÚDE MENTAL

Trabalho de Conclusão de Curso (Artigo) apresentado à Coordenação do Curso de Psicologia da Universidade Estadual da Paraíba, como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel em Psicologia.

Orientador: Prof. Dr. Nelson Aleixo da Silva Junior

**CAMPINA GRANDE
2023**

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.

S586d Silva, Jamile Ferreira da.
Desinstalando o tédio [manuscrito] : o algoritmo da saúde mental / Jamile Ferreira da Silva. - 2023.
25 p. : il. colorido.

Digitado.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, 2023.

"Orientação : Prof. Dr. Nelson Aleixo da Silva Junior, Coordenação de Curso de Biologia - CCBS. "

1. Saúde mental. 2. Redes sociais. 3. Vulnerabilidade. I.

Título

21. ed. CDD 150

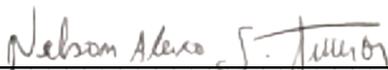
JAMILE FERREIRA DA SILVA

DESINSTALANDO O TÉDIO: O ALGORITMO DA SAÚDE MENTAL

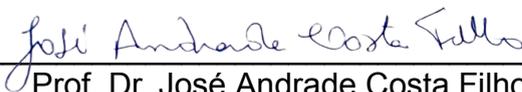
Trabalho de Conclusão de Curso (Artigo) apresentado à Coordenação do Curso de Psicologia da Universidade Estadual da Paraíba, como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel em Psicologia.

Aprovada em: 01/12/2023.

BANCA EXAMINADORA



Prof. Dr. Nelson Aleixo da Silva Junior
(Orientador)
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)



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



Prof. Me. Luann Glauber Rocha Medeiros
Servidor da Prefeitura Soledade/ PB (PMS)

“Às vezes eu ligo o rádio e danço com as crianças, simulamos uma luta de boxe. Hoje comprei marmelada para eles. Assim que dei um pedaço a cada um percebi que eles me dirigiam um olhar terno.”

Carolina de Jesus

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Gráfico 1 – Redes sociais mais acessadas.....	13
Gráfico 2 – Saúde mental afetada pelo Instagram.....	13
Gráfico 3 – Usuários do TikTok.....	14
Figura 1 – História da ARPANET.....	10
Figura 2 – TikTok e Suicídio.....	15
Figura 3 – Jornal Hoje.....	17
Figura 4 – Tabela de Resultados.....	20

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

.BR	Domínio de topo de código de país para o Brasil
CERN	Centre Européen pour la Recherche Nucléaire
CNPq	Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico
EMBRATEL	Empresa Brasileira de Telecomunicações
FAPESP	Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo
IBOPE	Instituto Brasileiro de Opinião Pública e Estatística
IMB	International Business Machines
LNCC	Laboratório Nacional de Computação Científica
NSF	National Science Foundation
NSFNET	National Science Foundation Network
Q-32	Modelo de computador da IBM
RCCN	Rede da Comunidade Científica Nacional
RNP	Rede Nacional de Pesquisa
UCLA	Universidade da Califórnia, Los Angeles
UK	Reino Unido
USA ou EUA	Estados Unidos
WWW	World Wide Web

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO.....	8
2	REFERENCIAL TEÓRICO.....	9
2.1	A história da internet.....	9
2.2	Breve história das redes sociais.....	11
2.3	O cenário atual das redes sociais no Brasil.....	12
2.4	O jovem usuário e sua interação com as redes sociais.....	17
2.5	Consequências invisíveis do algoritmo.....	18
2.6	Redes sociais e o declínio do simbólico.....	19
3	METODOLOGIA.....	20
4	CONCLUSÃO.....	21
	REFERÊNCIAS.....	22
	AGRADECIMENTOS.....	24

DESINSTALANDO O TÉDIO: O ALGORITMO DA SAÚDE MENTAL

UNINSTALLING BOREDOM: THE MENTAL HEALTH ALGORITHM

SILVA, Jamile Ferreira^{1*}

RESUMO

Este estudo objetivou discutir maneiras como a internet, por meio de plataformas digitais Instagram, Facebook e TikTok, afeta negativamente a saúde mental, trazendo a história da internet e das redes sociais e sua incidência no Brasil, além de elucidar seus impactos referentes ao mau uso. O artigo destaca o sofrimento psíquico associado à vulnerabilidade proveniente da construção do algoritmo e como isso recai sobre a afirmação de um "eu digital", evidenciando consequências negativas provenientes do uso excessivo dessas plataformas, com destaque para a constante busca por validação e presença no universo virtual. O formato da revisão bibliográfica narrativa visa delinear os impactos específicos das redes sociais virtuais em questão, com foco na saúde mental dos jovens adultos que são usuários ativos, investigando a qualidade de vida a partir do uso dessas tecnologias. Analisando esses marcadores com foco na contemporaneidade, visa-se favorecer a compreensão científica diante das complexas interações digitais no Brasil.

Palavras-Chave: saúde mental; redes sociais; vulnerabilidade.

ABSTRACT

This study aims to discuss ways such as the Internet, through digital platforms Instagram, Facebook and TikTok, negatively affects mental health, tracing the history of the Internet and social networks and its incidence in Brazil, while also elucidating its impacts regarding its use. . The article highlights the psychic suffering associated with vulnerability coming from the construction of the algorithm and how it is based on the affirmation of a "digital eu", evidencing negative consequences coming from the excessive use of these platforms, with emphasis on the constant search for validation and presence in the virtual universe. The narrative bibliographic review format aims to outline the specific impacts of virtual social networks in this quest, with a focus on the mental health of young adults who are active users, investigating the quality of life from the use of these technologies. Analyzing these markers with a focus on contemporaneity, aims to favor scientific understanding given the complex digital interactions in Brazil.

Keywords: mental health; social media; vulnerability.

^{1*} SILVA, Jamile Ferreira, estudante e pesquisadora, jamile.j4@hotmail.com.

1 INTRODUÇÃO

O presente artigo busca compreender os impactos das redes sociais para a saúde mental dos usuários, tendo como objeto de estudo dados relacionados ao Instagram, TikTok e Facebook. O foco principal recai sobre a faixa etária entre 18 e 30 anos. Nessa revisão, é questionado como a saúde mental pode ser afetada e de que maneira pode repercutir negativamente na qualidade de vida desses usuários.

O tema surge a partir da necessidade empírica de produção científica no âmbito da psicologia, com vistas à qualidade de vida dos internautas nas redes sociais mais populares da contemporaneidade. A evolução da internet ao longo das décadas é um fenômeno marcado por transformações significativas, desde sua origem restrita a fins militares durante a Guerra Fria, até a sua abrangência ao público em meados da década de 1990. No Brasil, este advento se deu em 1995, introduzindo um ambiente disruptivo onde informações podiam ser livremente compartilhadas e transmitidas pelos computadores ao redor do mundo por meio de linhas telefônicas (SANTANA, 2021).

No entanto, esse avanço tecnológico não ocorreu de maneira isolada, influenciando diretamente a forma como as pessoas interagem e consomem conteúdo, especialmente nas redes sociais. Segundo levantamento da ComScore (2023), no cenário nacional, o consumo digital é liderado pelo Instagram, plataforma de fotos e vídeos curtos da Meta. Essa predominância é evidenciada a partir do tempo significativo dedicado pelos brasileiros mensalmente à plataforma, seguida pelo YouTube e Tik Tok. O Facebook, outrora líder, mantém uma presença relevante, demandando também, muitas horas mensais de acesso pelos usuários. Entretanto, na medida em que a sociedade se adapta a esse novo modo de interação, torna-se imperativo abordar as questões relacionadas à saúde mental dos usuários das redes sociais digitais.

