

AMANDA E. TERROSO | WILLIAM A. TERROSO

EDUCAÇÃO EM TEMPOS DE CONEXÃO

Os Impactos das Redes Sociais
na Aprendizagem



AYA EDITORA

2026

EDUCAÇÃO EM TEMPOS DE CONEXÃO

Os Impactos das Redes Sociais
na Aprendizagem

AMANDA E. TERROSO | WILLIAM A. TERROSO

EDUCAÇÃO EM TEMPOS DE CONEXÃO

Os Impactos das Redes Sociais
na Aprendizagem

Direção Editorial

Prof.º Dr. Adriano Mesquita Soares

Executiva de Negócios

Ana Lucia Ribeiro Soares

Autores

Prof.ª Ma. Amanda Eduarda da Silva

Naidoo Terroso

Prof.º Dr. William Arthur Philip Louis Naidoo

Terroso de Mendonça Brandão

Revisão

Os Autores

Conselho Editorial

Prof.º Dr. Adilson Tadeu Basquerote Silva (UNIDAVI)

Prof.ª Dr.ª Adriana Almeida Lima (UEA)

Prof.º Dr. Aknaton Toczec Souza (UCPEL)

Prof.º Dr. Alaerte Antonio Martelli Contini (UFGD)

Prof.º Dr. Argemiro Midonês Bastos (IFAP)

Prof.º Dr. Carlos Eduardo Ferreira Costa (UNITINS)

Prof.º Dr. Carlos López Noriega (USP)

Prof.ª Dr.ª Claudia Flores Rodrigues (PUCRS)

Prof.ª Dr.ª Daiane Maria de Genaro Chioli (UTFPR)

Prof.ª Dr.ª Danyelle Andrade Mota (IFPI)

Prof.ª Dr.ª Déa Nunes Fernandes (IFMA)

Prof.ª Dr.ª Déborah Aparecida Souza dos Reis (UEMG)

Prof.º Dr. Denison Melo de Aguiar (UEA)

Prof.º Dr. Emerson Monteiro dos Santos (UNIFAP)

Prof.º Dr. Gilberto Zammar (UTFPR)

Prof.º Dr. Gustavo de Souza Preussler (UFGD)

Prof.ª Dr.ª Helenadja Santos Mota (IF Baiano)

Prof.ª Dr.ª Heloísa Thaís Rodrigues de Souza (UFS)

Prof.ª Dr.ª Ingridi Vargas Bortolaso (UNISC)

Prof.ª Dr.ª Jéssyka Maria Nunes Galvão (UFPE)

Prof.º Dr. João Luiz Kovaleski (UTFPR)

Prof.º Dr. João Paulo Roberti Junior (UFRR)

Prof.º Dr. José Enildo Elias Bezerra (IFCE)

Prof.º Dr. Luiz Flávio Arreguy Maia-Filho (UFRPE)

Prof.ª Dr.ª Maralice Cunha Verciano (CEDEUAM-Unisalento - Lecce - Itália)

Produção Editorial

AYA Editora©

Capa

AYA Editora©

Imagens de Capa

DALL·E 3

Área do Conhecimento

Ciências Humanas

Prof.ª Dr.ª Marcia Cristina Nery da Fonseca Rocha Medina (UEA)
Prof.ª Dr.ª Maria Gardênia Sousa Batista (UESPI)
Prof.º Dr. Myller Augusto Santos Gomes (UTFPR)
Prof.º Dr. Pedro Fauth Manhães Miranda (UEPG)
Prof.º Dr. Rafael da Silva Fernandes (UFRA)
Prof.º Dr. Raimundo Santos de Castro (IFMA)
Prof.ª Dr.ª Regina Negri Pagani (UTFPR)
Prof.º Dr. Ricardo dos Santos Pereira (IFAC)
Prof.º Dr. Rômulo Damasclin Chaves dos Santos (ITA)
Prof.ª Dr.ª Sílvia Gaia (UTFPR)
Prof.ª Dr.ª Tânia do Carmo (UFPR)
Prof.º Dr. Ygor Felipe Távora da Silva (UEA)

Conselho Científico

Prof.º Me. Abraão Lucas Ferreira Guimarães
Prof.ª Dr.ª Andreia Antunes da Luz (UniCesumar)
Prof.º Dr. Clécio Danilo Dias da Silva (UFRGS)
Prof.º Dr. Diogo Luiz Cordeiro Rodrigues (UFPR)
Prof.º Me. Ednan Galvão Santos (IF Baiano)
Prof.ª Dr.ª Eliana Leal Ferreira Hellvig (UFPR)
Prof.º Dr. Fabio José Antonio da Silva (HONPAR)
Prof.º Dr. Gilberto Sousa Silva (FAESF)
Prof.ª Dr.ª Karen Fernanda Bortoloti (UFPR)
Prof.ª Dr.ª Leozenir Mendes Betim (FASF)
Prof.ª Dr.ª Lucimara Glap (FCSA)
Prof.ª Dr.ª Maria Auxiliadora de Souza Ruiz (UNIDA)
Prof.º Dr. Milson dos Santos Barbosa (UniOPET)
Prof.ª Dr.ª Pauline Balabuch (FASF)
Prof.ª Dr.ª Rosângela de França Bail (CESCAGE)
Prof.º Dr. Rudy de Barros Ahrens (FASF)
Prof.º Dr. Saulo Cerqueira de Aguiar Soares (UFPI)
Prof.ª Dr.ª Sílvia Aparecida Medeiros Rodrigues (FASF)
Prof.ª Dr.ª Sueli de Fátima de Oliveira Miranda Santos (UTFPR)
Prof.ª Dr.ª Tássia Patrícia Silva do Nascimento (UEA)
Prof.ª Dr.ª Thaisa Rodrigues (IFSC)

© 2026 - **AYA Editora**. O conteúdo deste livro foi enviado pela autora para publicação em acesso aberto, sob os termos da Licença Creative Commons 4.0 Internacional (**CC BY 4.0**). Esta obra, incluindo textos, imagens, análises e opiniões nela contidas, é resultado da criação intelectual exclusiva da autora, que assumem total responsabilidade pelo conteúdo apresentado. As interpretações e posicionamentos expressos neste livro representam exclusivamente as opiniões da autora, não refletindo, necessariamente, a visão da editora, de seus conselhos editoriais ou de instituições citadas. A AYA Editora atuou de forma estritamente técnica, prestando serviços de diagramação, produção e registro, sem interferência editorial sobre o conteúdo. Esta publicação é fruto de pesquisa e reflexão acadêmica, elaborada com base em fontes históricas, dados públicos e liberdade de expressão intelectual garantida pela Constituição Federal (art. 5º, incisos IV, IX e XIV). Personagens históricos, autoridades, entidades e figuras públicas eventualmente mencionadas são citados com base em registros oficiais e noticiosos, sem intenção de ofensa, injúria ou difamação. Reforça-se que quaisquer dúvidas, críticas ou questionamentos decorrentes do conteúdo devem ser encaminhados exclusivamente a autora da obra.

