



**FACULDADE FASIPE CUIABÁ
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA**

JOSANE APARECIDA DE SOUZA FERNANDES

**A VULNERABILIDADE DOS ADOLESCENTES FRENTE AO USO DO
APARELHO SMARTPHONE
PERSPECTIVA COMPORTAMENTAL NO BRASIL**

**Cuiabá/MT
2023**

JOSANE APRECIDA DE SOUZA FERNDDES

**A VULNERABILIDADE DOS ADOLESCENTES FRENTE AO USO DO
APARELHO SMARTPHONE
PERSPECTIVA COMPORTAMENTAL NO BRASIL**

Trabalho de Conclusão de Curso de graduação,
apresentado à Banca Avaliadora do
Departamento de Psicologia da Faculdade
FASIPE – Cuiabá, como requisito para a
obtenção do título de Bacharel em Psicologia.

Orientador: Àrthur Galvão Martini

**Cuiabá/MT
2023**

JOSANE APARECIDA DE SOUZA FERNDDES

**A VULNERABILIDADE DOS ADOLESCENTES FRENTE AO USO DO
APARELHO SMARTPHONE NO BRASIL
PERSPECTIVA COMPORTAMENTAL**

Trabalho de Monografia apresentado à Banca Avaliadora do Curso de Psicologia – Centro Educacional FASIPE Cuiabá, como requisito parcial para a obtenção do título de Bacharel em Psicologia.

Aprovado em 27/06/2023

ÀRTHUR GALVÃO MARTINI
Professor(a) Orientador(a)
Departamento de Psicologia– FASIPE Cuiabá

LEONÇO ALVARO COSTA FILHO
Professor(a) Avaliador(a)
Departamento de Psicologia – FASIPE Cuiabá

VIVIANE MARQUES CAPONI
Professor(a) avaliador(a)
Departamento de Psicologia – FASIPE Cuiabá

JÔSE GUEDES VIEIRA
Professor (a). Avaliador (a)
Coordenador do Curso de Psicologia

Cuiabá/MT
2023

DEDICATORIA

Tributo a Deus, a família e aos amigos que de perto acompanharam e me incentivaram nessa caminhada acadêmica.

AGRADECIMENTOS

-Por toda Sabedoria e capacidade para elaborar este trabalho, eu agradeço a Deus.

-A e a minha abençoada família e amigos que em todo tempo estiveram ao meu lado, em momentos laboriosos desse percurso, me motivando para prosseguir e jamais desistir dos meus objetivos.

-A todos os professores por compartilharem o conhecimento, favorecendo a aprendizagem.

FERNANDES SOUZA, Josane Aparecida. **A vulnerabilidade dos adolescentes frente ao uso do aparelho smartphone- Perspectiva comportamental no Brasil.**2023. 43 folhas. Trabalho de Conclusão de Curso – Graduação em Psicologia – FASIPE CPA – Faculdade de Sinop.

RESUMO

O uso do aparelho smartphone tem aumentado de forma exponencial nesse presente século. Sabendo que é indispensável o seu uso, devido à sua grande utilidade para o indivíduo que, através dele tem facilitado a comunicação e socialização, torna-se um objeto de estudo na fase da adolescência por ser atrativo e ao mesmo tempo viciante, e poderia acarretar algum impacto psicológico diante da vulnerabilidade desse grupo. O presente projeto tem como objetivo apresentar os efeitos psicológicos provocados pelo uso contínuo do smartphone; discutir as vulnerabilidades dos adolescentes diante do excesso e uso desnecessário do aparelho, destacando como esse comportamento interfere nos relacionamentos familiares e as interferências dos mesmos, na saúde mental dessa clientela. A metodologia utilizada será por meio de uma revisão bibliográfica de autores, entre os anos 2010 a 2022 a fim de afirmar que essa clientela se encontra em vulnerabilidade psicológica, considerada como fissura a constituição da identidade, e conseqüentemente seus pares, devido a comportamentos disfuncionais e mal adaptativos que vão repercutir desde a fragilidade na construção psicológica à falta de afetividade e visão desvirtual do mundo real. Verifica-se que na contemporaneidade o aparecimento de demandas psicológicas vem acarretando violência e patologias diversas nos adolescentes; diante disso é necessário que ações com praticas educativas sejam disponibilizadas para que se promova um desenvolvimento cognitivo, social e emocional.

Palavras-chaves: Adolescentes, saúde mental, smartphone.

FERNANDES SOUZA, FERNANDES SOUZA, Josane Aparecida. **The vulnerability of teenagers when using smartphones.** 2023. 43 Sheets. Completion of Course Work – Graduation in Psychology – FASIPE CPA – Faculdade de Sinop.

ABSTRACT

The use of the smartphone device has increased exponentially in this present century. Knowing that its use is essential, due to its great utility for the individual who, through it, has facilitated communication and socialization, it becomes an object of study in adolescence because it is attractive and at the same time addictive, and could lead to some psychological impact on the vulnerability of this group. This project aims to present the psychological effects caused by the continuous use of the smartphone; discuss the vulnerabilities of adolescents in the face of excess and unnecessary use of the device, highlighting how this behavior interferes with family relationships and their interference with the mental health of this clientele. The methodology used will be through a bibliographic review of authors, between the years 2010 to 2023, in order to affirm that this clientele is in psychological vulnerability, considered as a fissure in the constitution of identity, and consequently their peers, due to dysfunctional behaviors and maladaptive that will have repercussions from the fragility in the psychological construction to the lack of affection and a distorted view of the real world. It appears that in contemporary times the emergence of psychological demands has been causing violence and various pathologies in adolescents; in view of this, it is necessary that actions with educational practices are made available to promote cognitive, social and emotional development.

Keywords: Teenagers, mental health, smartphone.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	9
2. REVISÃO DE LITERATURA.....	12
2.1 Conceito de adolescência.....	12
2.2 Contextualizando a Lei do estatuto da criança e do adolescente.....	13
2.3 O adolescente no ambiente familiar.....	14
2.4 Como a Psicologia Cognitiva Comportamental entende o adolescente.....	16
2.5 Aspecto que permeiam o âmbito da conectividade	17
2.5.1 Vulnerabilidade psicológica.....	21
2.5.2 Dependência Comportamental.....	22
2.5.3 Estratégias de intervenção comportamental.....	23
3 METODOLOGIA.....	25
4 RESULTADOS.....	26
5 DISCUSSÕES	33
6 CONSIDERAÇÕES FINAIS	38
REFERÊNCIAS	40

1. INTRODUÇÃO

Esta pesquisa contempla informações sobre o uso do aparelho smartphone pelos adolescentes, os riscos quanto ao uso excessivo e indiscriminado do aparelho, bem como a qualidade nas suas relações sociais e os possíveis danos causados pela conectividade exacerbada. Discorre os aspectos que permeiam essa fase da adolescência, por se tratar de um período de intensas transformações; e são nesta fase que eles se apresentam mais vulneráveis às condições de saúde mental.

Busca esclarecer as ações que destinam a garantia das pessoas à sua condição de bem estar físico, mental e social, conforme esclarece a Lei Orgânica da Saúde- Lei nº 8.080 de dezenove de Agosto de 1990; como também, o principal instrumento normativo do Brasil, que contempla os direitos da criança e do adolescente, sancionado em 13 de julho de 1990 - O Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA), a qual estabelece uma forma de tratar esse público tão seletivo, como sujeitos de direitos, ou seja, é o maior símbolo de cuidado, que vem reafirmando a responsabilidade da família, sociedade e Estado de garantir tal cuidado em seu desenvolvimento.

Além disso, destaca-se sobre o adolescente em seu âmbito familiar, por se tratar do primeiro núcleo social – a família, no qual o adolescente tem contato com o mundo e é seu representante legítimo nesse cuidado e proteção. Vem apresentando também, como a Psicologia Cognitiva Comportamental entende o adolescente em suas atitudes, destacando que o comportamento adaptativo e mal adaptativo é aprendido através das interações sociais.

Por fim, está sendo abordados os aspectos que permeiam o âmbito da conectividade, o uso inadequado desse sistema, e os aspectos psicológicos resultantes da perda de controle e suas implicações; a maneira como utilizam o aparelho no seu dia a dia e sensibilizá-los para os riscos e danos psicológicos ocasionados.

Professor Mestre, Arthur Galvão Martini, Curso de Psicologia, Faculdade de Cuiabá /MT- FASIPE, Rua Jornalista Amaro de Figueiredo, Falcão, 133 - CPA I, Cuiabá – MT. Endereço eletrônico: arthurgalvaomartini@hotmail.com.

Acadêmico de Graduação Josane Aparecida de Souza Fernandes, Curso de Psicologia Faculdade de Cuiabá/MT- FASIPE, Rua Jornalista Amaro de Figueiredo, Falcão, 133 - CPA I, Cuiabá – MT Endereço eletrônico: josanefernandes@hotmail.com.

Por isso, serão abordadas temáticas relevantes dentro dessa pauta tão imprescindíveis nesse presente século, e que tem tornado os etapa, influenciando - o no desenvolvimento da sua personalidade, onde as capacidades fundamentais para sua sobrevivência perpassam pelo seio familiar, coeso, expressivo e equilibrado. Para Salles (2005), a fase da adolescência, caracteriza-se por um período muito importante quanto à formação de sua identidade; e a família tem um papel crucial nessa etapa, influenciando - o no desenvolvimento da sua personalidade, onde as capacidades fundamentais para sua sobrevivência perpassam pelo seio familiar, coeso, expressivo e equilibrado, para que haja um ajustamento saudável nesse ambiente, como sendo uma forma de reavaliação do desenvolvimento de perturbações mentais. (SALLES, 2005).

No Brasil, considerando o ECA, Estatuto da Criança e do Adolescente (Lei n.º 8.069/1990) que regulamenta o art. 227 da Constituição Federal, ele contempla a noção de vulnerabilidade, ou seja, a capacidade do indivíduo ou do grupo social de decidir sobre sua situação de risco, estando diretamente associada a fatores individuais, familiares, culturais, sociais, políticos, econômicos e biológico (BRASIL,1990).