O conceito de saúde mental, conforme definido pela Organização Mundial de Saúde (2019), está intrinsecamente ligado ao bem-estar e à capacidade de utilizar habilidades para gerenciar positivamente a rotina e o estresse, sendo ativo na comunidade a qual faz parte. Essa perspectiva não se relaciona com a simples ausência de doenças e transtornos mentais. A saúde mental envolve a habilidade de lidar com situações cotidianas como estresse, tristeza, felicidade, e, nesse contexto, é crucial considerar os aspectos psicológicos e emocionais associados ao uso intensivo das redes sociais.

Como objetivo geral, o artigo visa estudar as múltiplas maneiras pelas quais a internet, a partir das plataformas digitais afetam negativamente a saúde mental, com foco na análise do impacto das redes sociais. Ao objetivo geral, acrescenta-se três específicos: Analisar a literatura científica existente sobre os efeitos negativos da utilização intensiva da internet na saúde mental, com ênfase nas consequências provenientes das redes sociais, investigar os mecanismos psicológicos e sociais subjacentes que contribuem para os impactos adversos na saúde mental decorrentes do uso frequente nos jovens adultos entre os 18 e 30 anos e explicar a história da internet e das redes sociais, destacando sua história e percurso até o Brasil contemporâneo.

Este trabalho apresenta uma abordagem baseada em uma revisão bibliográfica. A coleta de dados secundários se norteia na problemática do mal uso das redes sociais digitais destacando aspectos disfuncionais como sintomas de

adicação, despersonalização, ansiedade e depressão. Ao compreender os impactos psicológicos dessa interação virtual, busca-se proporcionar o entendimento e manejo adequado das questões contemporâneas com relação à saúde mental dos usuários das redes sociais, tendo como intuito fomentar a conscientização sobre os potenciais riscos envolvidos e promover a adoção de práticas saudáveis para o uso responsável das plataformas digitais.

No contexto atual, especialmente no que se refere ao tempo excessivo dedicado a plataformas como Instagram, TikTok e Facebook, a pesquisa desempenha um papel fundamental na busca por aprofundamento e problematização desse fenômeno. Inicialmente, confere instigar estudos sobre a trajetória do mundo digital e sua chegada ao Brasil, estabelecendo uma conexão entre esse histórico e os desafios contemporâneos relacionados ao tema. Em seguida, por meio de diversos elementos, como gráficos, figuras e pesquisas essenciais para a composição do artigo, procura-se entender quem é o usuário jovem e qual é a natureza de sua interação com as redes sociais, adiante, é evidenciado o funcionamento do algoritmo e suas influências negativas dentro das redes sociais. Além disso, trata-se de discutir como esses conceitos conseguem apontar as problemáticas do mau uso das redes digitais de socialização.

Com vistas na psicanálise, examinando o conceito do simbólico de Jacques Lacan (1978), considerado um elemento central na era da visibilidade e do desejo, o artigo tratará de expor teoricamente a prejudicialidade contemporânea diante da necessidade de afirmação do “eu digital” e suas funções adjacentes de presença virtual.

Este artigo justifica-se por prontificar a carência de investigação acadêmica sobre o impacto das redes sociais na saúde mental, bem como a limitada exploração das consequências psicológicas relacionadas a esse fenômeno, percebe-se a necessidade de desenvolver um projeto de pesquisa focado na compreensão dos efeitos das redes sociais na saúde mental. Além das lacunas identificadas que motivaram a iniciativa deste projeto, há também uma motivação intrínseca por parte da pesquisadora, que reconhece a importância de abordar esse tema devido às suas ramificações significativas na sociedade contemporânea.

Dessa forma, o artigo contribui ainda, para somar na promoção de pesquisa acadêmica específica ao campo, explorando a dimensão da conscientização da comunidade científica e da sociedade em geral sobre a importância de abordar os impactos do uso inadequado do Instagram, TikTok e Facebook na saúde mental. Visando resultados que contribuam para práticas mais saudáveis com relação ao uso dessas plataformas, ao inspirar o desenvolvimento de estudos que propõem o bem-estar psicológico contemporâneo.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 A história da internet

Depois do lançamento do primeiro satélite artificial da história da humanidade pela Rússia, no contexto da guerra fria do ano de 1957, os Estados Unidos sentiu-se ameaçado quanto ao avanço das tecnologias e para não perder os dados que foram obtidos até aquele momento (importantes para as guerras e estabilidade do país) acelerou o processo para viabilizar a realocação da bases de dados, criando a ARPA

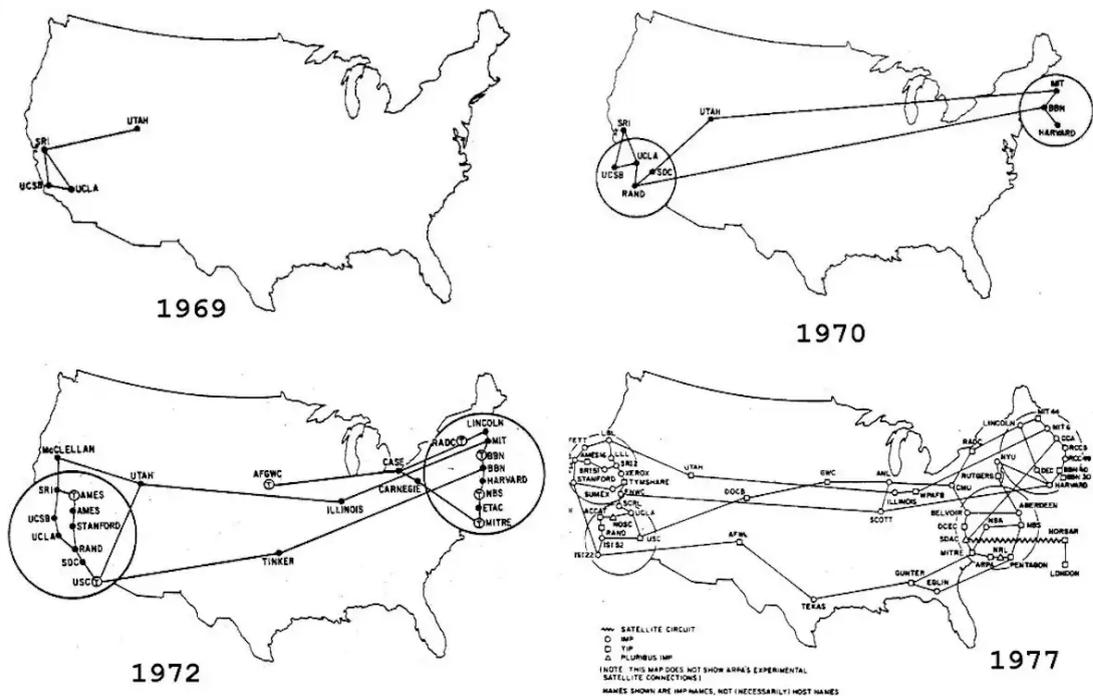
(Advanced Research Project Agency), que anos depois veio a se chamar DARPA (Defense Advanced Research Projects Agency).

Ainda no ano de 1961, a Universidade da Califórnia (UCLA) recebeu da Força Aérea um computador IBM, Q-32. Somente em 1 de dezembro de 1969, surge a ARPANET (Advanced Research Projects Agency Network), a primeira rede de computadores, conectando a Universidade da Califórnia em Los Angeles, o Stanford Research Institute, a Universidade de Utah e a Universidade da Califórnia em Santa Bárbara (ALMEIDA, 2005). Os alunos dessas quatro universidades formaram um grupo de trabalho chamado NWG (Network Working Group). Dentro desse grupo estava Vint Cerf, que posteriormente seria conhecido como o "pai" oficial da Internet.