T328 Terroso, Amanda Eduarda da Silva Naidoo

Educação em tempos de conexão: os impactos das redes sociais na aprendizagem [recurso eletrônico]. / Amanda Eduarda da Silva Naidoo Terroso, William Arthur Philip Louis Naidoo Terroso de Mendonça Brandão. -- Ponta Grossa: Aya, 2026. 78 p.

Inclui biografia

Inclui índice

Formato: PDF

Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader

Modo de acesso: World Wide Web

ISBN: 978-65-5379-981-3

DOI: 10.47573/aya.5379.1.470

1. Ensino. 2 Educação - Efeito das inovações tecnológica. 3. Aprendizagem. 4. Tecnologia educacional. 5. COVID-19, Pandemia de, 2020. I. Brandão, William Arthur Philip Louis Naidoo Terroso de Mendonça. II. Título.

CDD: 370.7

Ficha catalográfica elaborada pela bibliotecária Bruna Cristina Bonini - CRB 9/1347

International Scientific Journals Publicações de Periódicos e Editora LTDA

AYA Editora©

CNPJ: 36.140.631/0001-53

Fone: +55 42 3086-3131

WhatsApp: +55 42 99906-0630

E-mail: contato@ayaeditora.com.br

Site: <https://ayaeditora.com.br>

Endereço: Rua João Rabello Coutinho, 557
Ponta Grossa - Paraná - Brasil
84.071-150

SUMÁRIO

APRESENTAÇÃO	8
INTRODUÇÃO	9
A EVOLUÇÃO DIGITAL: SURGIMENTO DA INTERNET, REDES SOCIAIS E SEUS OBJETIVOS	13
USO DE REDES SOCIAIS POR FAIXA ETÁRIA: MAPEANDO AS GERAÇÕES X, Y E Z	19
A ERA DIGITAL E A SAÚDE MENTAL DOS JOVENS: O IMPACTO DAS TELAS NA EDUCAÇÃO	23
A UTILIZAÇÃO DAS REDES SOCIAIS DURANTE A PANDEMIA DO COVID-19	32
COMO NOS APRESENTAMOS E CONECTAMOS NAS REDES SOCIAIS HOJE.....	35
O CRESCENTE USO DAS REDES SOCIAIS E O NOVO COMPORTAMENTO DE CRIANÇAS E JOVENS	38
A INFLUÊNCIA NEGATIVA DAS REDES SOCIAIS JUNTO A NOVA GERAÇÃO.....	39
REDES SOCIAIS E VIDA ACADÊMICA: UMA ANÁLISE DOS IMPACTOS DIRETOS.....	45
O VÍCIO DIGITAL: AS CONSEQUÊNCIAS NOCIVAS DO USO EXCESSIVO DA INTERNET	53
CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	57
REFERÊNCIAS	59
SOBRE OS AUTORES.....	72
ÍNDICE REMISSIVO	73

APRESENTAÇÃO

A obra *Educação em Tempos de Conexão: Os Impactos das Redes Sociais na Aprendizagem* apresenta uma reflexão sobre os efeitos das tecnologias digitais e das redes sociais na formação de crianças, adolescentes e jovens. Em uma sociedade marcada pela conectividade permanente, o livro discute como os ambientes virtuais passaram a influenciar comportamentos, relações sociais, processos educativos e formas de construção da identidade.

Ao longo dos capítulos, são analisadas as transformações provocadas pela internet no cotidiano contemporâneo, incluindo questões relacionadas à saúde mental, à vida acadêmica, ao uso excessivo das redes sociais e às mudanças nas formas de interação social. A obra também examina o impacto da pandemia da COVID-19 no aumento da conectividade e na intensificação das experiências digitais entre estudantes e famílias.

Com base em estudos e pesquisas de diferentes áreas do conhecimento, os autores articulam discussões sobre aprendizagem, comportamento, autoestima, dependência tecnológica e desempenho escolar, propondo uma análise crítica sobre os desafios educacionais da atualidade. A diversidade de abordagens presentes no texto amplia a compreensão das relações entre tecnologia, sociedade e educação.

Destinado a pesquisadores, educadores, estudantes e profissionais da área, este livro contribui para o debate sobre os limites e possibilidades das redes sociais na formação humana e nos processos de ensino e aprendizagem.

Boa leitura!

INTRODUÇÃO

Tendo em vista que somos todos seres sociáveis, o comportamento do ser humano é transmitido por meio de muitos aspectos e também de preocupações, as quais passam a envolver a percepção e em conjunto a isso, a impressão das outras pessoas sobre a maioria das nossas performances.

De certo modo, todos as pessoas, em maior ou menor grau, acabam por demonstrar estarem preocupadas com as impressões que sempre querem repassar, assim como das avaliações que serão feitas com isso, ou seja, estão muito envolvidas na apresentação de si mesmas para todos os outros (Leary, 1995). Alguns pesquisadores como Goffman (2002), iniciou os seus estudos da apresentação de si, tomando como referência várias percepções de campo, utilizando-se para isso da antropologia. Para o pesquisador citado acima, poder ter a compreensão desse processo era muito importante para o melhor entendimento das interações sociais que ocorrem, onde os indivíduos procuram tentar ter controle da impressão que as outras pessoas têm deles. Assim sendo, Goffman (2002) em seus estudos, demonstrou que as pessoas se expressam/demonstram-se principalmente através de duas formas: utilizando-se das expressões transmitidas, sendo que estas nós temos total controle, e as expressões que são emitidas, nas que não possuímos a intenção de manifestar ou exteriorizar, mas que também acabam fazendo parte do processo de apresentação de si para os outros.

Sem dúvida, a utilização da tecnologia tem desempenhado um grande papel na modificação da sociedade no decorrer dos anos e no momento em que ocorreu a pandemia da Covid-19 não foi diferente. O distanciamento social realizado necessitou de mudanças e várias adaptações foram necessárias, aumentando o uso diário das Tecnologias Digitais da Informação e Comunicação (TDIC), que neste caso, abarcam um conjunto de tecnologias relacionadas à coleta, ao processamento, bem como armazenamento, transmissão e o possível compartilhamento de vários tipos de informações utilizando para isso dispositivos de uso eletrônico e dos sistemas de comunicação. Não há dúvidas que elas se revelam muito importantes, colaborando no processo da globalização, além da transformação dos processos de comunicação.

Conforme visto, a utilização das tecnologias vem aumentando a cada dia, principalmente entre o público adolescente, os quais sentem uma grande necessidade de manterem-se conectados com o mundo.

A angústia por estar informado acerca das últimas notícias, os jogos e os novos aparelhos eletrônicos disponíveis no mercado, chega a tornar-se tão importante quanto a real necessidade de consumir uma refeição, e isso se torna uma grande preocupação na sociedade atualmente.

