



## O IMPACTO DAS REDES SOCIAIS NA SAÚDE MENTAL

### Autor(res)

Maria Clara Da Silva Goersch  
Higor Junio Porto Menezes  
Israel Lima Moraes  
Ana Júlia Marques Rodrigues  
Ellen Cristina Matias De Vasconcelos  
Gabriella Nascimento Alencar  
Jhonatan Porcena Fortes

### Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

### Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE BRASÍLIA

### Introdução

Neste artigo são abordados os perigos e impactos negativos que as redes sociais podem ter na saúde mental dos indivíduos que as utilizam. Os principais afetados e citados no estudo foram os adolescentes e crianças. "o uso da internet todos os dias causa conflitos familiares, decorrentes da falta de diálogo, além disso, leva a relações superficiais, dificuldades de aprendizagem, transtornos de ansiedade e déficit de atenção" (SILVA, SILVA, 2017).

### Objetivo

O propósito da pesquisa é identificar, examinar e esclarecer os efeitos prejudiciais que as mídias sociais podem causar à saúde mental dos seus usuários, destacando a rede social conhecida mundialmente como "Instagram", que é um dos principais responsáveis pelos problemas mentais causados.

### Material e Métodos

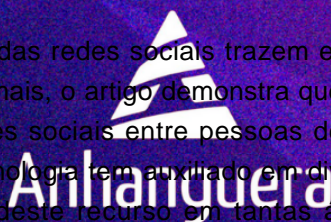
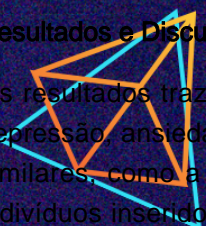
O estudo foi conduzido por meio de uma pesquisa "bibliográfica qualitativa", analisando os dados de artigos relacionados ao tópico "os malefícios gerados pelas redes sociais na saúde mental dos usuários". A pesquisa fora fragmentada nas seguintes etapas: seleção de fontes, resultados, discussão e conclusões, com foco em elucidar os indivíduos em torno do impacto que as redes sociais causam na vida cotidiana brasileira.

### Resultados e Discussão

Os resultados traz que o uso excessivo das redes sociais trazem efeitos negativos, como baixa auto estima, depressão, ansiedade, entre outros. Ademais, o artigo demonstra que as mídias sociais apresentam benefícios similares, como a promoção de conexões sociais entre pessoas de todo o mundo e apoios emocionais dos indivíduos inseridos. "A ascensão da tecnologia tem auxiliado em diversas áreas como a da saúde, educação, segurança etc. Apesar dos benefícios deste recurso em tantas áreas, o seu uso desmedido tem gerado dependência, e afetado as relações sociais, causando consequências à saúde mental dos indivíduos,



# 3<sup>a</sup> MOSTRA CIENTÍFICA





principalmente adolescentes e jovens" (Ximenes, 2019).

### Conclusão

A ênfase dada neste trabalho acadêmico evidencia a influência inestimável das mídias sociais na saúde mental do usuário, tanto positiva quanto negativa. Entretanto, tornou-se foco iminente dos órgãos de saúde em desenvolver estratégias claras e eficazes para combater os efeitos negativos das mídias sociais, permitindo que os pacientes usem essas mídias sem estarem dependentes.

### Referências

ABJAUDE, Samir Antonio; PEREIRA, Lucas Borges; ZANETTI, Maria Olívia; PEREIRA, Leonardo Régis. Como as Mídias Sociais influenciam na Saúde Mental?. SMAD, Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool, [s. l.], p. 1-3, 16 fev. 2020.

FREITAS, Rodrigo Jacob; OLIVEIRA, Thaisa Natália; MELO, Juce Ally; SILVA, Jennifer do Vale; MELO, Kísia Cristina; FERNANDES, Samara Fontes. Percepções dos adolescentes sobre o uso das redes sociais e sua influência na saúde mental. Universidade do Estado do Rio Grande do Norte – UERN, [s. l.], p. 338-351, 10 jul. 2021.

LANDIM, Fátima Luna; NUNES, Mônica de Oliveira; COLLARES, Patrícia Moreira; MEDEIROS, Ivaldiana Vasconcelos. Estudo-síntese: interfaces da análise de rede social com o campo da saúde mental. Cad. Saúde Colet., 2010, Rio de Janeiro, [s. l.], p. 527-535, 3 nov. 2010. TABOGA, Ana Laura; JUNIOR, Randolfo dos Santos. INFLUÊNCIA DE REDES SOCIAIS NA SAÚDE MENTAL E AUTOIMAGEM DE ADOLESCENTES. Psicologia, Educação e Cultura, [s. l.], p. 20-30, 20 maio 2021.

# 3ª MOSTRA CIENTÍFICA



Anhanguera