O sistema de comunicação que a ARPANET estabeleceu, foi através da rede telefônica convencional, ocupando os seus circuitos de transmissão, após esse feito, a rede que antigamente só tinha quatro pontos de comunicação foi ampliada em 1972, para trinta pontos, fazendo desse episódio, um marco na história da comunicação virtual (ALMEIDA, 2005).

Consonante a isso, outros pontos de comunicação estavam sendo construídos nos Estados Unidos, no Reino Unido, França e Portugal.

Figura 1 – História da ARPANET



Fonte: THE CONVERSATION (2016).

Na década de 1990 os Estados Unidos substituíram a ARPANET pela rede NSF (National Science Foundation) ou NSFNET (National Science Foundation Network), popularizando assim, para todo o resto do mundo a denominação do que hoje conhecemos como internet. Logo em seguida, foi criado o www (World Wide Web), por dois engenheiros do CERN (Centre Européen pour la Recherche

Nucléaire), Robert Cailliau e Tim Berners-Lee, propiciando uma expansão mundial e uma exploração mais aprofundada dentro da rede de internet (ALMEIDA, 2005).

Melhorias foram implementadas pelas equipes de pesquisadores e engenheiros no campo das ciências da computação ao redor do mundo e só em 1991 as universidades ao redor do mundo estavam conectadas entre si, conseguinte a isso, Portugal criou a rede RCCN (Rede da Comunidade Científica Nacional). No princípio, as redes de internet eram restritas ao uso acadêmico e do governo, somente após algumas décadas essa tecnologia se popularizou entre os civis (ALMEIDA, 2005).

De acordo com Cendón (2000), assim como ocorreu nos demais países do mundo, a internet chegou ao Brasil por meio das universidades e instituições de ensino superior. Em outubro de 1988, o Laboratório Nacional de Computação Científica (LNCC) estabeleceu, pela primeira vez na história, comunicação via rede com a Universidade de Maryland, nos Estados Unidos. Na época, a FAPESP possibilitou a troca de e-mails e o compartilhamento de arquivos, promovendo conexões individuais de ponto a ponto, sem a necessidade de discagem. É considerável destacar a importância do e-mail no tempo, pois o mesmo era o principal meio de comunicação via internet. A Embratel era responsável pela maior “espinha dorsal” de conexões no Brasil, a partir do sistema Telebrás, prestava serviço e recebia pagamento por eles.

No mesmo ano de 1988, surgiu a rede privada e independente denominada AlterNex, considerada o primeiro provedor de internet do país. Em 1989, com o apoio do CNPq (Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico) e do Governo Federal, foi criada a RNP (Rede Nacional de Pesquisa), que construiu a primeira infraestrutura de conexão com alcance nacional. Em abril do mesmo ano, o domínio .br foi estabelecido. Na época, o acesso à internet no Brasil era limitado, mas o processo evolutivo foi significativo para viabilizar a entrada dessa tecnologia no país (CENDÓN, 2000).

Em janeiro de 1996, ocorreu a primeira exposição de internet e computadores voltada para empresas e empresários. Logo após esses avanços graduais, ainda em 1996, o jornal Folha de São Paulo divulgou uma matéria online com o título "Explode o uso da Internet no Brasil", apresentando dados que evidenciam o crescente número de brasileiros aderindo à internet. Em 2005, uma pesquisa realizada pelo IBOPE (Instituto Brasileiro de Opinião Pública e Estatística), constatou que 11 milhões e 30 mil pessoas tinham internet em casa, com um uso mensal médio de 15 horas e 14 minutos. Já em 2016, o número aumentou para 116 milhões de usuários (KLEINA, 2018).

2.2 Breve história das redes sociais

O conceito atual sobre o que é uma rede social, abrange a inserção de perfis que interagem e produzem ou não conteúdos para a plataforma. A história das redes sociais digitais tem início em meados dos anos 1990, com o surgimento da primeira rede social online, a Classmates. Em 1997, o Six Degrees é lançada e inaugura a proposta de redes sociais como conhecemos nos dias atuais, abrindo espaço para criação de perfil pessoal e envio de convites para amigos, posteriormente, outras redes sociais como a Friendster é lançada em 2002, alcançando um marco incrível

de 3 milhões de usuários em três meses. Fotolog e MySpace emergiram entre 1996 e 2003 (KLEINA, 2018).

De acordo com a Comscore (2023), atualmente o Brasil ocupa o terceiro lugar no mundo em consumo de redes sociais. A história tem início no ano de 2004, quando o engenheiro de software turco Orkut Büyükkökten lança globalmente o Orkut, primeira rede social a fazer sucesso no país. Tornou-se especialmente popular em países como Brasil e Índia. Em 2008, no mesmo ano em que o IBOPE (Instituto Brasileiro de Opinião Pública e Estatística) registrava 40 milhões de cadastros na rede, o Orkut atingiu seu auge. Em 2008, o Google comprou a rede social e em 2014 encerrou a plataforma, marcando o fim de uma era nacional.

Contudo, ainda em 2004, a primeira rede social a conquistar popularidade global foi lançada: o Facebook, idealizado por Mark Zuckerberg. A plataforma ingressou no mercado brasileiro somente em 2007, sendo a primeira rede social mais amplamente utilizada no mundo, somente no ano de 2011 ela consegue ultrapassar o Orkut em número de usuários no Brasil, no mesmo ano a empresa abre um escritório em São Paulo (KLEINA, 2018).

Desde então, diversas redes sociais surgiram, incluindo o Twitter, Instagram, Snapchat, LinkedIn, TikTok e outras. Estas plataformas integraram-se profundamente à vida cotidiana de muitos, proporcionando facilidade para conexões entre amigos, familiares, conhecidos e desconhecidos, artistas e instituições, estabelecendo meios de compartilhamento de informações e participação ativa em comunidades online.

2.3 O cenário atual das redes sociais no Brasil

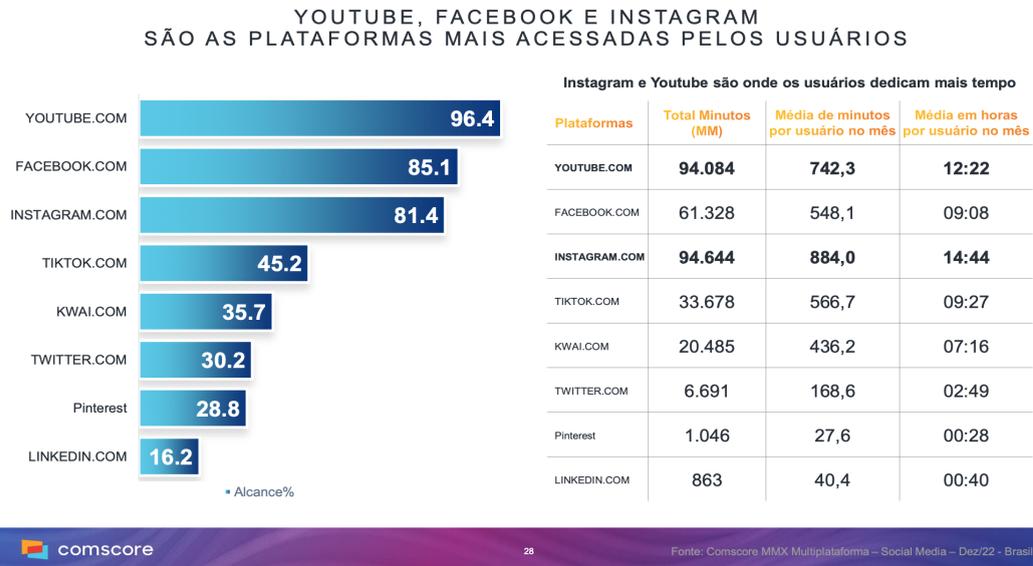
A pesquisa conduzida pela Comscore Brasil (2023), destaca diversos elementos essenciais no contexto digital e desenvolve estratégias comerciais com base em suas descobertas. Um dos temas mais realçados é o papel das redes sociais e sua influência demográfica, considerando fatores como idade, gênero e padrões de consumo, discriminando as horas de utilização a partir de diferentes dispositivos.