De fato, a tecnologia influencia cada vez mais a vida dos jovens, assim como também é visível na atualidade, que há um grande número de adolescentes e jovens “se privando” de terem uma vida social em troca de uma virtual. Visualizando esses pontos, surgem algumas questões importantes, como o quanto o avanço tecnológico pode realmente influenciar na qualidade de vida do público infanto-juvenil? Essas influências, são boas ou são ruins? E por último, o quanto a utilização da tecnologia pode alterar (ajudar ou prejudicar) a saúde mental de um adolescente?

Conforme descrito por Kemp (2024), no Relatório Digital 2024, da Data Reportal, o Brasil atualmente é o segundo país com o maior consumo diário de internet no mundo. Em média, os brasileiros em geral ficam conectados diariamente por 9 horas e 13 minutos, ficando para atrás apenas da África do Sul. Esse número corresponde a 3 horas a mais do que a média mundial. Importante ressaltar que, somente nas redes sociais, o brasileiro gasta em torno de 4 horas por dia.

Esse ponto também é preocupante em outros países do globo. Conforme descrito por United States (2023) em sua pesquisa “Redes sociais e a saúde mental dos jovens”, a qual foi divulgada pelo Departamento de Saúde dos Estados Unidos no ano de 2023, 95% dos jovens de 13 a 17 anos afirmaram já usar as redes sociais. Um terço deste total afirmou utilizar “quase que constantemente”.

Importante mencionar que o Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA) traz como definição a adolescência como sendo, pela Lei nº 8.069, de 13 de julho de 1990, no seu artigo 2º, o período de vida compreendido entre os 12 e os 18 anos de idade.

Segundo os estudos publicados por Saviani (2017, p. 134), “a adolescência é um momento de construção da identidade pessoal e social, no qual o jovem busca seu lugar no mundo e reflete sobre quem ele é e como deseja ser visto pelos outros”. É notório que essa fase é marcada por muitas transformações nos âmbitos físico, hormonal, psíquico e cognitivo, representando uma etapa de transição entre a infância e a vida adulta.

Para os pesquisadores Silva e Pimentel (2024), o quesito da depen-

dência tecnológica, além do fato de permitir o afastamento do mundo real, pode levar os jovens ao isolamento social e à construção de vínculos superficiais totalmente errados. Com nobre intenção de reduzir esses efeitos ruins, é de suma importância que os pais, responsáveis e educadores, estimulem o uso coerente das redes sociais, tendo como objetivo primordial promover a moderação, a alfabetização científica, e a busca por mais harmonia entre os universos virtual e real.

Nos dias atuais, levando-se em consideração que estamos em um mundo muito conectado a internet, as muitas tecnologias de informação e comunicação (TICs) existentes, vem a facilitar a ampliação das interações sociais entre várias pessoas que, se antes tinham como base, quase que totalmente a modalidade face a face, agora podem se deslocar em maiores proporções utilizando-se para isso do tempo e espaço. Assim sendo, “todas essas formas de comunicação citadas, acabam por implicar em certo grau de distanciamento espaço-temporal (...), mas o tamanho da extensão deste deslocamento varia muito dependendo também das circunstâncias utilizadas para essa comunicação, e do meio técnico empregado para isso” (Thompson, 1998).

Com essas novas formas de comunicação, as nuances, possibilidades e formas de apresentação de si e de comparação social também aumentaram, e as pessoas no geral, interagem através das plataformas digitais de forma a moldarem e viverem seus esquemas de representação, suas bases de identidade e experiências sociais (Ribeiro & Silva, 2013).

Visto por um modo mais amplo, podemos falar em mídiatização, termo esse que representa o quanto o mundo social vem sendo modificado em sua dinâmica e estrutura pelo papel que a mídia continuamente vem desempenhando em sua construção” (Couldry & Hepp, 2016, p. 29, tradução nossa).

De certo modo, o avanço da tecnologia está presente em tudo o que vivemos hoje, entre os smartphones, tablets, notebooks, aplicativos, smart tvs e muitos outros dispositivos que estão presentes no dia a dia, e essa presença marcante nos coloca a utilizar de novas bases de referência para as práticas humanas. Quando discutimos isso, nos referimos única e exclusivamente a cultura contemporânea, a qual foi marcada pelo grande avanço das tecnologias digitais atuais (Lemos & Cunha, 2003).

Ao observarmos a pesquisa TIC Kids Online, segundo o Comitê Gestor da Internet no Brasil (2024), podemos ver que a referida pesquisa teve como

principal objetivo gerar indicadores sobre a utilização de tecnologias de informação digitais por crianças e adolescentes com idade entre 9 e 17 anos no Brasil. Os dados mostram que 87% dos participantes utilizavam internet uma vez ou mais por dia, e 64% deles utilizavam redes sociais digitais, sendo que neste caso, ambos os percentuais são referentes à região nordeste do país. Levando-se em conta outro indicador neste mesmo estudo, (por faixa etária), a pesquisa demonstrou que 95% dos adolescentes entre 15 e 17 anos utilizavam internet uma vez ou mais ao dia e 91% destes mesmos jovens, já utilizavam redes sociais digitais.

No ano de 2013, segundo o IBGE (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística), muito menos da metade do número de residências possuíam algum tipo de acesso à internet no país. Em 2019, ou seja, seis anos depois, o mesmo levantamento identificou que 83% das casas do país já tinham acesso, e 99,5% das pessoas já usavam celulares como uma principal forma de se conectar.

Levando-se em conta que aproximadamente 12 milhões de domicílios ainda não possuem acesso à internet no país, o crescimento exponencial que ocorre atualmente aumenta a sua importância no desenvolvimento social das pessoas e na dinâmica das interações. Todos os índices e percentuais demonstrados acima deixam claro também a presença maciça de jovens e adolescentes brasileiros no mundo das redes sociais digitais e, sendo assim, colocam importante destaque na necessidade de investigações que demonstrem como esse público jovem percebe e interage socialmente com os ambientes em que se insere.

A EVOLUÇÃO DIGITAL: SURGIMENTO DA INTERNET, REDES SOCIAIS E SEUS OBJETIVOS

O ambiente de internet foi criado no período da Guerra Fria, com o objetivo principal de manter a comunicação existente entre as bases militares dos Estados Unidos da América (Bogo, 2000).

Depois do período dos militares acharem que já não era mais necessário manter a internet em segredo, foi então autorizado o compartilhamento para todos os possíveis usuários. A partir disso, a rede deu origem a uma nova sociedade: a virtual.

Pesquisadores como Lévy (1996) remetem em seus estudos que o ambiente virtual é complexo e problemático.

Para Gabriel (2010), as tecnologias de cunho digital estão cada vez mais presentes na vida pessoal, social e profissional de cada pessoa; e isso interfere na sociedade real, na cultura e na interação. Neste ambiente, as pessoas estão em busca da aceitação e de terem uma sociedade considerada por eles como ideal, aquela na qual eles se adaptam melhor, sem haver a necessidade de alguma apresentação mais formal, pois, os tipos de apresentações no mundo virtual ocorrem de várias maneiras, e isso irá variar de acordo com o tipo de mídia que a pessoa utiliza naquele momento, e também, com as características que ele quer demonstrar a outra pessoa.