Sendo assim, nessa visão de um homem múltiplo, constituído na sua heterogeneidade a partir das suas pluralidades; falar da adolescência e de sua relação com o ambiente em que se está inserido, pelos contextos socioculturais, pela sua realidade, situando-se em seu tempo, e em sua cultura, faz se necessário discutir questões que possam intensificar o nível de vulnerabilidade dos adolescentes frente aos riscos que podem limitar as condições de sua saúde mental (SALLES, 2005)

Utilizando os conhecimentos teóricos adquiridos ao longo do curso de graduação em psicologia, e nesse ensejo aplicar os conhecimentos e as experiências diárias na melhoria do bem-estar psicológico dos adolescentes. Dito isso, a principal objetivo dessa pesquisa é de contribuir para a prevenção de problemas mentais, e obtenção de uma saúde emocional equilibrada e saudável os adolescentes; aptos para discernir e perceber o perigo diante da realidade em que eles veem enfrentando com o uso indiscriminado de aparelho celular smartphone.

Portanto, isso se constitui uma necessidade vital, assim como, um cuidado e um olhar para essa clientela que se encontra em uma conectividade vulnerável, e esquecida pelos cuidadores dessa geração “Z”, ou seja, nascidos no momento de maior expansão tecnológica pela popularização da internet. Pode-se afirmar que o uso desse aparelho exerce uma fração na concepção da identidade dos jovens na contemporaneidade; no entanto é imprescindível

que o uso da tecnologia seja de forma consciente a fim de criar uma sociedade mais colaborativa, inteligente, criativa e saudável mentalmente.

Diante do exposto, é imprescindível que se correlacione os riscos e danos psicológicos em adolescentes que fazem uso do aparelho smartphone, e tempo em excesso desse uso, bem como, se a ausência de interações apoiantes e facilitadoras e, níveis de interações conflituosas e críticas estão relacionadas às sintomatologias de problemas emocionais.

2. REVISÃO DE LITERATURA

Antes de abordar questões acerca da Psicologia no contexto da saúde mental que permeiam o âmbito da adolescência, diante dos riscos e danos por uso indevido de aparelho celular, é necessário definir e caracterizar a adolescência, apontar a Lei nº 8.069, de 13 de julho de 1990 e o que esta lei contempla. Por isso, é necessário contextualizar as informações acerca da Lei, seus princípios e fins, os direitos dos indivíduos e o papel que a família deve exercer na vida dos sujeitos. Logo, o assunto em a pauta terá o seu olhar para a vulnerabilidade dos adolescentes frente ao uso excessivo do aparelho smartphone, seus riscos e consequências.

2.1 Conceito de Adolescência

Dentre as fases do ciclo vital, está a adolescência, fase em que se caracteriza por períodos de mudanças físicas, psicológicas e ambientais; e esse desenvolvimento estão relacionados ao contexto histórico, social e cultural. Assim, os diferentes contextos de desenvolvimento têm suas características peculiares as quais marcam o curso de vida de cada adolescente e definem vulnerabilidades e potencialidades.

Segundo Salles (2005), a própria sociedade industrial contribuiu para a definição da infância e adolescência quando ligado as leis trabalhistas e ao sistema educacional, torna - os sujeitos aos pais. Como diz Áries (1986), a peculiaridade da adolescência foi afirmada e surgiu com a escolarização, que entende o afastamento entre seres adultos e seres em formação, com a família burguesa que aparta o espaço familiar do exterior e com a contínua exclusão da criança do mundo do trabalho. Essa norma que se iniciou nas classes sociais mais abastadas expandiu-se para toda a sociedade e se impôs como um modelo que atingiu toda a organização social.

Para Aberastury (1980) e Abramo (1994), a forma como a adolescência se configura,

assemelha-se a um período de descoberta de papéis sociais, de valores, e de identidades, como pela imprecisão entre ser criança e ser adulto. O jovem está preparado para a produção social, para o trabalho e procriação. Porém, diante de uma sociedade ambígua quanto à possibilidade de confirmação dessas aptidões faz com que o jovem adquira um status intermediário e provisório, e venha a ser tratado de maneira ambivalente: como criança e como adulto.

Hall (1999) aponta esse enigma da identidade tem passado por várias divergências na teoria social, por se tratar da forma como durante muito tempo as velhas identidades estiveram estáveis no universo social, e está sendo alvo de questionamento, diante das inúmeras transformações ocorridas atualmente.

Segundo Erikson (1972, apud Moraes, 2009) pela visão da psicologia do desenvolvimento, o termo identidade e crise não aparecem como sinônimo de flagelo ou desajustamento, mas de alteração e renovação, ou seja, de um período indiscutível no crescimento do indivíduo. O termo “crise” designa um ponto decisivo e necessário; um momento conclusivo no qual o desenvolvimento é centralizado para uma direção, instigando recursos de crescimento e identificação.

Ávila (2005) contribui dizendo que os questionamentos relacionados a crise de identidade dos anos da adolescência, são pontuados como agitações de comportamentos bem como instabilidades de forma que se manifestam em questões tais como: De onde vim? Para onde vou? Como devo fazer as coisas? Ou quem sou eu?

Como aponta Costa e Piva (2020), estudos demonstram que a conectividade é um dos meios pelos quais os adolescentes representam como usuários mais conectados e cujo excesso de exposição é considerado crítico, podendo causar risco ao desenvolvimento.

2.2 Contextualizando a Lei do estatuto da criança e do adolescente

O Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA), sancionado em 13 de julho de 1990, é o principal instrumento normativo do Brasil sobre os direitos da criança e do adolescente. O ECA incorporou os avanços preconizados na Convenção sobre os Direitos da Criança das Nações Unidas e trouxe o caminho para se concretizar o Artigo 227 da Constituição Federal, que determinou direitos e garantias fundamentais a crianças e adolescentes.

Conforme a constituição no seu artigo 5º e 6º no que se refere aos direitos fundamentais da criança ou adolescentes haverá punição na forma da lei, por ação ou

omissão, qualquer forma de negligência, crueldade e opressão contra crianças e adolescentes; dessa forma exigindo o cumprimento dos direitos e deveres individuais e coletivos, como também a condição peculiar desse público, como pessoas em desenvolvimento (BRASIL, 1990). Assim sendo, a proteção integral das crianças e adolescentes é uma nova forma de tratar esse público tão seletivo, como sujeitos de direitos, ou seja, é o maior símbolo de cuidado.

O ECA reafirma a responsabilidade da família, sociedade e Estado de garantir tal cuidado, para que esses indivíduos que se encontram em condição peculiar de desenvolvimento tenham prioridade absoluta.

O estatuto da criança e do adolescente também estabelece que as políticas públicas de atenção à saúde da população juvenil sejam traçadas de forma a facilitar a integração entre os setores a fim de planejá-la a promoção e prevenção da saúde desses indivíduos; e estendendo a compreensão dos aspectos biopsicossociais que permeiam as demandas de saúde desse grupo (BRASIL, 1990).

A Lei Orgânica da Saúde – Lei n.º 8.080, de 19/9/1990, no seu Parágrafo único, refere-se também à saúde as ações que se dispõem a segurar às pessoas e à coletividade estado de bem-estar físico, mental e social. A família, a comunidade, o estado e o município por sua vez são o representante legítimo ao processo de capacitação para atuação na melhoria da qualidade de vida e saúde das crianças e adolescentes, participando ativamente desse processo de promoção a saúde mental, social e física. (SUS, 1990).

Portanto o ECA (1990) tem objetivo único e exclusivo de propiciar o bem-estar físico, mental e social, atendendo as necessidades de modificando o meio ambiente, e dessa forma, adquirindo hábitos e estilos de vida saudáveis com a participação dos adolescentes nesse processo e assim garantindo à liberdade assegurado no Estatuto da criança e do adolescente.

2.3 O Adolescente e o ambiente familiar

Silva e Silva (2017) utiliza o exemplo da família como reflexo aos filhos por considerar que a família é a influenciadora da formação da identidade criança; compreendendo assim, que os valores e os ensinamentos são adquiridos no meio desse contexto. Segundo esse autor, o indivíduo, no percurso de toda a sua vida, é influenciado e influencia o seu meio, cria laços familiares, profissionais e amistáveis, encontra sua identidade e busca distinguir o que é correto ou errôneo. Porém, o embasamento familiar

contribui para a realização de suas escolhas; e na fase da adolescência que passam a fazer suas escolhas e buscam seu espaço no mundo.

Assim sendo, a família é o primeiro núcleo social que o adolescente tem contato como mundo, e nesse ambiente, o desenvolvimento se inicia no âmbito da linguagem e conseqüentemente em toda aprendizagem, hábitos e valores defendidos pela família.

Afirmam Costa e Piva (2020), que a família é imprescindível que para o progresso do indivíduo, independentemente de sua formação. É no meio familiar que o indivíduo tem seus primeiros contatos com o mundo externo. Vale ressaltar que é dever da família, bem como do estado, assegurar e defender o direito à criança e ao adolescente quanto aos danos envolvendo o uso das redes. Contempla o estatuto da criança e do adolescente no Art. 4º que a família, a comunidade e a sociedade em geral, assim como o poder público e em absoluta prioridade, assegurar para que a efetivação desses direitos, tais como: a dignidade, à liberdade, à saúde, à alimentação, o respeito, a cultura, a dignidade, ao respeito, a vida, à saúde, à alimentação, ao lazer, ao esporte, ao e a educação, bem como a profissionalização e a convivência familiar e comunitária sejam priorizados (BRASIL, 1990).

Conforme Centro Regional de Estudos para o Desenvolvimento da Sociedade da Informação CREDSI (2018, p. 147), há de se considerar a complexidade e a diversidade desse tema relacionado ao comportamento de crianças e adolescentes em uso das redes, atribuindo aos pais ou responsáveis e educadores como pessoas que possuem melhores condições de orientar quanto ao uso dessa ferramenta com medidas que os levem ao desenvolvimento de habilidades para a gestão de risco (CETIC, 2018). Nesse aspecto, é notável as preocupações dos pais em relação aos seus filhos e o uso da tecnologia, onde o acesso é facilitado, e a insegurança pelo uso do celular traz inquietação quanto os impactos sobre o desenvolvimento psicológico dos adolescentes. Por outro lado, os adolescentes não têm conhecimento de causa sobre as conseqüências em absorver os conteúdos maléficos que estão acessando, as postagens compartilhadas em redes, os bullyings etc. (CREDSI, 2018).