Segundo Andrade (2023), a dependência e vício em redes sociais concernem paralelos preocupantes relativos a transtornos como o TJI (Transtorno de Jogo pela Internet), reconhecido pelo CID-11 (Código Internacional de Doenças). Ambas as condições podem resultar em problemas significativos, como ansiedade, depressão, isolamento social e baixa autoestima. Diante do aumento expressivo do uso, é crucial destacar alguns aspectos relacionados ao cenário brasileiro que apresentam impactos negativos na saúde mental dos usuários.

O Instagram se destaca no cenário das redes sociais, como a plataforma que consome a maior fatia do tempo dos usuários brasileiros, registrando uma média mensal impressionante de 14 horas e 44 minutos por pessoa. Essa liderança é atribuída à sua interface visualmente cativante e à diversidade de recursos que mantêm os usuários engajados. Em segundo lugar, o YouTube permanece como uma potência, com os usuários dedicando uma média de 12 horas e 22 minutos por mês à plataforma, refletindo a popularidade contínua de seu conteúdo variado, que vai desde tutoriais até entretenimento. O TikTok, conhecido por seus vídeos curtos e criativos, ocupa o terceiro lugar, com uma média mensal de 9 horas e 27 minutos,

indicando uma presença significativa entre os usuários. Depois, o Facebook mantém uma posição sólida, com os usuários gastando uma média de 9 horas e 8 minutos por mês na plataforma. Esses dados, coletados recentemente, pintam um retrato claro das preferências de uso das redes sociais no Brasil, como aponta o gráfico abaixo:

Gráfico 1 – Redes sociais mais acessadas



Fonte: COMSCORE (2023, p. 28).

A perda de privacidade, exposição a riscos como stalking e roubo de identidade são desafios adicionais, capazes de gerar medo, ansiedade e estresse. Essas complexidades ressaltam a necessidade premente de abordar e mitigar os impactos negativos do uso intensivo das redes sociais na saúde mental dos indivíduos (ANDRADE, 2023).

Ainda de acordo com Andrade (2023), exposição prolongada a conteúdos violentos, perturbadores ou ofensivos constitui outra faceta preocupante, podendo desencadear traumas psicológicos e estresse emocional. Além disso, a pressão social para enquadrar-se a padrões de beleza, comportamento ou opinião, aliada à exposição excessiva das informações e estímulos, sobrecarrega o cérebro, prejudicando a capacidade de concentração, memória e raciocínio.

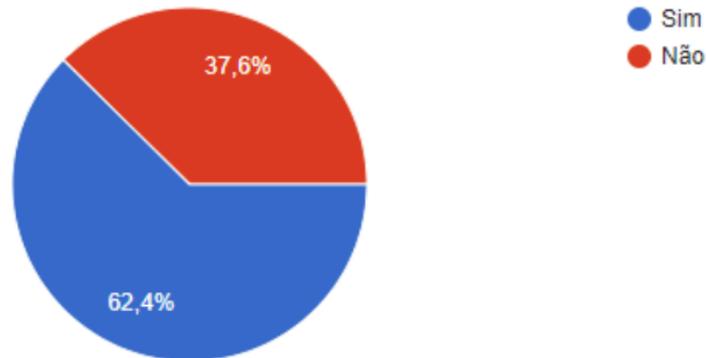
Ao analisar de forma detalhada os impactos singulares do Instagram, Facebook e TikTok, o objetivo é desvendar a complexidade das interações digitais na contemporaneidade brasileira, para isso se torna necessário oferecer uma explicação mais aprofundada sobre os fatores que influenciam a saúde mental dos usuários em cada uma dessas plataformas.

A pesquisa de Santana (2021) efetiva uma análise mais aprofundada do Instagram, o objetivo do trabalho é compreender o impacto dessa rede sobre a saúde mental das pessoas que compete as idades entre 18 e 40 anos, 62,4% dos participantes da pesquisa sinalizaram que já se sentiram afetados mental ou emocionalmente pelo uso do Instagram, como afirma o gráfico abaixo:

Gráfico 2 – Saúde mental afetada pelo Instagram

Você já se sentiu afetado mental ou emocionalmente pelo uso do Instagram?

250 respostas



Fonte: SANTANA (2021, p. 83).

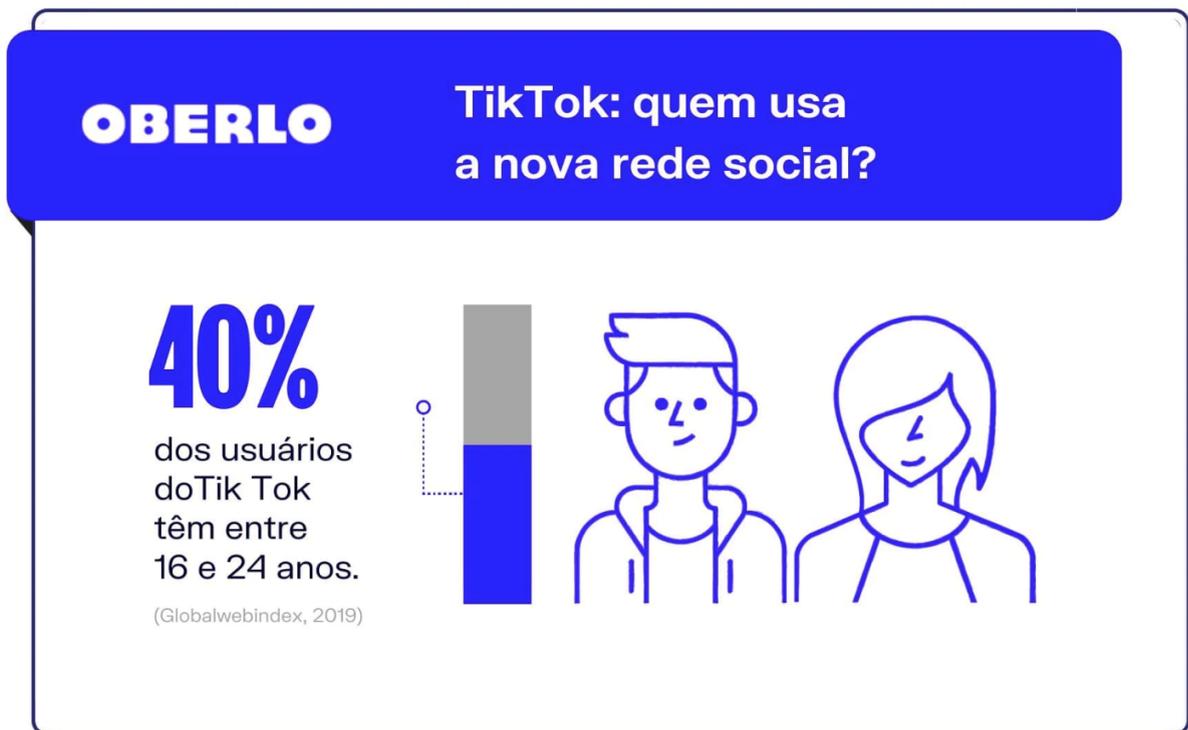
Conforme destacado por Andrade (2023), observa-se que o Instagram, sobretudo, apresenta potencial prejudicial, especialmente entre adolescentes, principalmente do sexo feminino. Isso se deve à pressão social imposta para conformidade a padrões de beleza e comportamento. Adicionalmente, a exposição a conteúdos relacionados a transtornos alimentares, automutilação e suicídio emerge como um fator que pode ampliar o risco de desenvolvimento desses problemas. Assim, infere-se que o uso pode acarretar impactos adversos na saúde mental dos usuários a longo prazo.