As publicações de Schwartz (2003) já demonstravam a comunicação do tipo virtual como uma nova forma de comunicar-se com outras pessoas.

Atualmente, as relações que ocorrem virtualmente não estão presentes apenas como meio de comunicação, mas também fazem parte como auxiliar nas demandas de trabalho, além de atuarem como entretenimento nos momentos de lazer.

De certa forma, as redes sociais virtuais não deixam de ser uma forma de estimular a interação humana através do uso da tecnologia. Para autores como Olivieri (2003), as redes sociais são sistemas nos quais se reúnem de forma democrática, pessoas e instituições as quais contenham interesses em comum, e que se mantém exclusivamente pela vontade e afinidade existente entre seus usuários.

Estudos publicados de Machado e Tijiboy (2005) mencionam que com o avanço das tecnologias, especialmente aqueles avanços ocorridos pelo surgimento da internet, passaram a promover também novas formas de relacionamento, comunicação e organização de atividades entre as pessoas; e deixam claro que a invenção das redes sociais tem como base os recursos Tecnológicos existentes, utilizando-se de e-mail, fóruns, chats, softwares sociais por exemplo.

Tornou-se comum atualmente, o fato das pessoas confundirem o termo redes sociais com o de mídias sociais. A discrepância entre as duas é pequena, mas torna-se necessário compreender a definição de cada uma delas.

Segundo Torres (2009), as mídias de cunho social são “sites na internet construídos para permitir a criação colaborativa de conteúdo, a interação social e o compartilhamento de informações em diversos formatos”.

Visto de outra visão, as mesmas redes sociais, para Afonso, (2009) “... surgiram novas formas de comunicação social, lazer e entretenimento onde a participação de pessoas do mundo inteiro dá origem a uma nova geração, a geração C.C de conhecimento, colaboração e conectividade.

Através de um computador ligado à rede, as tecnologias da informação deixam ao alcance de todos um mundo ilimitado, recheado de ambientes (reais ou virtuais) extremamente rico em informações”.

Em meados da década de 70, houve o surgimento do CompuServe, o qual era um sistema que tornava fácil a troca de arquivos e acesso as notícias. No ano de 1978, o chamado Bullet Board System (BBS), era um sistema criado por duas pessoas de Chicago, tinha como objetivo a criação exclusiva de anúncios, convites de eventos para amigos e também parentes.

No ano de 1985, a conhecida America Online (AOL) iniciou o fornecimento da logística para que os usuários passassem a fazer seus próprios perfis virtuais, através do qual era possível descrever a si, bem como a criação de uma certa comunidade para haver a troca de informações entre os seus usuários.

Segundo autores com Calazans e Lima (2013), durante o ano de 1995, surgiu uma rede social que quando posta em comparação com as outras anteriores, passou a ser a que mais se aproxima da atualidade: o chamado Classmate que conforme o próprio nome já expõe, tinha como objetivo, tornar possível que aqueles estudantes que fossem do colégio à faculdade, tivessem uma forma pratica de se rever. Dois anos após isso, o gênero do blog

entrou no mercado, e a AOL tornou possível o envio e a recepção instantânea de mensagens.

No ano de 2001, uma outra plataforma com objetivo de prestar contribuição foi também criada: a Wikipédia. Um ano após isso, criam o chamado Friendster, sendo este o primeiro a ser uma rede social com total dependência da internet. Ele foi lançado e alcançou três milhões de usuários já devidamente cadastrados em apenas três meses. Essa última rede tinha como objetivo conectar amigos pela criação de perfis online.

Já em 2003, surge o programa MySpace que torna possível a customização dos perfis, o qual oferecia fotos, vídeos, amigos, dentre demais funções. No ano de 2004, surgiu o famoso Orkut em conjunto com o Facebook. Para Afonso, suas características são:

Através do Orkut pode-se criar um perfil, adicionar referências pessoais, inserir fotografias, adicionar amigos, participar em comunidades (como moderador ou participante), enviar recados para os amigos, escrever depoimentos, obter informações através dos dispositivos de busca, fóruns e comunidades, entre muitas outras possibilidades (Afonso,2009, p. 41).

Essa plataforma obteve o reconhecimento e revolucionou a vida de diversos usuários. Logo em seguida, no ano de 2006, o Twitter foi criado, sendo considerado um micro-blog.

Ainda segundo Afonso (2009), afóra a utilização em excesso que promove problemas, as redes sociais também têm sido usadas para fins que grande parte das pessoas nem imaginam:

A comunicação em rede tem sido explorada como instrumento de ativação de movimentos sociais e culturais como a luta dos direitos humanos, feministas ambientalistas, etc. Na educação, a participação em comunidades virtuais de debate e argumentação encontra um campo fértil a ser explorado. Através dessa complexidade de funções, percebe-se que as redes sociais virtuais são canais de grande fluxo na circulação de informação, vínculos, valores e discursos sociais, que vêm ampliando, delimitando e mesclando territórios. Entre desconfiados e entusiasmados, o fato é que as redes sociais virtuais são convites para se repensar as relações em tempos pós-modernos (Afonso,2009, p.41).

Levando-se em conta as afirmações de Afonso, faz-se necessário lembrar o importante papel que as redes sociais no geral tiveram há pouco tempo na articulação dos movimentos políticos contra ditaduras que se estenderam por muito tempo em países do Oriente Médio e do Norte da África.

Na Tunísia, Egito, Líbia, entre outros, foi com o uso das redes sociais que os rebeldes conseguiram se unir na expressão da vontade de liberdade

e mudança nas estruturas políticas autoritárias daqueles países, montando protestos que tomaram as ruas, levando à retirada do poder de líderes que se mantinham no poder há vários anos

É fato que as redes sociais são muito utilizadas no Brasil e também no mundo, tendo como principal objetivo o de comunicação, informação e também entretenimento.

Para Costa (2016) em seus estudos, as redes sociais que mais foram utilizadas pelos brasileiros, até o meio de 2018, foram: Facebook, Whatsapp, Youtube, Instagram, Twitter, LinkedIn, Pinterest, Google+, Messenger, seguido por Snapchat.

Pesquisadores como Patrício e Gonçalves (2010), definem em suas publicações que o Facebook seria o principal espaço virtual dedicado ao encontro, a comunicação, ao diálogo e interação de ideias e conteúdos com interesse comum.