Por outro lado, vale ressaltar que, conforme Silva (2020, apud Souza, 2014), a falta de contato com os pais causa uma baixa no índice de comunicação [...] logo a criança ou adolescente que possua um aparato tecnológico com acesso à internet irá ver opções mais fáceis para se comunicar, do que com a própria família. (SOUZA, 2014).

Piaget (1987 citado por Silva e Silva, 2018), descreve o homem como um ser impossível de ser estudado fora do seu contexto, ou seja, ele em sua essência, é um ser sociável. Melhor descrevendo o ser humano não sociável, este é comparado a uma molécula isolada do restante dos demais seres vivos, resistentes as heranças e tradição, conclui-se que esse homem não

existe. Diante do exposto, observa-se que, os conflitos familiares tem aumentado e que por via de regra acompanhado de uma menor proximidade no que se refere a relação familiar , o tempo de convívio com o adolescente,a tecnologia em excesso,ou seja, tudo isso cooperam para alterar as relações entre pais e filhos, ficando cada um a merce dessas intemperes em um mundo bem distantes entre si. (SILVA & SILVA, 2017)

2.4 Como a Psicologia Cognitiva Comportamental entende o adolescente

Segundo Konkiewitz et al. (2013), a teoria cognitiva fundamenta-se na teoria de aprendizagem social, a qual parte da tese que o meio, as características impulsivas e a conduta de uma pessoa determinam-se reciprocamente, e que o comportamento é um fenômeno ativo, em evolução. Assim, entende-se que os contextos influenciam o comportamento, e este, em contrapartida, molda os contextos.

O desenvolvimento da razão e a possibilidade de se obter instrumentos cognitivos é um fator essencial para o progresso da racionalidade; ocorrendo isso, há de se compreender as regras, deveres, e a cooperação mútua, conforme tratados pré-estabelecidos nas relações; conseqüentemente o indivíduo adquire uma regulação interna que sirva como uma bússola norteadora das ações sociais (BORGES & FILHO, 2022).

Para Borges e Filho (2022), os processos adaptativos são inúmeros; nesse sentido a adaptação nas interações com o ambiente depende do desenvolvimento das cognições com suas constituições estruturais que são próprias de cada indivíduo. A evolução se dá quando o indivíduo apresenta um julgamento de si sobre suas atitudes, regulada pelo controle intrínseco em si mesmo.

Dessa forma, Konkiewitz et al. (2013), afirma que o comportamento do adolescente influencia e é influenciado pelos contextos do ambiente em que está inserido. O comportamento adaptativo e mal adaptativo é aprendido através das interações sociais. Portanto, a terapia cognitiva comportamental propõe uma relação mútua entre eventos ambientais, pensamentos e comportamentos. A autora aponta dizendo que: [...] “A TCC com crianças e adolescentes é promissora no sentido de que reconhece explicitamente a importância das variáveis cognitiva, comportamental, afetiva e socioambiental na etiologia e manutenção de transtornos emocionais”. (KONKIEWITZ et al. p.22).

As informações disponíveis na internet em especial nos aparelhos smartphone, usado pelos adolescentes, não passam por filtros, e até mesmo por uma coordenação de fluxo dos

dados das informações disponíveis nas redes, tais quais se destaca: o Instagram, WhatsApp e o Twitter, como redes de relacionamento mais utilizado por esse público. São inúmeros dados como de posts, fotos, mensagens, vídeos e notificações de conhecidos e amigos nas redes sociais. Dessa forma, estar com o aparelho Smartphone sob o seu poder, por período de tempo prolongado, por razão de ser um entretenimento e diversão para esses indivíduos que, se encontram em constante desenvolvimento emocional, cognitivo e psicológico, então, subentende-se que lidar com um excessivo fluxo de informações, da vontade de estar online o tempo todo e também da preocupação de enviar conteúdo, de ser visto ou de relacionar - se nas redes sociais, é quase que incontrolável.

Beck e Alford (2000) mencionam a cognição como “[...] o processo de reconhecer e pressupor relações difíceis entre eventos, de modo a facilitar a adaptação a ambientes passíveis de mudança”. Assim sendo a forma de comportamento e de condicionamento remete-nos a que, as condutas são versáteis, ou seja, que a partir de mudanças nas condições do ambiente, podem ser alteradas.

Para Bahls & Navolar (2010), Terapia Cognitiva comportamental é considerada uma abordagem cognitivista, no sentido de que considera os fatores mentais como os principais fatores envolvidos na origem dos transtornos psiquiátricos, cujo objetivo é caracterizar a natureza de conceitos (resultados de processos cognitivos) envolvidos em determinada psicopatologia de maneira que quando estimulado dentro de ambientes específicos possam caracterizar-se como mal adaptativos ou disfuncionais, (BAHLS & NAVOLAR, 2010).

2.5 Aspecto que permeiam o âmbito da conectividade

O termo Smartphone, significa "telefone inteligente"; surgiu no ano 2000, e somente em 2007 o mercado dos telefones interativos engrenou com o lançamento do primeiro Iphone da Apple. O fundador da Apple, Steven Paul Jobs, criador do iphone e o Ipad já dizia em entrevista no jornal norte-americano New York Times, quando interrogado se seus filhos usavam o iphone; - "Eles não o usaram ainda; limitamos a quantidade de tecnologia que nossos filhos usam em casa." (SILVA e SILVA, 2017). Levando em consideração a expressão do criador do iphone, provavelmente ele já tinha conhecimento de causa, quanto aos danos causados pelo uso do aparelho.

Nessa perspectiva controlar o acesso seria a forma idônea e sábia dos familiares e cuidadores, no sentido de preservar a saúde mental daqueles os quais são responsáveis.

Assim, de acordo com a colunista Mariel Otero Del Río da Academia Americana de Pediatria, relata que em relação à tecnologia: “Quanto mais jovem for a pessoa, maior é a chance de ela desenvolver comportamentos compulsivos e descontrolados. Logo, quanto mais controlado for o acesso, melhor.” (PEGN,2021.)

Segundo Ramos (2021), O uso da internet a partir de dispositivos móveis, o uso de smartphones no Brasil e no mundo é de aproximadamente 40% da população mundial conectada com a internet. De acordo com a Tic Kids Brasil, em 2021 cerca de 86% das crianças e adolescentes com idade entre 9 e 17 anos eram usuários de internet; o que equivale a 24,3 milhões de indivíduos conectados. A periodicidade de uso da internet por essas crianças e adolescentes é crescente no país; na região centro oeste 91% crianças e adolescentes, utilizam esse acesso à internet através do telefone celular (RAMOS, 2021)

Mediante essas informações, a internet se tornou o meio de comunicação mais utilizada por essa geração, e que conseqüentemente vem modificando suas relações sociais, Ramos (2021). Tendo em vista a necessidade de obter aceitação de outrem, em busca de uma identidade, que eles possam se sentir-se maior e melhor diante dos amigos e familiares, os adolescentes podem usar as suas mídias sociais como forma de interação social, à procura de informações, fazer e reatar novas amizades. (CETIC, 2021).

Conforme Tosun e Ljunen (2009 apud Martins, 2013) a utilização da Internet tem vindo a aumentar principalmente pelos adolescentes, o que pode ser explicado por várias razões. Uma delas é a possibilidade de o que o adolescente poder-se expressar de forma anônima, o que é atraente para alguém que está a lidar com o desenvolvimento da identidade e do autoconceito.

Segundo (Martins, 2013), a sua utilização em excesso tem a desvantagem de diminuir as interações face-a-face que são fundamentais para o desenvolvimento de capacidades sociais, necessárias ao estabelecimento e manutenção de relações interpessoais na vida offline.

Segundo Fenotti et al. (2018) o uso mais intenso dos smartphones e má qualidade do sono são causas comuns de ansiedade ou depressão. Assim dá-se a entender que o aumento da depressão entre os adolescentes pode estar relacionado a utilização excessiva dos smartphone; e isso também se deve a diminuição de interação com familiares e amigos de forma presencial.

Conforme Martins (2013), o uso da internet tem suas motivações pela clientela em questão; em utilização as suas funcionalidades, organizam-se em três domínios: a criação de conteúdo pelos utilizadores e caracterização do seu perfil, a lista de amigos e uma secção para

comentários. Outros elementos são os álbuns de fotografias e outras aplicações que permitem jogar online, ouvir música etc.

A utilização do smartphone com objetivos sociais podem ocasionar conflitos familiares no sentido de que, os pais não conseguem monitorar o uso do aparelho utilizado por tempo prolongado, por estarem em seus locais de trabalho. Este tipo de utilização torna disponível a informação familiar a outros que não são membros da família, o que os pais consideram como uma ameaça, ao expor os adolescentes a situações perigosas, incluindo o assédio sexual e a vitimização (MARTINS, 2013).

Conforme Favotto et al. (2019), é de extrema importância compreender e identificar as consequências advinda do uso dos dispositivos da internet pois é expressamente considerável o número de jovens que se socializam usando esse dispositivo, e que desconhecem o impacto psicológico e comportamental implicado nesse ato, como: depressão, baixa autoestima, declínio de desempenho escolar, conflitos familiares, isolamento, ansiedade, cujos fatores refletem exatamente na saúde biopsicossocial, o que evidencia a necessidade de prevenção.

Wolinski et al. (2020), os pesquisadores indicam que os adolescentes empregam um tempo duas vezes maior do que o recomendado pela ciência e, conseqüentemente, desenvolvem problemas biopsicossociais que carecem de promoção da saúde. [...] “o ato de digitar de forma excessiva, abusiva e indiscriminada no smartphone, influi diretamente no processo saúde versus tecnologia dos indivíduos, levando os usuários a alterações psicológicas e sociais.” (BUENO; LUCENA, 2016, p. 572).

Quanto a cognição, conforme Silva e Silva (2017), definem que é um processo ou ato de obter conhecimentos e um mecanismo por meio do qual o indivíduo interage com seus pares e com o meio em que está inserido, sem perder a identidade, ou seja, envolve estratégias cognitivas individuais e propagados, intrínsecos às ações em colaboração, que envolvem atividades culturais, raciocínios e linguagem, memória, atenção e percepção.