O TikTok, rede social fundada em 2016, ganhou popularidade nos anos de 2019 e 2020, alcançando o auge durante o confinamento mundial provocado pela disseminação do COVID-19, estruturalmente falando, o aplicativo foi pensado para ser viciante, oferecendo vídeos curtos e personalizados a partir do treinamento algorítmico, sendo adaptado individualmente para que ofereça sempre o que o usuário deseja (GOECKING *et. al.*, 2021).

De acordo com Goecking *et. al.*, (2021), ao abordar temas concernentes à saúde mental, o TikTok e seus mecanismos tecnológicos reforçam estereótipos e preconceitos com relação aos transtornos mentais, ocasionando a estigmatização e discriminação das pessoas que sofrem desses transtornos. Além disso, pode inviabilizar a luta de quem realmente possui transtornos mentais, já que existe uma incidência considerável de vídeos que simulam, ou até mesmo banalizam a gravidade e a complexidade desses problemas, podendo gerar diversas consequências negativas para os usuários que consomem esses conteúdos.

De acordo com a Oberlo (2019), mais de 90% dos usuários acessam a rede diariamente, o público entre 18 e 24 anos de idade, representa uma parte considerável enquanto consumidores e/ou produtores de conteúdo na plataforma, conforme a figura abaixo:

Gráfico 3 – Usuários do TikTok



Fonte: OBERLO (2019).

O TikTok emprega uma análise detalhada do comportamento do usuário em sua plataforma, examinando os vídeos que são assistidos e com os quais ele interage. Utilizando essas informações, o algoritmo personalizado do TikTok recomenda outros vídeos que se alinham aos interesses do perfil. Além disso, o algoritmo considera variáveis como localização, idioma e o dispositivo utilizado para acessar a plataforma. Esse sofisticado mecanismo de personalização é uma das principais razões por trás do sucesso da rede, permitindo que os usuários descubram e compartilhem conteúdos que sejam verdadeiramente relevantes para eles (GOECKING *et. al.*, 2021).

No entanto, é importante destacar que essa especificação pode ter algumas consequências negativas, como a exposição a conteúdo inadequado ou prejudicial. Questões como ofensas, bullying, tendências depressivas e distorção da autoimagem são potenciais desafios associados ao lado obscuro da personalização algorítmica do TikTok (GOECKING *et. al.*, 2021).

A redatora Basílio (2021), descreve uma tragédia que repercutiu no Brasil e que está diretamente ligada aos comentários LGBTfóbicos publicados em um vídeo na conta pessoal do usuário. Alguns dos influenciadores do TikTok descobriram que as sugestões homossexuais com apontadores eróticos é uma das maneiras infalíveis de gerar popularidade nas redes. No ano de 2021, Lucas Santos, 16 anos de idade, visando fazer parte dessa tendência na rede, junto de um amigo, filma uma conversa e em determinado momento simula um beijo, que não acontece. Em seguida foi vítima de uma enxurrada de comentários infelizes, logo depois cometeu suicídio, a notícia é da Carta Capital:

Figura 2 – TikTok e suicídio

ISRAEL X GAZA: Acompanhe as últimas notícias

DIVERSIDADE

Os alertas deixados pelo suicídio de Lucas, um adolescente vítima do ódio e da LGBTfobia no TikTok

A morte do garoto de 16 anos reforça a necessidade de combater discursos de ódio e violência nas redes

POR ANA LUIZA BASILIO | 08.08.2021 13H48

Fonte: CARTA CAPITAL (2021).

Assim como o caso de Lucas, há vários outros casos de sofrimento psicológico e prejudicialidade à saúde mental que estão diretamente ligados ao aplicativo, outro exemplo infeliz é a reportagem exclusiva à Intercept Brasil, intitulada “Não deixem viralizar”, segundo uma ex-funcionária da ByteDance, empresa responsável pelo TikTok no Brasil, ao receber a notificação de que João, com apenas 19 anos, havia cometido suicídio ao vivo na plataforma, a empresa levou uma hora e meia para interromper a transmissão. A ex-colaboradora alega que a prioridade da empresa foi preservar sua imagem, colocando em segundo plano o dever de prestar assistência ao usuário, acionando a polícia ou familiares (RIBEIRO, 2020).

De acordo com Conceição (2018), há conexões evidentes entre o Facebook e os mecanismos empregados pelo algoritmo para operar o sistema que resultam no desenvolvimento de recompensas e gratificações, provocando dependência nos usuários. Observa-se, inclusive, que alguns desses usuários caem em padrões característicos de relacionamento abusivo com a rede. Isso se manifesta devido à estimulação da falsa sensação de satisfação, levando-os a buscar incessantemente validação e meios de aumentar a autoestima e autoconfiança. Paradoxalmente, esse processo sequela em uma elevação dos níveis de excitação e fuga, negativamente o objetivo inicial.

O primeiro estágio indicativo de vício e dependência é a sensação de satisfação e acolhimento ao acreditar estar em um ambiente seguro. O segundo estágio manifesta-se quando o usuário não consegue se desvincular das questões relacionadas ao Facebook, mesmo estando fisicamente desconectado da plataforma. No terceiro estágio, observa-se um aumento deliberado no investimento de tempo, à medida que as atividades cotidianas são gradualmente substituídas por

uma presença online mais prolongada. O quarto estágio caracteriza-se pela abstinência, evidenciada pela sensação de ausência quando o indivíduo se distancia significativamente da rede social. Por fim, o quinto e último estágio engloba a constatação de que o uso excessivo prejudica as relações interpessoais reais com amigos, familiares e pessoas próximas (CONCEIÇÃO, 2018).

Figura 3 – Jornal Hoje

Mark Zuckerberg barra iniciativas para proteger saúde mental de adolescentes no Facebook e Instagram

Informação foi obtida a partir de e-mails internos da Meta que se tornaram públicos num processo de 42 estados americanos contra a empresa.

Por Jornal Hoje
09/11/2023 14h39 · Atualizado há 2 semanas



Fonte: JORNAL HOJE (2023).

Como constatado na figura acima, existem processos judiciais em 42 estados americanos contra o Facebook e Instagram, com o objetivo de salvaguardar a saúde mental dos jovens usuários. Enquanto as plataformas permanecem inalteradas, sem medidas adotadas em prol da melhoria da saúde mental e psicológica desse público, diante das evidências apresentadas pelas autoridades, Mark Zuckerberg, proprietário da Meta, empresa responsável pelas redes sociais, refuta as acusações, alegando falta de relevância.

