



## **O USO DE REDES SOCIAIS AJUDA OU ATRAPALHA OS ESTUDOS?**

### **Autor(res)**

Olyver Tavares De Lemos Santos  
Nathalia Guimaraes Bezerra  
Byanca Kelly Da Silva Medrado

### **Categoria do Trabalho**

Trabalho Acadêmico

### **Instituição**

FACULDADE ANHANGUERA DE BRASÍLIA

### **Introdução**

O uso das redes sociais, especialmente entre os jovens, tem se tornado uma realidade constante no ambiente acadêmico, o que gera questionamentos sobre seus impactos no desempenho escolar. Essas plataformas, enquanto oferecem benefícios como a facilidade de acesso à informação e o estreitamento das relações entre os estudantes, também apresentam o risco de se transformar em uma distração que prejudica o foco e a produtividade. O presente estudo tem como objetivo investigar os efeitos do uso das redes sociais sobre o desempenho acadêmico de estudantes universitários, explorando tanto os potenciais benefícios quanto os desafios decorrentes dessa prática. A pesquisa será realizada com base em dados adquiridos no ano de 2025, buscando lançar luz sobre as complexas relações entre o uso das redes sociais e o sucesso acadêmico.

### **Objetivo**

Nos últimos anos, as redes sociais se tornaram comuns entre universitários, trazendo tanto benefícios quanto prejuízos. Elas facilitam o acesso a conteúdos educativos e a interação entre colegas, mas também geram distrações que afetam a concentração e a produtividade. A pesquisa mostrou que 62,2% dos estudantes se distraem com redes sociais durante os estudos, e 60,6% não usam estratégias para evitar isso. Embora úteis para o aprendizado, seu uso descontrolado pode causar ansiedade e queda no desempenho acadêmico, exigindo orientação e equilíbrio por parte dos estudantes e das universidades.

### **Material e Métodos**

A investigação seguiu uma abordagem quantitativa, com o objetivo de obter dados objetivos e mensuráveis sobre o impacto do uso das redes sociais no desempenho acadêmico. Para isso, foi realizada a coleta de dados por meio da aplicação de questionários estruturados a uma amostra composta por 127 estudantes universitários, pertencentes a diferentes cursos e instituições de ensino superior. O questionário foi elaborado com perguntas fechadas e escalas de avaliação, abordando aspectos como frequência de uso das redes sociais, percepção de impacto na concentração, aproveitamento dos estudos e estratégias de autorregulação. A aplicação dos questionários ocorreu de forma presencial e online, garantindo maior alcance e diversidade de respostas. Posteriormente, os dados foram organizados em planilhas eletrônicas e analisados com o apoio de técnicas estatísticas descritivas e inferenciais, como frequências, médias e cruzamento de variáveis, com o intuito de



identificar padrões, tendências e possíveis associações entre o uso das redes sociais e o rendimento acadêmico dos participantes. Essa abordagem permitiu uma compreensão mais aprofundada da relação entre tecnologia digital e o cotidiano universitário.

### **Resultados e Discussão**

Conforme os dados obtidos, 62,2% dos participantes consideram que o uso frequente de redes sociais prejudica sua concentração nos estudos. Por outro lado, 61,4% acreditam que, quando utilizadas com objetivos acadêmicos, essas plataformas contribuem positivamente para o aprendizado. Também se observou que 39,4% dos estudantes utilizam as redes para troca de conteúdos e interação com colegas sobre assuntos do curso.

A análise dos resultados evidencia que os efeitos das redes sociais sobre os estudos variam conforme o propósito de uso. Aqueles que as utilizam principalmente para lazer ou interação social tendem a apresentar maiores dificuldades de concentração, ao passo que os que focam em conteúdos acadêmicos relatam benefícios.

Outro dado relevante é que nenhum dos entrevistados afirmou ter deixado de concluir tarefas acadêmicas por causa do uso das redes sociais, embora grande parte perceba um impacto negativo na concentração. Além disso, verificou-se que 60,6% dos estudantes não adotam estratégias para evitar distrações, o que pode estar relacionado à percepção desse impacto.

### **Conclusão**

Os resultados deste estudo mostram que o uso das redes sociais pode tanto ajudar quanto atrapalhar o aprendizado, dependendo de como os estudantes as utilizam. Quando são usadas com foco em objetivos acadêmicos, as redes sociais podem ser uma ferramenta útil para aprender e trocar informações. Porém, quando usadas de forma descontrolada, como distração, elas podem prejudicar a concentração e afetar o rendimento nos estudos. Portanto, é importante incentivar o uso consciente dessas plataformas, com a adoção de estratégias que ajudem os estudantes a equilibrar o tempo entre estudo e lazer, aproveitando ao máximo os benefícios das redes sociais sem prejudicar o aprendizado.

### **Referências**

ATALIBA, Geraldo. Hipótese de incidência tributária. 6. ed. São Paulo: Malheiros, 2003.

FREGONEZE, Gisleine Bartolomei; TRIGUEIRO, Rodrigo de Menezes; RICIERI, Marilucia; BOTELHO, Joacy M. Metodologia científica. Londrina: Educacional, 2014.

LAKATOS, Eva Maria. Fundamentos de metodologia científica. 5. ed. rev. atual. São Paulo: Atlas, 2003.