Nesse aspecto, Silva e Silva (2017) salienta que as tecnologias digitais afetam a cognição dos adolescentes, devido ao fato de as estimulações emocionais e audiovisuais estarem em sua atividade máxima. O excesso de informação pode fazer com que a memória de trabalho fique saturada e haja assim uma sobrecarga cognitiva, direcionando o cérebro a exercer sobre a memória de longo prazo, sua inativação, ocasionando na desinformação e a improdutividade.

Conforme Castells (2003), a construção da aprendizagem realiza-se e está alicerçados nos parâmetros cognitivos que envolvam os aspectos motivacionais, auto

regulação, reflexão e criticidade que esteja face a uma corrente de informações, e que atualizam permanentemente; dito isto, não é garantia que o acesso à informação resulte em conhecimento e, muito menos em aprendizagem.

Nesse ponto de vista, a aprendizagem não se caracteriza se por uma simples aquisição de dados. Para gerar um entendimento significativo, o adolescente precisa estar autorregulado de forma a estar equilibrado cognitivamente; o desequilíbrio desenvolve ou potencializa os transtornos de atenção, transtornos obsessivos, de ansiedade problemas com linguagem e comunicação. (SILVA; SILVA, 2017).

Silva e Silva (2017) destacam que, os adolescentes em constante relação com a internet correm o risco de ficar dependentes da conexão duradoura. As perturbações, os distúrbios e os vícios relacionados à overdose virtual, são dependência provocada pelo excesso de tempo das redes.

Importante salientar que o problema excessivo do uso do aparelho smartphone por adolescentes, as implicações ainda estão imperceptíveis quanto a gravidade dos males ocasionados especificamente a compulsão ou dependência de jogos e de internet de forma geral. A dependência caracteriza-se por uma necessidade psicológica do usuário; e dentre essas necessidades destaca-se o desejo de fugir da realidade ou obter euforia; uma necessidade absoluta ou desejo irresistível; tolerância ao uso; e síndrome de abstinência. (Silva et al 2017), O Diagnóstico e Estatístico de Transtorno Mentais (DSM), aumenta a legitimidade clínica dos transtornos e o entendimento científico da natureza de tais dependências.

Segundo Young e Abreu (2011), saliência; mudança de humor; abstinência; tolerância; conflito e recaída seguida de reinstalação do quadro, são modelos com fatores para o diagnóstico de dependência, independentemente de sua natureza. A partir disso pode-se dizer que tais fatores podem aumentar a chance de desenvolver desvios comportamentais na vida adulta, como uso de substâncias, criminalidade ou dificuldade na educação dos filhos, entre outros.

Conforme Fenotti et.al (2018) , as doenças psiquiátricas estão contempladas no DSM ,em razão disso é tido como uma forma padrão para avaliação das doenças psiquiátricas, o que vale ressaltar, que 50% a 75% das doenças psiquiátricas e mentais, inicia-se na infância e na adolescência, o que na maioria das vezes são diagnosticados de forma imprecisa e até descartado os indícios de determinados transtornos. Essa desinformação podem ocasionar o aumento e o desenvolvimento de outros transtornos na vida adulta. (FENOTTI, ET AL.2018) O DSM -V consta um apêndice relacionado a dependência e jogos na internet ,o que pode ser uma lacuna para definição do uso abusivo da tecnologia em breve, uma vez que a fobia é

considerada um desequilíbrio. (FENOTTI, ET AL.2018)

2.5.1. Vulnerabilidade psicológica

Borges e Silva (2022), a vulnerabilidade psicológica, advém da contemporaneidade, como fruto da revolução tecnológica, e que vem provocando estruturas complexas e muitas vezes patológicas no ser humano.

Em tempos de progressos tecnológicos, a capacidade de tomar decisões, a capacidade de pensar, criar, analisar e tomar consciência do que se faz ou se deve fazer não existe numa sociedade construída sobre características manipuladas pelas redes sociais. Essas características são tão complexas que a maioria delas se torna patológicas. Como exemplo destaca-se o culto a autoimagem, pilulas para emagrecimento, consumo exacerbado, etc. O que importa é o “ter em detrimento do ser”. São atitudes que oferecem um bem estar momentâneo com sensação de estar em nível elevado socialmente. As condições psicológicas desses indivíduos são facilmente manipuláveis, dessa maneira, haverá cada vez mais depressão, suicídios, violências sociais, entre outras atrocidades. (BORGES & SILVA, 2022).

O uso da tecnologia se torna agravante quanto ao aspecto psicológico, quando o virtual é tido como algo real; nesse caso permite um relacionamento ilusório pois não pode ser considerado fora do virtual; isso pode acarretar sentimento e emoções supostamente reais. (FORTIM & ARAUJO, 2013). Segundo Fortim e Araújo, (2013), a exposição perante o dispositivo eletrônico pelos usuários, faculta a sensação de controle sobre vínculos com os outros, e um espaço de duradouro, em detrimento da vida offline que não permitem tais sentimentos; isso possibilita a perda de controle por estarem em interação virtual. O autor apresenta a distração e a forma de prazer, como suporte emocional, pois o uso contínuo alivia temporariamente os problemas da vida.

Segundo Fenotti et.al (2018), o uso em excesso do smartphones apresenta um nível considerado de depressão e sintomas comuns de ansiedade tais como temores, calores, tonturas, palpitações, episódios de desmaio e indigestão. A fobia social também está relacionada com a dependência do telefone celular, o que leva o indivíduo a ficar muito tempo na internet, estabelecendo relacionamento online fugindo continuamente da realidade.

As informações disponíveis a esse público se encontram ao alcance de dedos, através da internet, basta dar um Clique e tudo se resolve. É comum que se tenham informações perigosas, impróprias e até estressantes com o uso do Smartphone. Pode se dizer que são

vulneráveis diante de tal exposição, levando a comportamento autolesivo, como cortes pelo corpo e até suicídio em grupos deprimidos.

Os dados das violências sociais no Brasil, são alarmante tal qual os homicídios; com relação a saúde ,pode-se pontuar a venda de antidepressivos que aumentou em 74% nos últimos anos.em seguida está os ansiolíticos em que contabiliza em 110% no país (MORAES,2017).

Essas vulnerabilidades psicológicas tem levado o ser humano ao fracasso, e entre estes estão os adolescentes que representam um grupo considerado como seres em desenvolvimento e, portanto são extremamente dependentes de cuidado e proteção.

2.5.2. Dependência Comportamental

Conforme Fenotti et.al (2019), tem-se observado alguns comportamentos característicos em pessoas que demonstram um quadro de intolerância na falta do aparelho smartphone; dentre eles estão: sentir-se nervoso com a falta do aparelho, munir-se de carregador para onde andar, verificar sempre a tela para conferir chamadas ou mensagens não respondidas, interações faciais com humanos reduzidas, sentir a vibração, ou som do aparelho mesmo quando ele está ausente, etc.

Os adolescentes possuem o córtex frontal subdividido; isso os limita em visualizar além do que lhe é habitual, e até mesmo, em compreender seus atos independentes e inconsequentes. Com essa limitação imposta, não estão preparados para avaliar os riscos e danos ocasionados pelo excesso do mal-uso desse aparelho. (JENSEN & NUTT, 2016)

O processo de adolecer implica em práticas comportamentais experimentais, pois isso resulta em autonomia que é importante para as vicissitudes da vida. Há longo prazo, os riscos e as aventuras experienciais, são adaptativos e apresentam enormes perigos. Vale ressaltar que existem muitas escolhas ruins a disposição dos adolescentes, mas em contrapartida também existem escolhas boas, que trazem informações e experiências positivas. (JENSEN & NUTT, 2016)

O cérebro do adolescente obtém uma sensação maior de recompensa do que o cérebro adulto, ou seja, a liberação de dopamina e a resposta a ela são intensificadas no cérebro desse adolescente; isso acarreta na dificuldade de exercer controle cognitivo sobre situações perigosas. A satisfação do adolescente está no centro da impulsividade e por isso praticam comportamentos arriscados e continuam com o comportamento de risco em busca de

nova satisfação.

2.5.3 Estratégias de intervenção comportamental

Segundo Young & Abreu (2011), O uso em excesso da tecnologia, vem acarretando abandono e o acaso nos relacionamentos sociais, a ponto de gerar prejuízo nas relações familiares; entre várias interferências pode-se citar a presença de solidão, marcada por falta de interesse na comunicação com seus pares.

Para Fenotti (2018), as tentativas de se estabelecer uma saída para problemas comportamentais relacionadas a uso excessivo do aparelho smartphone na família, tem sido frustradas, segundo os estudos atuais. Os pais ou responsáveis devem procurar apoio a fim de criar estratégias que o leve a formar um ambiente doméstico que venha influenciar a educação das crianças e adolescentes, em âmbito motivacional para que as atividades diárias sejam direcionadas e inspecionadas.

As alterações comportamentais das crianças e adolescentes, tem se tornado um problema crônico, o que leva a pensar na elaboração de um plano terapêutico individualizado, contínuo e regular; plano este elaborado conjuntamente com os responsáveis, com reforçadores positivos e assim construir um padrão de comportamento equilibrado e desejável, no que se refere ao uso do dispositivo eletrônico (FENOTTI, ET. AL, 2018).

Para Santos e Silva (2018), O uso contínuo do aparelho celular está intrinsecamente relacionado a forma de como se dá as interações sociais. Assim as relações interpessoais, são indispensáveis para que habilidades sociais se desenvolvam. Dito isso, construir um novo repertório para se relacionar e alcançar uma vida equilibrada diante da tela, é de fundamental importância para uma vida social aceitável diante da sociedade (YOUNG & ABREU, 2011).

As estratégias devem ser desenvolvidas desde tenra idade pelos seus cuidadores; vale ressaltar que as habilidades sociais são adquiridas e absorvidas no desenrolar do desenvolvimento. Para cada fase do desenvolvimento humano existirá demandas sociais que serão implementadas e adequadas ao ambiente social dentro de seus contextos. Del Prette & Del Prette (1999) profere que o desempenho social, diz respeito a qualquer comportamento manifestado na relação com outras pessoas; comportamentos estes que favorecem ou interferem nas relações, (SANTOS e SILVA, 2018).

Santos e Silva (2018) descreve que para desenvolvimento integral do indivíduo, a terapia de Habilidades Sociais preconiza tratar os déficits sociais, onde oportuniza o indivíduo

à desenvolver comportamentos diferentes e mais adequados, fugindo assim das formas prejudiciais e obtenção de experiências positivas em relações concretas. (DEL PRETTE & DEL PRETTE, 2004).