2.4 O jovem usuário e sua interação com as redes sociais

A interação dos jovens com as redes sociais tem sido objeto de crescente preocupação, especialmente no que diz respeito aos potenciais efeitos negativos apontados por estudiosos contemporâneos. De acordo com Andrade (2023), esses grupos demográficos, em particular, mostram-se vulneráveis aos impactos adversos das redes sociais, incluindo pressões sociais para se conformar a padrões estéticos e comportamentais, a exposição a conteúdos prejudiciais e o desenvolvimento de uma dependência tecnológica. Em sua pesquisa, destaca a possibilidade de as redes sociais afetarem o desenvolvimento cognitivo e emocional, comprometendo, assim, sua habilidade de se relacionar de forma saudável com seus pares. A incessante busca por validação e conformidade com os padrões virtuais estabelecidos nessas plataformas pode gerar um impacto significativo na autoestima e na percepção de si mesmos pelos jovens.

Conforme salientado por Souza e Cunha (2019), profissionais da área de saúde mental alertam para a correlação entre o aumento do tempo gasto em redes sociais e o crescimento dos índices de depressão entre os jovens. No artigo, as autoras utilizam o termo "vitrine virtual", apresentada nessas plataformas como uma

vitrine repleta de corpos e personalidades considerados "perfeitos", criando uma pressão adicional sobre os jovens e contribuindo para a disseminação de padrões inatingíveis, conseqüentemente, agravando quadros de saúde mental.

As descobertas de Reisen *et al.*, (2021) ampliam ainda mais a compreensão desse fenômeno, ao revelar que quase um terço dos indivíduos entrevistados não se sentem satisfeitos com sua saúde mental, experimentando mal-estar na maior parte do tempo. A consciência de que o uso inadequado das redes sociais pode desencadear ou intensificar problemas de saúde mental é compartilhada por dois terços da amostra.

Embora a pesquisa de Reisen *et al.*, (2021) não se concentre exclusivamente nos jovens usuários, é possível inferir que essa faixa etária enfrenta desafios explícitos, visto que a vulnerabilidade e os impactos nesse público foi constatada, ressaltando a necessidade urgente de uma abordagem mais cuidadosa e equilibrada na relação entre os jovens e as redes sociais.

2.5 Consequências invisíveis do algoritmo

O termo "Câmara de Eco" utilizado por Kaufman e Santella (2020), refere-se a um fenômeno em que as pessoas são expostas apenas a informações e opiniões que confirmam e reforçam suas próprias crenças e pontos de vista. Isso cria uma espécie de "bolha informativa" na qual as pessoas estão cercadas por ideias semelhantes às suas, enquanto são isoladas de perspectivas divergentes. Esse fenômeno é frequentemente associado à personalização algorítmica nas plataformas digitais, onde os algoritmos adaptam o conteúdo apresentado com base no histórico de navegação e preferências do usuário. Os autores mencionam a filtragem invisível de conteúdo, destacando que a personalização dos algoritmos pode limitar o acesso à informação ao apresentar apenas o que o usuário deseja ver, em vez do que seria importante ou desafiador. Essa personalização pode levar os sujeitos a permanecerem em suas zonas de conforto cognitivas, evitando perspectivas antagônicas e diversas.

Os autores também citam a ideia de "homofilia", referindo-se à tendência dos usuários de buscar concordância e evitar diferente, algo que já faz parte do funcionamento humano. No entanto, quando essa tendência é amplificada pela personalização algorítmica, ela pode contribuir para a propagação dessa "câmara de eco", resultando em hiper compartilhamento de notícias e crenças falsas, pois há grande probabilidade dos internautas serem expostos apenas a informações que confirmam seus próprios conceitos e/ou preconceitos, sem considerar perspectivas alternativas. A "Câmara de Eco" como efeito colateral se refere ao isolamento informacional causado pela personalização algorítmica, que mantém os respectivos usuários em bolhas sociais fechadas e contribui para a propagação de reafirmar mais do mesmo (KAUFMAN e SANTELLA, 2020).

Se as redes sociais nos manipulam e preveem nossos hábitos de consumo e até mesmo emoções, isso impacta diretamente a nossa saúde mental, assim como o tempo que é gasto diariamente com o uso das redes sociais. "Existem apenas duas indústrias que chamam seus clientes de usuários: a de drogas e de software." (TUFTE, 2020, 30'49 - 30'55)

O professor universitário e designer gráfico Edward Tufte (2020), traz a citação acima no documentário "O Dilema das Redes", da Netflix (2020), abordando as consequências negativas das redes sociais e da tecnologia. Examina também como os algoritmos manipulam o comportamento dos usuários, resultando em vício, disseminação de desinformação e polarização. O documentário levanta preocupações éticas em torno do poder das plataformas e o dilema entre lucro e impacto social positivo, apresentando entrevistas com ex-executivos de grandes empresas de tecnologia.

2.6 Redes sociais e o declínio do simbólico

Para Lacan (1978), na ordem do simbólico, existe a linguagem e existem estruturas culturais e símbolos que moldam a experiência social humana, sabendo que o objeto de desejo não está ligado diretamente a um objeto natural específico ou a uma coisa; em vez disso, representa a manifestação de um vazio que busca consumir objetos nomeados pela linguagem, atravessando-os sem encontrar plena satisfação, busca-se antes, o desejo por desejo.

Tendo em vista as noções de padrões do consumo das redes sociais, é notório, na contemporaneidade, que o "eu digital" se dá a partir da presença virtual dos perfis nas redes sociais e está dentro da ordem do simbólico, nesse contexto, surge a indagação: até que ponto o eu digital, emergente na era tecnológica, é uma expressão genuína desse desejo do Outro, e o que é o gozo do eu digital? Assim afirmado, Mantello e Bulhões (2019, p. 157) discutem que "Tais contribuições teóricas podem conduzir à hipótese de que o ambiente das redes sociais da internet faz inflar o simbólico, o Outro." Caindo na dimensão gozosa, àquilo que está relacionado diretamente ao prazer instantâneo e a satisfação, como é posto nas interfaces gráficas das redes sociais em consonância com os algoritmos, é utilizado de forma inconsciente e ágil, pois fica fácil "desinstalar o tédio", corroborando para o declínio do simbólico. Assim afirma Lacan (1975), sobre a importância do ser desejado por o Outro:

Sabemos muito bem na análise a importância que teve para um sujeito, quero dizer, aquele que naquele momento ainda não era nada, o modo como foi desejado. Há pessoas que vivem sob o efeito, que durará longo tempo em suas vidas, sob efeito do fato de que um dos pais - não preciso qual deles - não o desejou. Este é exatamente o texto de nossa experiência cotidiana. (LACAN, 1975, v. 2 p. 15, tradução própria)

Diante do exposto, a manifestação deliberada da dimensão do gozo se estabelece no contexto do grande Outro. Assim, dentro da estruturação das redes, é imposto uma letargia passiva a partir do universo digital, colocando em risco a queda desse elemento que compromete a linguagem, a cultura, a lei e até as normas sociais. Quando há uma desintegração na ordem do simbólico, implica no declínio dos sistemas que fornecem os significados, comprometendo a estrutura da psique humana. Ante essa construção, o real está suscetível a desordem, acessando de modo simbolicamente prejudicado experiências intensas e até traumáticas, abrindo, nessa passagem, uma reflexão sobre a mudança na psique humana em um contexto onde as estruturas simbólicas tradicionais podem estar em declínio devido

ao mau uso das redes sociais, resultando em uma busca de significado e satisfação por vias inefáveis e inexploradas (MANTELLO e BULHÕES, 2019).

3 METODOLOGIA

O presente artigo adotou a abordagem de revisão bibliográfica narrativa com o intuito de explorar o impacto das redes sociais na saúde mental de jovens adultos, este tipo de revisão, conforme delineado por Batista e Kumada (2021), apresenta-se ao leitor conteúdos compilados, visando uma análise interpretativa dos estudos existentes e proporcionando uma compreensão aprofundada do tema.