Interessante citar que Silva (2016) realizou uma pesquisa específica com adolescentes tendo faixa etária entre 13 e 16 anos, e confirmou que estes passam em média de 60 a 90 minutos por dia somente no Facebook; e que com a utilização dos dados específicos em sua pesquisa, estes mesmos jovens teriam iniciado a vida de modo virtual na internet com a idade aproximada de 8 anos apenas. A autora ainda mencionou que a principal razão para uso da rede é a comunicação com os colegas e amigos; e de acordo com a opinião descrita ainda por eles, afirmaram categoricamente que poderiam não reagir bem se fossem proibidos de utilizar o aparelho celular na escola, e se fosse possível, até mudariam de escola para sanar tal problema.

O Facebook tem também o objetivo similar a qualquer outra rede social, ou seja, manter as pessoas sempre “conectadas”. Mais uma vez, Afonso traz a seguinte definição:

O Facebook é uma rede social que reúne pessoas a seus amigos e àqueles com quem trabalham, estuda e convivem. As pessoas participam do Facebook para manter contato com seus amigos, carregar um número ilimitado de fotos, compartilhar links e vídeos e aprender mais sobre as pessoas que conhecem (Afonso,2009, p.43).

De fato, isso demonstra que o uso do Facebook pode apresentar perigos, dentre eles podemos citar a invenção de perfis falsos, o cyberbullying, o perigo da pedofilia, ou da divulgação de informações pessoais e sigilosas, além da possibilidade de vícios.

Já o WhatsApp é definido como o tipo de aplicativo de celular mais importante para os usuários no Brasil. De acordo com Reis (2013), a rede tem mais de 350 milhões de usuários conectados em todo o mundo no ano de 2013 e, teve o registro aumentado para 27 bilhões de mensagens que foram enviadas em apenas um único dia.

Pesquisadores como Oliveira *et al.* (2014) afirmaram ser vantagem desta rede o fato de não ser obrigatório lembrar de algum tipo de senha ou nome de usuário, pois o mesmo funciona pelo uso de um número de telefone e é interligado com a agenda do próprio usuário em questão. O WhatsApp é um tipo de ferramenta que possibilita o envio de mensagens, a fazer ligações e realizar vídeo-chamadas de forma gratuita pelo uso de um celular. Os seus usuários podem criar grupos e adicionar os amigos, a família.

Os estudos de Piza (2012), demonstraram como é o Instagram - criado em 2010, por Kevin Systrom e Mike Krieger – como sendo um tipo de aplicativo que possui a ideia principal de resgatar a importância das fotos instantâneas de antigamente.

Para Bettiol (2017), o Instagram se tornou o aplicativo mais baixado na Apple Store já no mesmo dia de seu lançamento oficial. Afora isso articulou que no primeiro semestre de 2017, a plataforma alcançou cerca de 700 milhões de usuários. Segundo o autor citado, no Instagram, o usuário pode registrar e postar momentos exclusivos e particulares, através de fotos ou vídeos, e compartilhar esses materiais com seus seguidores e/ou possíveis seguidores.

Já o Twitter é uma rede que trabalha com pequenas mensagens de texto, onde todos os seus usuários podem ver as referidas mensagens. Para conseguir conversar com alguém via Twitter, se faz necessário direcionar a sua mensagem com “@” junto ao nome de usuário da outra pessoa. Importante citar que cada mensagem pode possuir um total de 140 caracteres.

No Brasil, o Twitter iniciou como suporte para os meios de comunicação no ano de 2010. Pesquisadores como Recuero e Zago (2016) destacam que o acesso a informações e a aproximação e interação com demais pessoas como sendo os principais objetivos que essa rede possui hoje. Para Rocha (2010), seus estudos confirmam que em junho de 2010 o Brasil foi o segundo país com maior utilização do Twitter. Segundo ele, a rede social é muito utilizada para o lazer, mas que as pessoas se comunicam sem saber com quem ao certo. Mais um ponto considerado negativo e apontado por

Rocha (2010) foi com relação a liberdade dos usuários de escreverem o que pensam, estando assim muito vulneráveis a qualquer tipo de interpretação, ou ainda, roubo de informações.

Na rede do Youtube, os seus usuários podem publicar, ver e também compartilhar vídeos próprios elaborados ou de outras pessoas. Para Botten-tuit Junior e Coutinho (2009), essa rede é uma ferramenta da geração Web 2.0, sendo possível encontrar diversos vídeos nessa rede, desde vídeos de cunho educativos, como também músicas e gravações de vários tipos de programas.

Rocha (2010) demonstrou a utilização dos canais do Youtube por vários tipos de empresas, com a intenção de se aproximarem de seus clientes. É um tipo de programa no qual cada usuário possui seu canal exclusivo, mas pode também acessar a rede sem ter um login específico.

Em alguns casos certas redes sociais contem ações a serem realizadas exclusivamente pelos seus seguidores. Dentre as ações, estão os chamados likes (ou curtidas) que são realizadas com um clique, os comentários e possíveis compartilhamentos. Em cada ação destas citadas, está ligada ao interesse pelos posts (textos, imagens ou vídeos) enviados pelo usuário da rede na sua linha do tempo ou nos chamados feed (são áreas de apresentação dos itens enviados na rede social). Importante citar que essas ações são públicas, ou seja, podem ser vistas por todos os amigos da sua rede.

USO DE REDES SOCIAIS POR FAIXA ETÁRIA: MAPEANDO AS GERAÇÕES X, Y E Z

Com relação a idade, os estudos são consensuais, demonstrando que os indivíduos mais jovens são muito mais propensos a terem dependência da Internet, por se encontrarem acessando mais as redes sociais, todavia existe um percentual que se difere quanto ao grau da dependência, quando correlacionamos diferentes gerações (Kuss e Griffiths 2017).

Dessa forma, os adolescentes são o público com maior facilidade para desenvolver problemas físicos e mentais por utilização excessiva de redes sociais, pois têm uma menor capacidade de controlar o seu entusiasmo, devido ao fato da internet despertar muitas correlações com os seus interesses (Alavi *et al.*, 2012) e esse ambiente acaba concedendo, muitas vezes, uma fuga do mundo real.

E notável que no caso desses jovens que adquirem a preferência da interação social em redes de modo online, ao invés da interação face-a-face, possuírem a tendência de desenvolverem maiores níveis de isolamento e ansiedade social, de depressão e passarem a ter poucas atividades sociais, podendo a baixa autoestima ser o problema central.

Também passam a ter características de personalidade visando expressar mais sentimentos negativos e possuir maior vulnerabilidade ao stress, e a apresentarem a tendência para a estimulação e para estarem facilmente em contacto com os outros que nunca viram pessoalmente (Kuss e Griffiths 2017).