Nessa perspectiva comportamental, o trabalho grupal, cria uma força coletiva, validada e desenvolvida pelo próprio grupo, a fim de propiciar um ambiente de construção dialética, assim sendo, novas formas de ver a questão e uma nova consciência gera novas formas de agir (SILVA & SANTOS, 2018).

Os grupos de orientação formada por pais que estão diante do dilema das redes é uma estratégia que vai ajudar e apoiar os familiares que possuem problemas na educação tecnológica de seus filhos adolescentes e que se encontra com desvios comportamentais. Entende-se que esses encontros tendem a contribuir com a formação de idéias nas trocas de experiências, por se tratar de adultos psicologicamente equilibrados emocionalmente. (FENOTTI ET.AL 2018).

3 METODOLOGIA

Os procedimentos realizados para a execução dessa pesquisa foram através do processo de estudo qualitativo em artigos publicados no Brasil entre os anos 2010 a 2021, uma revisão bibliográfica. As bases de dados da pesquisa foram extraídos das plataformas digitais, Google e Scientific Electronic Library Online (Scielo). Assim, é de primordial importância estabelecer o método utilizado para ampliar a pesquisa, visto que, segundo Marconi & Lakatos (2019), “o método é o conjunto das atividades sistemáticas e racionais que, com maior segurança e economia, permite alcançar o objetivo, conhecimentos válidos e verdadeiros, traçando o caminho a ser seguido, detectando erros e auxiliando as decisões do cientista. (MARCONI; LAKATOS, 2019).

Diante da necessidade de se analisar sobre a mediação, serão necessárias pesquisas bibliográficas acerca do tema, pois a pesquisa bibliográfica ou mesmo as fontes secundárias, diz respeito a toda literatura já publicada relacionada ao assunto em estudo, ou seja, desde monografias, teses, artigos científicos impressos ou eletrônicos. Esse tipo de pesquisa tem como objetivo colocar o pesquisador em um diálogo direto com tudo o que foi escrito, filmado ou dito sobre um assunto pré-estabelecido, que tenha sido reproduzido de alguma maneira. Assim sendo, a pesquisa bibliográfica não é uma forma trivial de revisão daquilo que foi escrito ou relatado, sendo que possibilita uma investigação de um tema sob uma nova perspectiva ou questionamento, atingindo conclusões atuais. (MARCONI; LAKATOS, 2019).

A pesquisa bibliográfica é considerada a base e o caminho para outras pesquisas, conforme relata Odília Fachin, a pesquisa bibliográfica constitui-se uma pesquisa preparatória para outro tipo de pesquisa, dessa forma, é necessário haver o respaldo e apoio de todo tipo de estudo, mesmo que tenha outra forma basilar de pesquisa, seja de laboratório, ou campo, puro ou documental. (FACHIN, 2017). Assim, a partir da pesquisa bibliográfica a respeito do tema, objetiva-se também buscar uma abordagem qualitativa do assunto, e com isto uma análise do conteúdo abordado, a problemática levantada.

4. RESULTADOS

Para esse estudo, foi realizada busca bibliográfica durante o período de novembro de 2022 a junho 2023, na qual foram utilizadas diferentes combinações dos seguintes descritores indexados no Medical Subject Headings (MESH): Adolescent; “Information Technology”; Internet; “Social Media” e “Adolescent Health”. Também foram utilizados descritores em português, que se encontram indexados no site de Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): Adolescente; “Tecnologia da Informação e Comunicação”; “Ciber Espaço”; “Mídia Social” e “Saúde do Adolescente”.

As bases de dados consultadas foram a *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE/PUBMED)*, a Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), o Portal Regional da Biblioteca Virtual em Saúde (BIREME) e o site do Google Acadêmico®.

Houve delimitação para o tipo de estudo, para a língua e ano de publicação, sendo incluídos artigos em inglês, português e espanhol publicado nos últimos cinco anos. Uma vez selecionados, os estudos encontrados foram analisados pelos títulos e ou pelos resumos, com objetivo de exclusão daqueles que não contemplaram em seu escopo a temática proposta nesta revisão. Após essa etapa, foi realizada a leitura dos estudos na íntegra, de forma a avaliar se esses atendiam aos seguintes critérios de elegibilidade: (1) estudos disponíveis na forma completa de artigos científicos; (2) publicados nos últimos cinco anos em língua portuguesa, inglesa ou espanhola e que (3) investigaram o uso excessivo das TIC pelos adolescentes.

Título de Inclusão e exclusão de artigos selecionados

Site pesquisado	Número de artigos identificados	Número de artigos selecionados	Número de artigos analisados
MEDLINE/PUBMED	30	10	1
LILACS	15	5	1
BIREME	18	7	1
Google Acadêmico	15	9	1

Fonte: Autoria própria

Os artigos reportam trabalhos com prevalência da ciência Psicológica, mas também com produções oriundas de outras áreas como: educação física, Tecnologia, Medicina e Saúde e enfermagem.

Então é percebido certo interdisciplinaridade no assunto, em que muitos desses artigos trazem um cruzamento nos campos de entendimento com o intuito de buscar maior informação ou compreensão dos efeitos causados pelo uso de internet no público adolescente.

Dois inquéritos transversais com estudante universitários descobriram se que os alunos que passaram mais tempo na plataforma de mídia social Facebook eram mais propensos a endossar sentir inveja ou sentir que os outros em sua rede social estavam em melhor situação do que eles.

Quadro 1- Direcionamento teórico da pesquisa de autores

Artigo	Autor/ano	Resumo
Correlação entre a dependência do smartphone na adolescência e alguns transtornos psiquiátricos	Fenotti et.al, (2019)	Os autores apresentam os efeitos negativos sobre controle cognitivo, o funcionamento socioemocional em adolescentes. Jovens com menor controle dos impulsos pode ser mais suscetíveis aos efeitos nocivos.
Aspectos etiológicos da dependência em internet: uma revisão teórica.	Felix et.al, (2015)	Os autores informam que o comportamento dos adolescentes em permanecer continuamente nas redes sociais é sempre reforçado pela satisfação intensa que é manifestada por meio dos inúmeros conteúdos ofertados nesse espaço.
Uso das redes sociais na internet pelos adolescentes: uma revisão de literatura.	Portugal e de Souza, (2020)	Referindo--se ao limite de tempo gasto no uso das redes sociais pelos adolescentes, o autor conclui-se que quanto maior for o tempo, maior será a chance de o adolescente afastar-se do “mundo real”, resultando uma vida mais sedentária.
O uso de mensagens instantâneas por adolescentes como meio de alívio emocional.	Dolev-Cohen; Barak, (2013)	Este artigo demonstra que a interação entre os adolescentes está cada vez mais online do que pessoalmente, apontando o aparelho smartphones como mecanismo de fácil acesso e por interferir nas interações sociais.
Vício em Internet: reavaliação onceito cada vez mais inadequado.	Aboujaoude (2016)	Este artigo demonstra que os efeitos das mídias sociais eram hererogêneo, pequenos na melhor das hipóteses, recíprocos ao longo do tempo (...) e contingente em métodos analíticos.

Artigo	Autor/ano	Resumo
Vulnerabilidade psicológica em tempos tecnológicos e líquidos.	Borges & Filho (2022)	O desenvolvimento da razão e a possibilidade de se obter instrumentos cognitivos é um fator essencial para o progresso da racionalidade; ocorrendo isso, há de se compreender as regras, deveres e a cooperação mútua, conforme tratados pré-estabelecidos nas relações; e conseqüentemente o indivíduo adquire uma regulagem interna que sirva como uma bússola norteadora das ações sociais.
Os impactos sociais, cognitivos e afetivos sobre a geração de adolescentes conectados às tecnologias digitais	Santos Silva (2018)	O uso contínuo do aparelho celular está intrinsecamente relacionado a forma de como se dá as interações sociais. Assim as relações interpessoais, são indispensáveis para que habilidades sociais se desenvolvam. A construção de um novo repertório para se relacionar e alcançar uma vida equilibrada diante da tela, é de fundamental importância para uma vida social aceitável .
Dependência de internet: manual e guia de avaliação e tratamento	Youg Abreu, (2011)	Relata que a saliência; mudança de humor; abstinência; tolerância; conflito e recaída seguida de reinstalação do quadro, são modelos com fatores para o diagnóstico de dependência, independentemente de sua natureza. Tais fatores podem aumentar a chance de desenvolver desvios comportamentais na vida adulta, como uso de substâncias, criminalidade ou dificuldade na educação dos filhos, entre outros.
O uso de mensagens instantâneas por adolescentes como meio de alívio emocional.	(Dolev-Cohen; Barak, 2012)	Eles descobriram que o uso diário de tecnologia, incluindo mídias sociais e uso de smartphones para diferentes fins, não estava associado a sintomas de saúde mental. Os dados apenas suportaram associações quadráticas diárias limitadas, ou seja, os adolescentes relataram menor saúde mental nos dias em que não usaram o smartphone ou quando o usaram excessivamente.

Fonte: Própria

Uma revisão sistemática de 20 estudos descobriu que o uso de mídias sociais estava associado a preocupações com a imagem corporal e alimentação desordenada. Em um estudo randomizado, as participantes do sexo feminino relataram mais humor negativo após apenas 10 minutos de navegação em sua conta do Facebook em comparação com aquelas que navegaram em um site de controle de aparência neutra. Além disso, os participantes que estavam com alta tendência de comparação de aparência relataram um aumento do desejo de mudar a aparência de seu rosto, cabelo ou pele depois de passar um tempo no Facebook, em comparação com aqueles que navegaram no site de controle.

A natureza das interações nas redes sociais, que são de braço, torna os comentários negativos fáceis e mais frequentes do que as interações presenciais com colegas. Uma pesquisa de Ontário com estudantes do ensino fundamental e médio mostrou que as chances de ideação planos e tentativas suicidas eram significativamente maiores entre aqueles que haviam sofrido cyberbullying, mesmo depois de controlar uma série de potenciais fatores de confusão.