Os artigos selecionados foram publicados em língua portuguesa, o público-alvo desta revisão compreenderá indivíduos entre 18 e 30 anos de idade, uma faixa etária significativamente ativa nas interações das redes sociais. Ao conduzir a pesquisa, foram definidos critérios para inclusão e exclusão, a fim de selecionar e compreender os estudos, buscando a organização e sistematização da pesquisa. Foram considerados artigos científicos publicados no intervalo dos últimos 5 anos (2018 a 2023), assegurando uma análise contemporânea. Quanto aos documentos a serem examinados, a pesquisa se concentra em artigos científicos, teses, pesquisas e monografias, visando uma compreensão abrangente das perspectivas acadêmicas disponíveis sobre o tema.

Para refinar a pesquisa, empregou-se operadores booleanos e descritores específicos. Utilizou-se os operadores "AND" para explorar relações específicas, incluindo "saúde mental" em conjunto com os termos "Instagram", "TikTok" e "Facebook". Além disso, foi investigada a relação entre "algoritmo" e "saúde mental" para compreender o papel dos algoritmos nessas plataformas. Quanto às fontes de pesquisa, realizou-se consultas às bases de dados acadêmicos, incluindo Google Acadêmico, Scielo, Biblioteca Virtual em Saúde e CAPES. Ressalta-se que há significativa ausência de dados específicos relacionados nas bases BVS (Biblioteca Virtual em Saúde), CAPES e Scielo. Esta metodologia proporcionou uma base sólida para a análise bibliográfica narrativa do impacto das redes sociais na saúde mental dos jovens, destacando padrões emergentes e lacunas na pesquisa existente.

Descrição do operador booleano e palavras chave identificados por números: "Saúde mental" AND instagram, 8 artigos no CAPES, nenhum na BVS e 14.100 no google acadêmico. "Saúde mental" AND TikTok, nenhum artigo no CAPES e BVS, 1.220 no google acadêmico. "Saúde mental" AND facebook, 6 artigos no BVS, 11 no CAPES e não conversam diretamente com o tema, 16.700 no google acadêmico. "Algoritmo" AND saúde mental, 5 artigos no CAPES e não estabelece relação direta com o tema, 2 artigos na BVS e 6.500 no google acadêmico. Não foram encontrados resultados significativos na Scielo, como mostra a tabela abaixo:

Figura 4 – Tabela de resultados

Descritores Específicos	CAPES	BVS	Google Acadêmico	Scielo	Total:	
"Saúde mental" AND Instagram	8	0	14.100		3	14.108
"Saúde mental" AND TikTok	0	0	1.220		0	1.220
"Saúde mental" AND Facebook	11	6	16.700		4	16.717
"Algoritmo" AND Saúde Mental	5	2	6.500		7	6.507

Fonte: Elaborado pela autora, 2023.

O critério de inclusão adotado neste estudo alinha-se ao referencial teórico específico das redes sociais abordadas, orientando a inserção de dados e pesquisas conduzidas no Brasil nos últimos cinco anos, preferencialmente com participantes entre 18 e 30 anos. Em contrapartida, o critério de exclusão opera a partir da não conformidade com os especificadores supracitados. Dada a limitação do campo de pesquisa até o mês de novembro de 2023, foram deliberadamente selecionados cinco artigos e pesquisas que abordam temas alinhados às especificações. É relevante notar que mesmo quando tais estudos compartilham marcadores e operadores, aqueles que divergem em suas temáticas não são contabilizados na síntese final da pesquisa.

Nesse contexto, foi imprescindível recorrer a outras fontes para enriquecer a compreensão da evolução da internet e das redes sociais, assim como para aprofundar-se na teoria psicanalítica de Lacan, essa abordagem visa contextualizar o tema central da pesquisa, que concentra-se na interseção entre saúde mental e redes sociais no contexto brasileiro.

4 CONCLUSÃO

Diante do exposto, é evidente que a trajetória da internet no Brasil, iniciada nas universidades e instituições de ensino superior, evoluiu para transformar significativamente a dinâmica social, especialmente com a ascensão das redes sociais. O marco inicial com a comunicação a nível internacional deu origem a uma revolução digital que culminou no Brasil ocupando o terceiro lugar mundial em consumo de redes sociais, conforme dados da Comscore (2023). No entanto, essa ascensão não ocorre sem desafios, e a influência das redes sociais na saúde mental dos usuários torna-se uma preocupação latente. A perda de privacidade, exposição a riscos como stalking e roubo de identidade, evidencia a complexidade dessas plataformas. Além disso, a sobrecarga cognitiva são fatores que contribuem para impactos adversos a longo prazo.

O estudo de Goecking *et al.*, (2021) e a trágica história de Lucas Santos em 2021 exemplificam como o TikTok, em particular, pode perpetuar estereótipos prejudiciais e contribuir para a banalização de temas sérios, como transtornos mentais. O lado obscuro da personalização algorítmica também é evidenciado, com a exposição a conteúdos inadequados e potencialmente prejudiciais. A vulnerabilidade dos jovens diante dessas influências é ressaltada por Andrade (2023), que destaca os impactos negativos nas áreas cognitiva e emocional. A incessante busca por validação e conformidade com os padrões virtuais pode comprometer o desenvolvimento saudável desses indivíduos.

Reisen *et al.*, (2021) ampliam ainda mais a compreensão ao evidenciar a insatisfação generalizada com a saúde mental entre os usuários de redes sociais. O reconhecimento de que o uso inadequado dessas plataformas pode intensificar problemas mentais destaca a importância de abordar essas questões de maneira proativa. O fenômeno da "Camara de Eco", discutido por Kaufman e Santella (2020), aponta para a polarização e isolamento causados pela personalização algorítmica, contribuindo para a propagação de falsas notícias. A busca por concordância e a evitação da discordância, quando amplificadas por algoritmos, tornam-se um desafio para a sociedade da informação.

No âmbito simbólico, o "eu digital" emerge como uma expressão do desejo, conforme discutido por Mantello e Bulhões (2019). Contudo, a dimensão gozosa desse eu digital, relacionada ao prazer instantâneo proporcionado pelas interfaces gráficas e suas engenharias, suscita reflexões sobre o equilíbrio entre a busca pelo prazer e os impactos reais na saúde mental.

Em síntese, a revolução digital impulsionada pelas redes sociais no Brasil é marcada por conquistas e desafios. Se, por um lado, a conectividade proporciona interações globais e expressões individuais, por outro, os impactos negativos na saúde mental, particularmente entre os jovens, exigem uma abordagem cuidadosa e abrangente.

Assim, conclui-se que a interação com as redes sociais demanda um trabalho específico de cunho científico crítico e a implementação de sistemas e estratégias para mitigar os efeitos negativos. O empoderamento dessas dinâmicas é crucial para desenvolver intervenções eficazes que promovam a saúde mental e o bem-estar emocional dos jovens em um mundo digital expressamente volátil, em processo constante de evolução e reinvenção. O equilíbrio entre a liberdade virtual e a proteção da saúde mental torna-se uma necessidade emergente.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, José Maria Fernandes de. Breve história da Internet. **Editora Universidade do Minho**, out. 2005. Disponível em: <http://repositorium.uminho.pt/bitstream/1822/3396/1/INTERNET.pdf> Acesso em: 20 nov. 2023.

ANDRADE, Gabriel Figueira. Da conexão à adicção: análise jurídico-comportamental dos riscos das redes sociais à saúde mental. 2023. 82 f., il. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Direito) — **Universidade de Brasília**, Brasília, 2023. Disponível em: Biblioteca Digital da Produção Intelectual Discente: Da conexão à adicção : análise jurídico-comportamental dos riscos das redes sociais à saúde mental. Acesso em: 18 out. 2023.

