



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

## Autor(res)

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

## 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



# 3<sup>ª</sup> MOSTRA CIENTÍFICA

## 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).

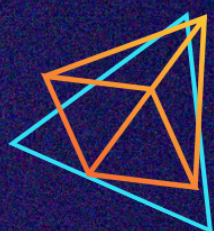
### Conclusão

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, Kelvym 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.

# A MOSTRA CIENTÍFICA



Anhanguera