Pesquisadores em um estudo realizado recentemente em Portugal, cujo público era composto por adolescentes e jovens adultos, divulgou que, para ambos os sexos, a utilização da internet de modo problemático era mais frequente quando existiam queixas nos indivíduos do estudo ligadas a depressão, a problemas de sono, stress e ao isolamento social, determinando também que a grande dependência da Internet e suas redes sociais tinha correlação com alguns problemas emocionais em ambos os sexos, não demonstrando afetar com muita frequência a capacidade de formar e de manter bons relacionamentos nos rapazes e jovens, como afeta as mulheres. Notou-se ainda que a dependência pelo acesso exagerado da Internet é mais frequente no subgrupo feminino que não possuía relacionamentos. Em ambos

os sexos, a sensação de estar isolado da sociedade era maior e com maior severidade naqueles que utilizava mais a Internet e, independentemente de se ter ou não ter um relacionamento amoroso e da qualidade das relações familiares que tinham no momento (Costa; Patrão, 2016).

Consultando-se estudos correlacionados, existem alguns autores que tem como principal hipótese a de que o público masculino possui maior risco de desenvolver problemas com uso excessivo de internet, pois esse referido grupo passaria mais tempo na rede, e com isso possuiriam maior incapacidade de corrigir esse, e de terem maior grau de negligência com outras atividades diárias (Pantic,2014).

Outros estudos, demonstram, que adolescentes ainda solteiros e do sexo masculino teriam maior tendência a fazerem uso da Internet com maior risco de dependência (Alavi *et al.*, 2011). Todavia, mais uma vez, outros autores não encontram uma forma de associação que possua algo estatisticamente significativa entre o estado civil e a dependência da Internet.

Autores como Steers *et al.* citam em suas publicações que indivíduos jovens e do sexo masculino se encontram com muito mais intenção ao uso das redes sociais com o objetivo principal de estabelecer relações amorosas, do que as mulheres, o que nos faz pensar que o desenvolvimento da depressão nestes últimos pode também resultar de sentimentos de inadequação ligados à competitividade.

A faixa etária característica da adolescência compreende o período de transição entre a infância e a fase adulta (Eisenstein, 2005). Nesse período de transição ocorrem mudanças significativas de ordens físicas, mentais, sexual e social.

Conforme citado pela Organização Mundial da Saúde (OMS), os limites cronológicos ligados a adolescência estão entre 10 e 19 anos de idade; embora a Organização das Nações Unidas (ONU) estabeleça para faixa etária de 15 a 24 anos como sendo jovens.

Em alguns casos, o termo jovem adulto, também é utilizado, e engloba aqueles que possuem idade entre 20 e 24 anos de idade. Interessante mencionar que o Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA) define a adolescência como a faixa de idades entre os 12 e 18 anos, podendo esta regra ser aplicável até os 21 anos de idade (BRASIL, 1990).

Para autores como Novelli *et al.* (2010), atualmente na sociedade, há pessoas de diferentes faixas etárias que fazem parte de gerações distintas,

classificadas de acordo com suas características, sendo estas caracterizadas definidas por experiências de vida, que transpassam diferentes atitudes, comportamentos, crenças e costumes. São elas: Geração X, Geração Y e a Geração Z.

A primeira da lista, a geração X é composta pelos filhos de mães que trabalham fora e/ou de pais já divorciados, e seu grupo é formado pelos que nasceram entre os anos de 1965 e 1981 (Conger, 1998). Esta citada geração também pode ser conhecida como a geração dos “slackers” (pessoas preguiçosas) ou ainda “geração MTV”.

Cabe salientar que o que ganhou destaque entre os participantes desta geração, foram as diferentes atitudes adotadas por eles com relação ao trabalho: os pertencentes a esse grupo desconfiam da hierarquia, julgam pelo mérito e não pelo status, sempre opinam para que haja o trabalho em equipe, reconhecem a importância do dinheiro, buscam equilíbrio entre trabalho e a vida pessoal deles, e conhecem os computadores (tanto software quanto *hardware*).

A grande utilização e manipulação das informações utilizando-se dos computadores, aumentou a mobilidade de carreira e colaborou com o aumento de poder aos integrantes da geração X.

Já a geração Y, diferentemente da anterior, foi marcada pelos diversos avanços tecnológicos, prosperidade de ordem econômica, valorização ainda na infância e da democracia, e os pertencentes a esse grupo Y nascerem entre os anos de 1981 e 1990 (Novelli *et al*, 2010).

Autores como Veloso (2012) apresentaram em seus estudos publicados, algumas notáveis semelhanças existentes entre essas gerações X e Y, dentre elas: ter a ambição por qualidade de vida, de haver a necessidade de horários mais flexíveis para trabalho e vida, ter maior independência, possuírem uma visão mais crítica sobre o mundo corporativo que esteja vivendo no momento, além de terem uma descrença em relação a ambientes de trabalhos formais e opressores.

Para Vasconcelos *et al*. (2010) a geração Y é tratada como “filhos da tecnologia”, e a definiu como sendo a “geração net”, isto tudo pelo fato de ser formada por indivíduos que nasceram numa sociedade digitalmente imersa, onde as alterações que ocorrem no meio de comunicação não os intimidam.

Já os chamados membros da geração Z, foram definidos por Novelli *et al*. (2010) como sendo todos aqueles que nasceram após o ano de 1991.

Para autores como Freire Filho e Lemos (2008) a chamada geração Z foi definida como “geração totalmente digital”, ou ainda como a “geração on-line”, “geração conectada”.

O tipo de rotulagem definida por eles a esta geração lembrou o tipo de vida e interesse que as pessoas nascidas nesta época possuíam em relação ao uso das tecnologias digitais (microcomputadores, internet e telefones celulares) exclusivamente para finalidades como a informação, como passatempo, comunicação e/ou para a aprendizagem, afóra a construção de suas personalidades pessoais e identidade social.

A ERA DIGITAL E A SAÚDE MENTAL DOS JOVENS: O IMPACTO DAS TELAS NA EDUCAÇÃO

Para muitas pessoas, a palavra tecnologia, tem exclusivamente haver com todos os tipos de aparelhos eletrônicos, com as redes e bem como a utilização das mídias, conforme já descrito no início deste livro. Entretanto, o significado da palavra tecnologia é mais amplo e pode ser também entendido como conhecimentos adquiridos para se fazer coisas e conceber a produção de resultados em muitas áreas, melhorando a vida de todas as pessoas e da população em geral.

Visto de outro modo, pode-se afirmar que a tecnologia realmente também é aquilo que o homem cria como uma extensão de si mesmo e do próprio corpo, com a intenção de satisfazer as suas necessidades e/ou resolver problemas.

Atualmente, porém, os notebooks e a rede de internet, tornaram-se importantes ferramentas de cunho tecnológico, com as quais é possível realizar o acesso a vários quesitos importantes.

Com início na década de 1980 até os dias atuais, uma grande quantidade de informações, todas na forma de textos, imagens e vídeos, passaram a estar disponíveis com apenas um clique do mouse. Afora isso, existe hoje uma grande quantidade de atividades de caráter síncrono, capazes de interligar pessoas, muitas vezes em locais geograficamente opostos do planeta.

Levando-se em consideração que a escola é também instituição integrante da sociedade atual, por obviedade, a tecnologia afeta de algum modo também a todos os presentes em sala de aula.