BASILIO, Ana. Os alertas deixados pelo suicídio de Lucas, um adolescente vítima do ódio e da LGBTfobia no TikTok. *In*: **Carta Capital**. Brasil, 8 ago. 2021. Disponível em: <https://www.cartacapital.com.br/diversidade/os-alertas-deixados-pelo-suicidio-de-lucas-um-adolescente-vitima-do-odio-e-da-lgbtfobia-no-tiktok/>. Acesso em: 24 nov. 2023.

BATISTA, L. dos S.; KUMADA, K. M. O. Análise metodológica sobre as diferentes configurações da pesquisa bibliográfica. **Revista Brasileira de Iniciação Científica**, [S. l.], v. 8, p. e 021029, 2021. Disponível em: <https://periodicoscientificos.itp.ifsp.edu.br/index.php/rbic/article/view/113>. Acesso em: 13 nov. 2023.

CENDÓN, Beatriz Valadares. A internet. Fontes de informação para pesquisadores e profissionais. Belo Horizonte: **Editora UFMG**, p. 275-300, 2000. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/259082844_A_INTERNET. Acesso em: 21 nov. 2023.

CONCEIÇÃO, Eduardo Guedes. **O Fenômeno Facebook no Brasil. Rede Social ou Dependência Digital?**. 2018. Tese de Doutorado. Universidade Federal do Rio de Janeiro.

GOECKING, Dandara *et al.*, A Compulsão do TikTok e a Exibição de Transtornos Psicológicos. In: **44º Congresso Brasileiro de Ciências da Comunicação–VIRTUAL–4 a.** 2021.

LACAN, J. (1978) O eu na teoria de Freud e na técnica da psicanálise. Seminário 2. Rio de Janeiro: **Jorge Zahar Editor**, 1985.

LACAN, J. (1975) Conferência em Ginebra sobre el síntoma. **Intervenciones y textos**, v. 2, p. 1-47, 1975-1976. Disponível em: <https://lacanterafreudiana.com.ar/2.5.1.25%20%20%20%20CONFERENCIA%20EN%20GINEBRA%20SOBRE%20EL%20SINTOMA,%201975.pdf>. Acesso em: 21 nov. 2023.

MANTELLLO, Paulo; BULHÕES, Marcelo. LACAN EXPLICA: ASPECTOS PSICOLÓGICOS DA COMUNICAÇÃO EM REDES SOCIAIS DA INTERNET. **LÍBERO**, n. 44, p. 149-161, 2019.

NASDAQ: SCOR (Brasil); COMSCORE (Brasil). Tendências de Social Media 2023. **EVENT: COMSCORE**, Brasil, p. 6-38, 25 abr. 2023. Disponível em: <https://www.comscore.com/por/Insights/Apresentacoes-e-documentos/2023/Tendencias-Digitais-2023>. Acesso em: 23 nov. 2023.

OBBERLO. Nova rede social em números: TikTok no Brasil [infográfico]. **OBBERLO**. , 2019. Disponível em: <https://www.oberlo.com.br/blog/estatisticas-tiktok>. Acesso em: 25 nov. 2023.

O DILEMA das Redes. Diretor Jeff Orlowski, produtora Larissa Rhodes. **Netflix**, 2020. Edward Tufte (Emeritus Professor of Statistics, Graphic Design, and Political Economy at Yale University) 30'49 – 30'55".

Organização Mundial de Saúde. (2019). Classificação Estatística internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde - **11ª Revisão (CID-11)**. Recuperado de <https://icd.who.int/icdapi>. Acesso em: 24 nov. 2023.

RIBEIRO, Paulo. Não deixem viralizar. *In*: **Intercept Brasil**. Brasil, 6 fev. 2020. Disponível em: <https://www.intercept.com.br/2020/02/06/tiktok-suicidio-ao-vivo/>. Acesso em: 24 nov. 2023.

SANTANA, Sonia Niara Sales. O impacto do tempo gasto no Instagram na saúde mental dos usuários. São Paulo, **UNIVAP**. Disponível em: <https://repositorio.univap.br/xmlui/bitstream/handle/123456789/241/000060da.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Acesso em: 18 nov. 2023.

SANTOS REISEN, Gabriely et al. O impacto das redes sociais na saúde mental. **Revista Esfera Acadêmica Saúde**, v. 6, n. 2, p. 69-85, 2021.

SOUZA, Karlla; CUNHA, Mônica Ximenes Carneiro. Impactos do uso das redes sociais virtuais na saúde mental dos adolescentes: uma revisão sistemática da literatura. **Revista Educação, Psicologia e Interfaces**, v. 3, n. 3, p. 204-2017, 2019.

KAUFMAN, Dora; SANTAELLA, Lucia. O papel dos algoritmos de inteligência artificial nas redes sociais. **Revista Famecos**, v. 27, n. 1, p. e34074-e34074, 2020.

KLEINA, Nilton, 2023. A história das Redes Sociais. Publicado pelo canal: **TecMundo**. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=k_inQhpKprg. Acesso em: 15 nov. 2023.

KLEINA, Nilton, 2018. A história da Internet no Brasil. Publicado pelo canal: **TecMundo**. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=k_inQhpKprg. Acesso em: 21 nov. 2023.

AGRADECIMENTOS

Dedico para vocês citados a seguir e para todos os que outrora não cogitaram ocupar o espaço acadêmico de nível superior que carrega o nome de Universidade Pública. Neste artigo de conclusão do curso de Psicologia, celebro também a força de nossa história e a resiliência que herdei do todo que me compõe. Meus pais, Mônica Cristina e Juvenal Paulo, e queridos irmãos Jamilton Ferreira e Jamilson Ferreira, é com profunda gratidão que implico estas palavras a vocês, âncoras da minha jornada de vida e do meu percurso acadêmico. No turbilhão de desafios que a vida nos apresenta, encontrei em cada um de vocês e em inúmeros outros nomes do meu alicerce familiar, uma fonte de força, resiliência e representatividade.

A minha avó Josefa Xotó (Tia Xotó), mestra na arte de educar as mentes mais jovens e detentora da práxis da pedagogia do oprimido, é um farol de sabedoria e dedicação. Sua paixão e sua autonomia pelo ensino infantil e de jovens adultos sempre foi um exemplo inspirador para mim. Através de suas histórias e experiências, aprendi sobre a importância da paciência, empatia e determinação. É graças a você, vovó, que compreendo como a educação é uma ferramenta poderosa para moldar o futuro, e seu legado me impulsiona a seguir adiante.

Agradeço do fundo do meu coração pela existência de pessoas como Andressa Beatriz, posso dizer dela como sendo minha maior e melhor amiga, aqui faltam palavras para os significantes que para o todo sentimental relacionado a ela. Agradeço às minhas colegas de jornada de curso e em especial a Leonara Vitória e Clara Tavares, e ao meu grupo mais restrito de contato, elas que foram e são para

além do mundo acadêmico, adentraram na esfera da amizade e são as que levarei dessa história, para toda a vida. Minha companheira de jornada e de vida, Maria Eduarda, foi peça fundamental na composição dessa etapa, o fechamento de um ciclo e o início de outros muitos, com ela entendi que o amor está para além das brechas antes exploradas, e a paciência faz parte de tudo que permeia o cuidado.

In memória de Margarida Ferreira Xavier, Josefa Inácia Barbosa Silva e Diego Henrique Silva.

Com amor e gratidão e saudade,
Jamile Ferreira da Silva.