



OS IMPACTOS NEGATIVOS DAS REDES SOCIAIS NA SAÚDE MENTAL DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES

Autor(es)

Nayla Júlia Silva Pinto
Kamille Elias De Sousa
Mariana Oliveira Lima
Ritiely Soeiro Passos
Micaela Giuliana Fusaro Rodrigues
Melissa Gabryelle Oliveira De Castro
Itaynnara De Jesus Dantas



Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE BRASÍLIA

Introdução

Atualmente o número de pessoas com acesso as redes sociais têm crescido a todo momento, podendo ser usado para ajudar ou informar, mas também para prejudicar a saúde mental das pessoas. Esse crescimento tem gerado inúmeros casos de aumento da piora da saúde mental, principalmente entre jovens e adolescentes. Isso acontece pelo fato de haver comparação com as pessoas da internet ou pelo fato do bullying virtual. Isso se dá ao fácil acesso que os jovens e adolescentes tem com a internet, redes sociais e até sites, facilitando assim, o acesso a vários conteúdos prejudiciais à saúde mental.

Objetivo

Analisar na literatura científica os impactos psicológicos negativos do uso das redes sociais na saúde mental de crianças e adolescentes.

Material e Métodos

Foi realizada uma revisão bibliográfica qualitativa e descritiva a partir da combinação dos descritores: redes sociais; adolescentes; crianças; saúde mental; impacto. Foram incluídas as publicações com versão completa e gratuita em língua portuguesa captadas nas bases de dados SciELO, PubMed e Pepsic, datadas de 2014-2024 e excluídas mediante aproximação do título e resumo com os objetivos do artigo.

Resultados e Discussão

Resultou-se que uso excessivo das redes sociais causa várias doenças, como a dependência, ansiedade, depressão, exclusão social etc. Tudo isso influencia para uma má saúde mental, impedindo os jovens a terem uma vida social saudável. De acordo Rosado, Jaeger e Dias (2014), o



perfil majoritário do dependente é entre os jovens de 16 a 24 anos, os adolescentes são os que correm um maior risco de cair na dependência em relação as redes sociais. Resultou-se que nem todos os pais dos adolescentes acompanha o uso das redes sociais dos filhos, e isso acaba deixando uma brecha para o uso indevido da internet. (Portugal; Souza, 2020). Se tratando da dependência, esta pode ocorrer através de publicações, comentários, curtidas e até das comparações dos corpos ou da vida que as celebridades levam (Souza; Cunha, 2019).

Conclusão

O uso excessivo das redes sociais, especialmente entre os jovens, está associado a uma série de problemas de saúde mental, como dependência, ansiedade e depressão. A falta de supervisão dos pais e a busca incessante por uma vida idealizada nas redes contribuem para esses problemas. É essencial estabelecer limites de tempo, seguir perfis positivos e buscar ajuda psicológica para promover um uso saudável das redes sociais e preservar a saúde mental.

Referências

- MATOS, Kelvyn Alves; GODINHO, Mônica Oliveira Dominici. A influência do uso excessivo das redes sociais na saúde mental de adolescentes: uma revisão integrativa. *Revista Foco*, v. 17, n. 4, p. E4716-e4716, 2024.
- PORTUGAL, Adriana Farias; SOUZA, Júlio César Pinto. 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, jul-dez, p. 262-291, 2020.
- ROSADO, Juliana Szpoganicz; JAEGER, Márcia Elisa; DIAS, Ana Cristina Garcia. Padrões de uso e motivos para envolvimento em redes sociais virtuais na adolescência. *Interação em Psicologia*, v. 18, n. 1, 2014.
- 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.