Trata-se de um mundo novo, o qual exerce certo fascínio sobre milhões de pessoas. Segundo Lévy (1999) existe uma denominação muito lógica para a palavra “cibercultura”, no sentido de essa ser uma expressão que demonstra a construção de um certo laço social, o qual não está fundado em relações institucionais ou mesmo em relações de poder, mas sim, em torno de interesses comuns, sobre o compartilhamento dos saberes, e também sobre a aprendizagem cooperativa.

Temos, nos últimos anos, exemplos de várias plataformas digitais que basicamente realizam essa cibercultura, “brigando” por seguidores, como por exemplo: Instagram, Tik e Tok, Twitter e Youtube.

Esta última plataforma digital foi lançada no ano de 2005, e armazena uma grande variedade de conteúdo do tipo audiovisual: filmes, programas de televisão, reportagens, comerciais, vídeos de música, todos esses para fins de entretenimento e educação. É possível serem assistidos diariamente muitos milhões de vídeos diretamente pelo site.

Segundo autores como Oliveira *et al.* (2022), estamos atualmente vivenciando um mundo altamente tecnológico, onde o aumento das formas de comunicação e de informação existentes, utilizando-se de equipamentos como um simples celular, a televisão e o computador, promove a alteração da nossa forma de viver, se relacionar e de aprender na atualidade.

A citação realizada acima, traduz um dos principais argumentos dessa obra, ou seja, afirma que o avanço das tecnologias da comunicação tem alterado a percepção humana da realidade, o que também se liga à noção de cultura, traduzida aqui como uma lente de se observar o mundo (Laraia, 1986).

Grande parte das tecnologias e mídias sociais atualmente, têm desempenhado muita influência diretamente sobre a também chamada cultura de massa, na qual muitos pesquisadores e pensadores tem dedicado estudos e reflexões.

Para o grande escritor Mario Vargas Llosa, por exemplo, com a cultura de massa inicia-se o predomínio da imagem e do som sobre a palavra, ou seja, o domínio das telas. Segundo ele, a indústria cinematográfica, levando-se em conta e utilizando-se como base Hollywood, foi responsável por tornar mundialmente conhecidos os filmes, não sendo exigido para sua visualização e percepção, nenhuma formação intelectual especializada. Esse tipo de processo se acelerou, segundo o referido escritor, com a chamada revolução cibernética, pela criação das novas redes sociais bem como com a universalização da internet.

Interessante citar que em um recente estudo sobre o aumento da adesão às redes sociais virtuais, Souza, Chagas e Carvalho Júnior (2023) citaram que a comunicação feita de forma presencial, tem cedido lugar para a comunicação virtual, sendo atualmente, o Facebook um espaço de destaque.

Um dos objetivos dessa pesquisa citada acima, foi analisar a exposição de adolescentes ao Facebook. Em uma das suas conclusões, os autores afirmam que há um grande impacto dessa rede social no adolescente e em parte dos adultos também, incluindo o tempo prolongado neste ciberespaço e o excesso de informações.

Analisando outra pesquisa de Gupta e Sharma (2021) fora citado que o uso de redes sociais de forma virtual, possui amplo efeito negativo no desempenho acadêmico geral. Para eles, a grande utilização de forma problemática da internet, e da crescente resposta a notificações frequentes por parte dos usuários, promovem alternâncias repetidas entre as tarefas.

Com isso, ocorre perceptível diminuição da capacidade de atenção; bem como passa a promover a interrupção do trabalho e a produtividade global. Além disso, existe também, a conexão que ocorre a todo momento via smartphones, o que vem a prejudicar as habilidades cognitivas e causar distrações acadêmicas na percepção de conteúdo pelos alunos. Além disso, segundo os mesmos autores (Gupta e Sharma, 2021), a rápida alternância que eles acabam por promover entre tarefas está relacionada também a uma aprendizagem deficiente.

Tudo nos remete a crer que, cada vez mais os jovens estão conectados às redes sociais, o que tem sido largamente motivado com a ampliação das redes móveis. Alguns autores como Dias *et al.* (2019) defendem essa ideia, especialmente com o aparecimento dos dispositivos digitais móveis, e estes mesmos autores acreditam na ideologia de que nas sociedades tradicionais a passagem da vida infantil para a vida adulta conta com marcadores sociais tradicionalmente estabelecidos, como os chamados ritos de passagem, que auxiliam na inclusão do jovem pela comunidade.

Todavia, o que ocorre nas sociedades ocidentais contemporâneas, é a grande diminuição dos referentes simbólicos, o que prejudica a transição do espaço familiar para o grupo social maior.

Nas sociedades tradicionais, a passagem da vida infantil para a vida adulta conta com marcadores sociais estabelecidos, como os ritos de passagem, que auxiliam a inclusão do jovem na comunidade. Nas sociedades ocidentais contemporâneas, a rarefação dos referentes simbólicos dificulta essa transição do espaço familiar para o grupo social mais amplo. Assim, buscamos, neste artigo, empreender uma discussão teórica relacionando os riscos na internet com os ritos de passagem no tempo lógico da adolescência. Como apoio para esta reflexão, utilizamos fragmentos de conversação realizada com adolescentes. Consideramos que, na atualidade, os impasses dessa operação de passagem se exprimem pela profusão de atos de caráter sacrificial que a juventude apresenta, contando com o papel decisivo da visibilidade proporcionada pelas tecnologias digitais. (Dias *et al.*, 2019, p.2).

Percebe-se, com a pesquisa supracitada, a preocupação dos pais e educadores com a gravidade dos riscos aos quais várias crianças e adoles-

centes estão sendo expostos no ambiente virtual, podendo ser acrescentado neste pensamento que, segundo a fonte em tela, o aumento de grupos fechados que vem a incitar os jovens ao suicídio, por exemplo, tem despertado grande preocupação dos pais e responsáveis, passando a promover a geração de uma série de questionamentos acerca do uso que os jovens fazem das redes sociais na atualidade.

O crescimento da utilização de forma exagerada dos aparelhos móveis, tablets e smartphones pelo público jovem, dificultaria ainda mais o acompanhamento por parte dos pais e parentes das diferentes formas de uso que os filhos estão fazendo da internet.

Autores como Teixeira *et al.* (2022) discutem em seus estudos publicados, que a internet mudou significativamente o comportamento dos adolescentes em geral, e trouxe novas formas de socialização e comunicação a este grupo.

Afora isso, os mesmos autores descrevem ainda que a utilização excessiva pode ter implicações no domínio de cada um, no familiar, social e acadêmico, com possíveis resultados negativos para a saúde e bem-estar psicológico desses jovens, bem como para o declínio no rendimento escolar dos mesmos.

Segundo as publicações de Moreira de Freitas *et al.* (2021), visualizando a percepção dos jovens sobre o uso das redes sociais e a influência desta na saúde mental, o estudo apontou como resultado que embora as redes sociais sejam algumas vezes utilizadas para estudo e atualizações, também provocam sentimento de constrangimento, temor de invasão de privacidade e vício no público adolescente.