Um estudo de dados de pesquisa repetidos de 2013, 2014 e 2015 associou a extensão do uso autor relatado do Facebook com subsequente saúde mental e satisfação com a vida ruim auto relatadas. Foram levantadas preocupações sobre as plataformas de mídia social terem sido deliberadamente projetadas - de maneiras altamente sofisticadas que usam psicologia comportamental, neurociência e inteligência artificial - para promover o reforço comportamental e o vício comportamental.

Vários estudos transversais têm mostrado que altas proporções de jovens parecem ser viciadas em seus smartphones, mas não há uma definição padrão ou acordada de dependência de smartphone ou Internet; Estudos têm utilizado diferentes definições e escalas, variando daquelas que se baseiam em critérios comportamentais de dependência, para medir a extensão do comprometimento funcional e o nível de uso de dispositivos.

Uma revisão sistemática identificou a dependência de Internet como sendo particularmente associada a automutilação ou comportamento suicida com base em 7 estudos incluídos, todos os quais eram inquéritos transversais de base escolar que usaram medidas de desfecho validadas e foram classificados como de alta ou média a alta qualidade.

Um grande estudo prospectivo recente de estudantes adolescentes do ensino médio em Taiwan descobriu que os jovens classificados como experimentando dependência da Internet tinham um risco significativamente aumentado de ter automutilação ou comportamento suicida recém-surgido ou ambos quando reavaliados 1 ano depois.

Duas revisões sistemáticas mostraram que a multitarefa midiática está associada a efeitos negativos sobre o controle cognitivo, o desempenho acadêmico e o funcionamento socioemocional em jovens. A maioria dos estudos existentes, no entanto, é transversal, e as medidas são heterogêneas entre os estudos, com tentativas limitadas de considerar diferenças individuais e contextuais, impossibilitando o estabelecimento de causalidade. Jovens com menor controle dos impulsos pode ser mais suscetível aos efeitos deletérios da multitarefa midiática.

Um grande estudo longitudinal de adolescentes que não tinham sintomas significativos de transtorno de déficit de atenção/hiperatividade (TDAH) na linha de base

descobriu que o uso de mídia digital de alta frequência estava positivamente associado ao surgimento de sintomas que atendiam aos critérios *do Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais – 4ª Edição* (DSM-IV) para TDAH durante um período de acompanhamento de 2 anos, mesmo após o ajuste para confundidores conhecidos.

Os jovens comunicam pensamentos de suicídio e comportamentos de automutilação online, incluindo o compartilhamento de imagens de lesões auto infligidas. A representação explícita de automutilação – particularmente corte – nas redes sociais é comum, como mostram estudos de conteúdo do site que encontraram fotografias ou vídeos ao vivo de comportamento autolesivo, muitos dos quais não tinham avisos sobre conteúdo gráfico. Particularmente preocupantes foram os comentários dos espectadores, que normalmente continham feedback positivo ou revelações pessoais sobre experiências de automutilação, e raramente ofereciam encorajamento ou discussão sobre a recuperação.

Tais achados mostram o potencial de romantização da doença mental e mensagens que normalizam a automutilação entre os jovens. De fato, uma revisão sistemática que incluiu 26 estudos (usando metodologia qualitativa, descritiva ou transversal) descobriu que as plataformas de mídia social incluíam normalização do comportamento de automutilação, discussões sobre questões práticas relacionadas à suicidalidade e representações ao vivo de atos de automutilação. Ao mesmo tempo, também houve elementos positivos, incluindo o fornecimento de um senso de comunidade, sugestões para procurar tratamento e conselhos sobre como parar o comportamento de automutilação.

Um estudo observacional mostrou que passar mais de algumas horas por semana usando meios eletrônicos correlacionou-se negativamente com a felicidade autorrelatada, satisfação com a vida e autoestima, enquanto o tempo gasto em atividades não relacionadas à tela (interações sociais presenciais, esportes ou exercícios, mídia impressa, lição de casa, serviços religiosos, trabalho remunerado) correlacionou-se positivamente com o bem-estar psicológico, entre os adolescentes.

Outros estudos observacionais relacionaram passar mais de 2 horas por dia em sites de redes sociais e dispositivos eletrônicos pessoais com altas taxas de suicídio e sintomas depressivos entre meninas adolescentes, embora os jovens que mantiveram altos níveis de socialização face a face estivessem relativamente protegidos contra as consequências negativas de muito tempo online.

Os jovens interagem cada vez mais online do que pessoalmente, e os smartphones podem interferir até mesmo nas interações presenciais. Um estudo de campo empírico recente usando amostragem de experiência em 304 participantes mostrou que mesmo a simples

presença de telefones em uma mesa fez com que os participantes que foram aleatoriamente designados para essa condição se sentissem mais distraídos e tivessem menos prazer durante as interações sociais em comparação com aqueles que foram randomizados para guardar o telefone. O uso do telefone também foi encontrado para prever distração, o que, por sua vez, produziu maior tédio e menos bom humor geral.

5. DISCUSSÕES

O avanço tecnológico constitui-se um fenômeno de desenvolvimento global que garantiu uma abrangência no acesso à internet, concedendo a população de forma geral à oportunidade de usufruto sem reservas.

Dessa maneira é perceptível como o comportamento, a forma de interação social e a comunicação das pessoas foram e ainda são intensivamente modificados na proporção em que acontece o progresso tecnológico. (SOUZA; DA CUNHA, 2019; DE ALENCAR FIGUEIREDO et al., 2018).

Por outro lado, conforme afirmam Portugal e De Souza (2020), o avanço tecnológico favoreceu o dia a dia da população, devido o seu amplo composto de dispositivos disponíveis (jogos, e rede sociais) e de aparelhos eletrônicos (smartphones, iPhone, notebooks e outros), facilitando e concedendo mais bem-estar e conforto, além de promover um contínuo a prazer e satisfação. Considerando esses benefícios, as consequências desse avanço é o crescente número de adeptos, provenientes de todas faixas etárias, principalmente entre os adolescentes. Deste modo, os usuários tornam-se cada vez mais reféns dessas tecnologias (OLIVEIRA *et. al*, 2017).

O público adolescente é mais vulnerável em condicionar a dependência em internet, devido ser uma fase do desenvolvimento humano em que os aspectos relacionados a imaturidade dos sistemas cerebrais, o fato de discernir os conteúdos disponibilizados nas redes sociais, a falta de controle decisivo do tempo de uso, aumentam a probabilidade do uso excessivo, acarretando danos negativos à saúde psíquica e física. (SOUZA *et.al*,2019).

Nas redes sociais os adolescentes podem se portar de maneira como se sentirem melhor, ou seja, é um espaço em que são refletidas uma realidade em que poderá ser editada e personalizar autoimagem para a direção que julgarem mais atraentes e satisfatórios, a fim de ajustar-se ao anseio de conservar uma repercussão que está em todo nas mídias sociais. (LUSTOSA e SILVA, 2021).

Outrossim, o comportamento dos adolescentes em permanecer continuamente nas redes sociais é sempre reforçado pela satisfação intensa que é manifestada por meio dos inúmeros conteúdos ofertados nesse espaço. (FELIX et.al,2015)

Outra particularidade presente no uso excessivo de internet está no refúgio da ansiedade devido a interação social online; a infinita diversidade de conteúdos; o consolo proveniente do sentimento de anonimato; acesso em diversos ambientes ou lugares; e em suma, é um grupo advindo de um contexto totalmente controlado pelas tecnologias. (PEREIRA DE BARROS et al., 2019).

No que se refere ao limite de tempo gasto no uso das redes sociais pelos adolescentes, é evidente que quanto maior for o tempo, maior será a chance de o adolescente afastar-se do “mundo real”, resultando uma vida mais sedentária. (PORTUGAL e DE SOUZA, 2020).

É importante que os indivíduos que possuem diagnóstico de depressão ou apresentam sintomas depressivos passam mas tempo conectados, porém com menos interação; e quando isso acontece são por meio de postagens e compartilhamentos de natureza pessimista e/melancólico. (BIENZOBÁS, 2021).

Vale ressaltar que as terminologias vistas nos trabalhos pesquisados para designar o uso excessivo da internet, são contempladas nas temáticas: uso compulsivo. Dependência de internet e abuso de internet, uso patológico, adicção por internet, compulsão de mídia digital e transtorno de dependência de internet.

Em comparação com qualquer outro dispositivo de mídia digital, o smartphone é experimentado como um "atrator cognitivo" uma vez que proporciona momentos curtos de satisfação a um baixo custo e em combinação com uma alta saliência do estímulo. Dados em tempo real mostrou que o uso de smartphones é um comportamento profundamente internalizado e reforçado, com potencial de interromper o fluxo de outras atividades em andamento.

Devido à sua difusão, a preocupação do público sobre o efeito dos smartphones no bem-estar dos jovens foi levantada especialmente considerando que os sintomas depressivos cresceram após a introdução das tecnologias digitais. Embora as duas tendências tenham mudado juntas, isso não implica necessariamente que uma cause a outra. Em vez disso, o bem-estar (menor) também pode melhorar o uso de mídia digital.

Em particular, ao analisar os efeitos de sintomas depressivos e atividades auto relatadas baseadas em tela, um estudo anterior encontrou efeitos positivos, mas pequenos, e diferentes trajetórias ligando os dois conceitos. Outros estudos modelaram efeitos entre e

dentro da pessoa levando a resultados mistos. No entanto, uma meta-análise analisou dados de rastreamento do uso de mídia digital e descobriu que os autos relatórios raramente estimam com precisão os dados de rastreamento.

Há três deficiências principais de estudos anteriores:

(I) Eles analisaram principalmente uma direção dos efeitos apenas (ou seja, como o uso da mídia influencia o bem-estar),

(II) Embora alguns estudos tenham considerado efeitos intrapessoais, eles modelaram principalmente associações entre pessoas e; empregaram medidas autor relatadas de uso de smartphones.

(III) Empregaram medidas autor relatadas de uso de smartphones. Para superar essas limitações de uma só vez, o presente estudo investigou como o bem-estar e o uso do smartphone (em termos de frequência e tempo de uso) se influenciam mutuamente ao longo do tempo em uma amostra de adolescentes participantes. Baseamo-nos em dados longitudinais intensivos, ou seja, avaliações in situ do bem-estar e dados de rastreamento do uso do smartphone coletados por 45 dias consecutivos, para modelar a dinâmica diária, recíproca e individual do uso e bem-estar do smartphone.

O uso de auto relato e dados de rastreamento objetivo, combinado com uma abordagem estatística avançada, ou seja, Modelagem Dinâmica de Tempo Contínua Bayesiana Hierárquica nos permitiu desembaraçar a dinâmica específica da pessoa ao longo do tempo e fazer previsões sobre estados presentes e futuros.

Ao fazer isso, abordamos simultaneamente em um estudo exploratório todas as três limitações (o foco nos efeitos do uso de smartphones para o bem-estar principalmente, o design entre as pessoas principalmente e medidas auto relatadas), com a esperança de conciliar achados contraditórios em pesquisas anteriores.

A avaliação do bem-estar em relação ao uso de mídias digitais tornou-se crucial, considerando que os problemas de saúde mental frequentemente começam na adolescência, que também é a idade de uso mais pesado de smartphones. Embora o bem-estar vá além da ausência de problemas de saúde mental, a literatura anterior enfocou principalmente a ligação entre estes últimos (em termos de sintomas depressivos, ansiedade, solidão, maus resultados do sono, estresse, hiperatividade e problemas relacionados à saúde, para citar alguns) e o uso de mídias digitais na juventude, encontrando relacionamentos positivos (ABOUJAOUDE, 2016)

Para superar as limitações de estudos anteriores e lançar luz sobre os resultados mistos, os pesquisadores começaram a usar modelos estatísticos para estudar os efeitos

intrapessoais em dados longitudinais. Usando dados de painel representativos em larga escala, Orben e colegas modelaram tanto as associações entre pessoas quanto os efeitos intrapessoais entre o uso de mídias sociais e a satisfação com a vida dos adolescentes. Eles descobriram que os efeitos das mídias sociais eram matizados, pequenos na melhor das hipóteses, recíprocos ao longo do tempo (...) e contingente em métodos analíticos (ABOUJAOUDE, 2016)

Considerando fatores como o contexto familiar e a posse de dispositivos de mídia digital, outro estudo encontrou um efeito positivo, pequeno e bidirecional dentro da pessoa entre o uso da Internet e a depressão em 981 adolescentes precoces acompanhados ao longo de 4 anos³⁸. No entanto, outros estudos não encontraram relações cruzadas defasadas ao controlar as associações entre as pessoas (DOLEV-COHEN; BARAK, 2012)

Por exemplo, acompanhando 500 adolescentes com mais de 8 anos, Coyne et al. relataram que o tempo gasto nas mídias sociais foi moderadamente relacionado à ansiedade e depressão no nível interpessoal, corroborando muitos estudos transversais que encontraram associações negativas. No entanto, as análises de efeitos intrapessoais não revelaram associações temporais entre as duas variáveis. A intensidade do uso de mídias sociais e a saúde mental não se predisseram no nível presencial em outro estudo com 2109 adolescentes precoces acompanhados ao longo de 2 anos por *Boer et al.*

Além disso, Jensen et al. coletaram dados de Avaliações Ecológicas Momentâneas (EMAs) em 388 adolescentes ao longo de 2 semanas, com foco nos sintomas internalizantes e externalizantes. Eles descobriram que o uso diário de tecnologia, incluindo mídias sociais e uso de smartphones para diferentes fins, não estava associado a sintomas de saúde mental. Os dados apenas suportaram associações quadráticas diárias limitadas, ou seja, os adolescentes relataram menor saúde mental nos dias em que não usaram o smartphone ou quando o usaram excessivamente (DOLEV-COHEN; BARAK, 2012)

Outros pesquisadores descreveram que o bem-estar pode influenciar as mídias digitais, mas não o contrário. Por exemplo, o bem-estar mais baixo previu pequenos aumentos no uso ativo de mídia social no estudo de Puukko *et al.*, que acompanharam 2891 adolescentes acima de 6 anos. No entanto, nenhum efeito foi encontrado na direção inversa (ABOUJAOUDE, 2016)

Em síntese, a literatura existente relatou pequenos efeitos em ambas as direções. Os efeitos adversos não são surpreendentes, considerando que os adolescentes que passam muito tempo online tendem a investir menos tempo em atividades benéficas para o seu bem-estar, como praticar esportes, fazer lição de casa e dormir. Além disso, eles são expostos a conteúdos que provocam comparação social ascendente e inveja, afetando negativamente o

bem-estar dos adolescentes (GARRETT, TOUMANOFF, 2010).

Os adolescentes podem encontrar apoio social, liberar emoções e procurar comunidades on-line com interesses semelhantes para melhorar seu humor. Além disso, tem sido sugerido que o uso da tecnologia digital afasta os adolescentes de comportamentos problemáticos, como a violência ao ar livre e o uso de drogas, incluindo o consumo de álcool, uma vez que os adolescentes já são "constantemente estimulados e entretidos" por seus smartphones (ABOUJAOUDE, 2016)

Devido aos altos níveis de heterogeneidade nos resultados de estudos de painel e meta-análises, os pesquisadores começaram a explorar efeitos específicos da pessoa. É provável que a contraversão dos tamanhos médios de efeito relatados em grandes estudos se deva à presença de uma diversidade substancial na suscetibilidade dos adolescentes aos efeitos do uso de mídias digitais sobre o bem-estar. De fato, os efeitos intrapessoais relatados em estudos longitudinais são mais fortes do que os efeitos individuais, que podem variar de altamente positivos a altamente negativos (DOLEV-COHEN; BARAK, 2012)

Assim, para fornecer informações sobre a suscetibilidade única individual e estudar como os efeitos variam de adolescente para adolescente, Beyens *et al.* introduziu a abordagem específica da pessoa, em que a direção e a magnitude dos efeitos individuais são estimadas através da recolha intensiva de dados longitudinais utilizando EMAs (BELLINI *et al.*, 2010)

Um estudo de seguimento usou EMAs por 3 semanas para avaliar se o uso ativo e passivo de mídias sociais influenciava o bem-estar de forma diferente. No entanto, o envio de mensagens não fez com que os adolescentes se sentissem melhor do que receber mensagens instantâneas ou percorrer os perfis de outras pessoas. Em vez disso, um adolescente relatou efeitos positivos, negativos ou nenhum efeito consistentemente em diferentes atividades e receptores, com a maioria (45%) dos participantes não experimentando nenhum efeito positivo ou negativo (BELLINI *et al.*, 2010).

Os autores sugeriram que a presença de um efeito nulo em uma grande parcela dos participantes pode ser devido à possibilidade de que efeitos positivos e negativos se anulem, resultando em um efeito nulo (GARRETT, TOUMANOFF, 2010).

Em síntese, os resultados longitudinais obtidos até o momento sugeriram uma mistura de fenômenos complexos. Os efeitos das mídias digitais no bem-estar dos jovens são pequenos explicando assim pouca variação no bem-estar, e variam de adolescente para adolescente.

6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O uso do aparelho smartphone tem aumentado de forma exponencial na contemporaneidade pelos adolescentes, devido a sua utilidade, facilidade de transações, pesquisas e comunicação; assim sendo, há de se considerar que é imprescindível e quase impossível viver sem esse objeto.

O uso da tecnologia com objetivo educacional, com conteúdos que atendam esse público desempenham um papel extremamente relevante como uma estratégia impulsionadora para a educação abrangendo todas as áreas. Esse formato de aprendizagem vai intensificar o aproveitamento dos conteúdos desenvolvidos nos métodos convencionais. (MUNIZ ET.AL,2021)

Os smartphones são um acessório que compõe a personalidade dos adolescentes e está relacionado intrinsecamente aos papéis as quais eles desenvolvem em sociedade. As pesquisas demonstram que, de forma precoce, estes aparelhos móveis estão sendo inseridos desde cedo na vida das crianças. A vulnerabilidade desses adolescentes diante do excesso no uso desse aparelho móvel, geralmente acentua-se em famílias em que não possuem alguém que os supervisionam; assim, não possuem limites.

Como foram vistos, os transtornos psiquiátricos se desenvolvem na infância e adolescência, se estendem para a vida adulta. É relevante o estudo sobre o tema, uma vez que o conhecimento sobre as consequências de tais atos pode acarretar dependência dessa tecnologia e aumentar os possíveis transtornos psiquiátricos.

Cabe aos profissionais da área de saúde, elaborar estratégias que visam orientar os pais, professores ou responsáveis e profissionais da Educação para estarem vigilantes e tomarem decisões que irão de encontro às necessidades urgentes, no que se refere ao desenvolvimento psicossocial dos adolescentes, a construção de um espaço de diálogo em todos os âmbitos familiar, escolar e religioso.

É necessário fomentar a pesquisa e o desenvolvimento de abordagens terapêuticas e

programas de intervenção específicos para lidar com as questões relacionadas ao uso problemático do smartphone entre esse grupo. A conscientização e a adoção de medidas efetivas são essenciais para garantir o bem-estar psicológico e o desenvolvimento saudável dos adolescentes, permitindo que eles aproveitem os benefícios da tecnologia de forma equilibrada e responsável. Somente assim será possível reduzir os riscos e promover uma vida digital saudável e satisfatória.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO, E. M.; de e FIGUEIREDO, P. P.; **Vulnerabilidade das crianças e adolescentes no uso das redes sociais e a mediação parental.** *Pesqui. prá. psicossociais* [online]. 2017, vol.12, n.4, pp. 1-20. ISSN 1809-8908.

ÁVILA, S. F. O. **A adolescência como ideal social.** In: SIMPÓSIO INTERNACIONAL DO ADOLESCENTE, 1., 2005, Rio de Janeiro. Anais Eletrônicos [...]. Rio de Janeiro: Faculdades Integradas Maria Thereza e Centro Universitário Metodista UniBennett. Disponível em: <http://www.proceedings.scielo.br/scielo.php>

BAHLS, S.C.; NAVOLAR, A. B.B.; **Terapia cognitivo-comportamental: conceitos e pressupostos teóricos.** *Revista Eletrônica de Psicologia*, nº 4, Curitiba, jul. 2010.

BECK, A. T. & ALFORD, B. A.; 2000. **O poder integrador da terapia cognitiva.** Porto Alegre: Artes Médicas.

BELLINI C. G. P.; GIEBELEN E.R. R. CASALI B. **Limitações digitais.** *Inf. & Soc.:Est., João Pessoa*, v.20, n.2, p. 25-35, maio/ago. 2010

BEYENS I. MEIER A. VALKENBURG M. **Uso de mídia social e seu impacto na saúde mental do adolescente: uma revisão geral das evidências.** v.44.abr/2022; p.58-68 <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.08.017>

BIENZOBÁS, S. M. **Adolescência, internet e saúde mental: uma revisão de escopo.** 2021.

BORGES, P.T.; FILHO.P.M.; **Vulnerabilidade psicológica em tempos tecnológicos e líquido.** v. 7 n. 3 (2022) Portais e Plataformas <https://doi.org/10.52641/cadcaj.v7i3.64>

BRASIL. Lei 8.069, de 13 de julho de 1990. Dispõe sobre o Estatuto da Criança e do Adolescente e dá outras providências. **Diário Oficial da União**, Brasília, 16 jul. 1990.

BRASIL. Ministério da Saúde. Lei n. 8.080, de 19 de setembro de 1990. Dispõe sobre as condições para a promoção, proteção e recuperação da saúde, a organização e o funcionamento dos serviços correspondentes e dá outras providências. **Diário Oficial da União**, Brasília, 19 set. 1990.

CASTELLS M.A. **Galáxia da internet: reflexões sobre a internet, os negócios e a sociedade.** Rio de Janeiro: Jorge Zahar Editor; 2003.

CAVALCANTE, R.B; et al. **Inclusão digital e uso de tecnologias da informação: a saúde do adolescente em foco** -Perspectivas em Ciência da Informação, v.22, n.4, p.3-21, out./dez. 2017.

Centro Regional de Estudos para o Desenvolvimento da Sociedade da Informação. Online Brasil 2021. <https://cetic.br/pt/tics/kidsonline/2021/criancas/A1B/>

CRESWELL, J. W. **Projeto de pesquisa: métodos qualitativo, quantitativo e misto**. 2. ed. Porto Alegre – Artmed 2007.

DOLEV-COHEN, M., & BARAK, A. (2013). **O uso de mensagens instantâneas por adolescentes como meio de alívio emocional**. *Computers in Human Behavior*, 29 (1), 58–63. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2012.07.016>

ERIKSON, E. H.; **Identidade, Juventude e Crise**. Rio de Janeiro: Zahar editores. 1972

FACHIN, O. **Fundamentos de metodologia**. 5. ed. revista e atualizada. São Paulo: Atlas, 2017.

FÉLIX J. C. M.; CORRADINI, V. M.; MAINARDES, S. C. C.; **Aspectos etiológicos da dependência em internet: uma revisão teórica**. 2015.

FINOTTI, M.B.; et al. **Correlação entre a dependência do smartphone na adolescência e alguns transtornos psiquiátricos** – revisão de literatura. Vol.25, n.2, pp.128-134 (Dez 2018 – Fev. 2019) Brazilia <http://www.mastereditora.com.br/bjscr>

FONSECA J. **Metodologia da pesquisa científica**. 2002. Disponível em: [http://www.ia.ufrj.br/ppgea/conteudo/conteudo-2012-1/ISF/Sandra/apostila Metodologia.pdf](http://www.ia.ufrj.br/ppgea/conteudo/conteudo-2012-1/ISF/Sandra/apostila%20Metodologia.pdf)

GOMES, H. M. G.; LEITE, E. G. **O papel da família e da escola na aprendizagem escolar**. 2008. Disponível em <http://www.faculdadesenacpe.edu.br/encontro-de-ensino>

HALL, S. **A identidade cultural na pós-modernidade**. Rio de Janeiro: DP&A.1999.

<https://revistapegn.globo.com/Dia-a-dia/noticia/2021/09->

<https://revistapegn.globo.com/Dia-a-dia/noticia/2021/09/por-que-steve-jobs-nao-deixava-os-filhos-brincarem-com-ipads.html>

HUANG C.; **Uma meta-análise do uso problemático de mídia social e saúde mental**. doi: 10.1177/0020764020978434. Epub 2020 9 de dezembro.

JENSEN F.; NUTT.A.E.; **O cérebro adolescente: Guia de sobrevivência para criar adolescentes e jovens adultos**. Editora Intrinseca, 7 de nov. De 2016

KÖCHE, J. C.; **Fundamentos de Metodologia Científica: teoria da ciência e iniciação à pesquisa**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2011.

KONKIEWITZ, E.C.; et al. - **Terapia Cognitivo-Comportamental na Infância e Adolescência- In: aprendizagem, comportamento e emoções na infância e adolescência: uma visão transdisciplinar**. UFGD, Dourados, 2013.

LAKATOS, E. M. MARCONI M.A.; **Fundamentos de metodologia científica**. 5. ed. - São Paulo: Atlas 2003. Bibliografia ISBN 85-224-3397-6

LOTUFO N.F.; 1993a. **Terapia comportamental**. Em A. V. Cordioli (Org.) *Psicoterapias*:

abordagens atuais (p. 181-191). Porto Alegre: Artes Médicas

LUSTOSA, B. F.; SILVA, B.G.M. **A influência das redes sociais na prática de exercícios físicos e na autoimagem de estudantes universitários da área de saúde: uma revisão integrativa.** 2021

Marco legal: **saúde, um direito de adolescentes** / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Área de Saúde do Adolescente e do Jovem. – Brasília: Ministério da Saúde, 2005.

MARTINS. D.A. (2013) -**Adolescentes Internautas, Família e Depressão: estudo da relação entre a utilização da internet e das redes sociais, o ambiente familiar e a sintomatologia depressiva.** Universidade de Lisboa

MINAYIO M.C.S.; COSTA A.P.; **Fundamentos Teóricos das Técnicas de Investigação Qualitativa.** Revista Lusófona de Educação, núm. 40, 2018 Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias, Portugal.

MORAES, L.A.S.S; **Identidade do adolescente na contemporaneidade: contribuições da escola.** Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais. Transformações em Psicologia, 2009, vol. 1, nº 2, 86-98

NAGUMO E.; TELES.F.L.; **O uso do celular por estudantes na escola: motivos e desdobramentos** Rev. Bras. Estud. Pedagog. 97 (246) May-Aug 2016 <https://doi.org/10.1590/S2176-6681/371614642>

Núcleo da Informação e Coordenação do Ponto BR - NIC.br. Pesquisa sobre o uso da Internet por crianças e adolescentes no Brasil: TIC Kids Online Brasil, ano 2018. Disponível em: <http://cetic.br/arquivos/kidsonline>.

OLIVEIRA, M. M. T. de et al. **Uso de internet e de jogos eletrônicos entre adolescentes em situação de vulnerabilidade social.** Trends in Psychology, v. 25, p. 1167-1183, 2017.

Pequenas Empresas e Grandes Negócios. PEGN, **Porque Steve Jobs não deixava os filhos brincarem com ipads.** São Paulo, 18 sets 2021.

PEREIRA B. Benvinda et al. **O uso excessivo da internet por jovens e seus danos biopsicossociais: revisão da literatura.** Revista Saúde, v. 13, 2019.

PIVA, S.Z.; COSTA, M.E.; **O uso do smartphone por adolescentes: a percepção dos pais adolescentes 'use of smartphone: parent's perception** - a Universidade do Sul de Santa Catarina – UNISUL. 2020.

PORTUGAL, A. F.; DE SOUZA, J. C. P. **Uso das redes sociais na internet pelos adolescentes: uma revisão de literatura.** Revista Ensino de Ciências e Humanidades-Cidadania, Diversidade e Bem-Estar-RECH, v. 4, n. 2, juldez, p. 262-291, 2020.

RAMOS, R. F. S.; **Efeito da mediação parental em comportamentos de risco na internet entre crianças e adolescentes: um estudo exploratório** - Campinas: PUC Campinas, 2021.

SALES, S.S; COSTA. T.M; GAI J.P.; -**Adolescentes na Era Digital: Impactos na Saúde**

Mental -Research, Society and Development, v. 10, n. 9, 2021.

SCHNEIDER E.M; FUJII A.X.; CORAZZA, M.M.J. **Pesquisas quali-quantitativas: contribuições para a pesquisa em ensino de ciências**. Revista Pesquisa Qualitativa. São Paulo (SP), v.5, n.9, p. 569-584, dez. 2017.

SILVA, M.M.; **Família e comportamento sociodigital**. Revista Epistemologia e Práxis Educativa [Teresina |ano 02| n. 01| | v. 03| jan. /abr. |2020.

SILVA; T.O.; SILVA L.T.G.; **os impactos sociais, cognitivos e afetivos sobre a geração de adolescentes conectados às tecnologias digitais** Rev. psicopedag. vol.34 no.103 São Paulo 2017 *versão impressa* ISSN 0103-8486.

SOUZA, K.D; CUNHA, M.X.C. **Impactos das redes sociais digitais na saúde mental de adolescentes e jovens**. Educação, Psicologia e Interfaces, 2019.v. 3, n.3, p. 204-217.

STARCEVIC V, ABOUJAOUDE E. **Vício em Internet: reavaliação de um conceito cada vez mais inadequado**. CNS Spectr. 2017 fev;22(1):7-13. doi: 10.1017/S1092852915000863. Epub 2016 1 de fevereiro. PMID: 26831456.

VENTURA.M.M.; **O Estudo de Caso como Modalidade de Pesquisa** Rev. SOCERJ. 2007;20(5):383-386 setembro/outubro.

WOLOWSKI M.R.O.; CARDIN V. S. G. **A Responsabilidade civil dos pais por danos decorrentes do uso das tecnologias – Prisma Jurídico 2020**. uninove.br

YOUNG K.S.; ABREU C.N. **Dependência de internet: manual e guia de avaliação e tratamento**, Porto Alegre, Artmed Editora. 2011; 98-118.

DEL PRETTE, A.; DEL PRETTE, Z. A. P. (2004). **Treinamento de habilidades sociais com crianças: Como utilizar o método vivencial**.

SANTOS D.N.;SILVA R.S.; **Treinamento de habilidades sociais na dependência de internet: revisão narrativa** Rev. bras.ter. cogn. vol.14 no.2 Rio de Janeiro jul./dez. 2018 <http://dx.doi.org/10.5935/1808-5687.20180013>

FORTIM I.; ARAÚJO C.A;**Aspectos psicológicos do uso patológico de Internet** Bol. Acad. Paulista de Psicologia, São Paulo, Brasil - V. 33, no 85, p. 292-311.