Uma das principais conclusões dos referidos autores é que o uso das redes é feito de forma crescente, e isso faz surgir novas formas de adoecimento, sendo as mais importantes as que provocam doenças de ordem mental, fazendo com que os profissionais de saúde tenham que se aproximar dessa problemática para intervirem de forma enérgica.

Ao interagirem utilizando internet, os jovens e adultos podem acessar o chamado “fenômeno da superprodução de dados”, e infelizmente já existe entre os diversos usuários das diversas redes sociais, um sentimento de apreensão e tristeza por estar perdendo algo que supostamente seria muito importante, como por exemplo alguma experiência nova, ou algum evento único e importante, um bom negócio, ou ainda uma certa viagem incrível.

Essas chamadas “superofertas de estímulos” constantemente provocadas pelas redes sociais cria uma inquieta sensação de promover ao usuário da rede, uma forma deste permanecer numa espécie de eterna conexão, ocasionando o que tem sido chamado de síndrome de FOMO (Fear of missing out), ou melhor, um sentimento de “estar supostamente perdendo alguma coisa”.

Pesquisadores como Gupta e Sharma (2021) realizaram um estudo sobre o FoMo e defenderam a ideia de que essa é uma forma de expressão utilizada desde o ano de 2010, para explicar um fenômeno que foi muito observado na utilização das redes sociais e que os psicólogos britânicos definiram como a apreensão generalizada de que se pode não estar presente para usufruir de experiências muito gratificantes que outros indivíduos estão participando e, por esse motivo, pelo anseio de ficar continuamente conectado com o que as outras pessoas estão fazendo.

É nítido que o uso das redes sociais também vem a melhorar a forma de comunicação, e pode compensar várias necessidades sociais das pessoas, todavia essa compensação social passa a se tornar um problema quando tende a ser utilizada para evitar o contato pessoal, o que notoriamente aumentará os medos sociais e ainda, a predisposição para os chamados transtornos de ansiedade no indivíduo.

Isso vem a afetar a capacidade de atenção do indivíduo; interrompe o trabalho e a produtividade como um todo. A conexão constante com a utilização de smartphones pode prejudicar as habilidades cognitivas, além de causar distrações acadêmicas.

Afora disso, ainda segundo as pesquisas realizadas pelos autores, a rápida alternância que passam a fazer entre tarefas, está relacionada a uma aprendizagem muito deficiente em diversas áreas da ciência (Gupta e Sharma, 2021).

Autores como Silva e Gondim (2022) defendem a ideia em suas pesquisas publicadas, de que o vasto aumento da utilização da tecnologia digital nesta última década promoveu mudanças de ordem significativa na sociedade contemporânea como um todo.

Em um estudo acerca da interferência direta do uso da tecnologia na construção da identidade e no desenvolvimento das relações interpessoais dos adolescentes em geral, trouxeram como resultado que há uma grande contribuição da utilização das plataformas digitais em geral para a constru-

ção das relações interpessoais entre os adolescentes, sendo que as redes sociais no geral, são consideradas os principais meios de comunicação na atualidade. Todavia, destacaram também os riscos ocorridos pelo uso excessivo dessas plataformas digitais, que podem também ocasionar violências virtuais.

Ao que tudo indica, essa relação de ordem negativa do excesso da utilização de redes sociais com a saúde mental tem se consolidado. Em um outro estudo, o qual utilizou jovens universitários, autores como Fonseca *et al.* (2018) evidenciaram que se existe uma expectativa de cunho positivo no qual as redes sociais podem diminuir as fronteiras e promover a facilitação de comunicação entre as pessoas, sua utilização excessiva também pode trazer prejuízos, já que o indivíduo, mesmo tendo a companhia de outras pessoas, pode permanecer ainda conectado às redes sociais e perder a real importância dos momentos compartilhados. Ainda nessa mesma pesquisa, os resultados demonstraram que a opção de ficar muito tempo conectado denota evidentes interferências negativas na rotina de cada indivíduo, pois passam a não desfrutarem mais da presença física de outras pessoas de modo formal, e estas ainda se colocam em uma condição de facilitar o surgimento de doenças e problemas de saúde, como depressão, ansiedade e solidão. Ainda segundo os mesmos autores, essas condições, por sua vez, podem ser facilmente observadas em grupos contendo crianças, adolescentes e também adultos com muitas características sociodemográficas.

Dentre as diversas definições existentes para as redes sociais, uma que se destaca foi elaborada por Barry Wellman, um sociólogo do Canadá. Segundo Wellman (1994) as redes sociais podem ser comparadas com uma coleção de laços diretos estabelecidos entre pessoas em um determinado grupo social que pode variar de conhecidos casuais, até mesmo parentes próximos. Ele pondera em seus estudos a importância das relações sociais na formação e manutenção de redes, tanto online quanto offline.

Para os pesquisadores Souza e Cunha (2019), estes denotam em seus estudos que profissionais concordam que há relação direta entre o crescimento da depressão nos diversos jovens e o aumento do tempo gasto com utilização das redes sociais; e isso geralmente ocorre devido à grande “vitrine virtual” que ‘passou a ser apresentada nessas redes, onde sempre são exibidos corpos e personalidades de cunho “perfeito”. Diversos momentos quando o uso das redes sociais não é equilibrado, pode atrapalhar a autoestima, gerando sentimentos que levam o indivíduo a se sentir inferior e, em casos com

maior gravidade, ao desenvolvimento de quadros que levam a depressão.

Há evidências de que o tempo que passamos diariamente nas redes sociais, se não for bem administrado, pode ter um efeito significativo no nosso bem-estar mental.

Conforme já explicado, várias dessas plataformas desempenham papéis distintos no panorama das redes sociais atuais, passando a oferecer diferentes formas de expressão, interação e conexão entre os usuários, ajudando a modelar a cultura digital atualmente.

Segundo Almeida (2022), a teoria que leva em conta a comparação social nos fornece dados segundo os quais as pessoas ao acessarem redes sociais as utilizam fazendo três tipos de comparação: autoavaliação em relação a outros usuários similares, ou a utilização da rede com sentido direto ao autoaprimoramento, ou utilização para proteger a sua autoestima. Com isso, pode-se observar que as redes sociais poderiam estar promovendo padrões irreais de comparação, levando os indivíduos a uma autoimagem negativa.

São vários os mecanismos psicológicos que podem explicar o impacto das redes sociais atualmente na autoestima dos adolescentes. Segundo estudos de Natividade (2019), interações sociais, como os comentários tanto positivos ou negativos, as vezes com pessoas consideradas importantes, podem ter impacto na influência da avaliação que o indivíduo faz de si mesmo.

Já Valêncio (2022) descreve um aspecto importante: o potencial das redes sociais de espalhar ideias ou informações, o que passa a ser perigoso quando se trata de movimentos que incitam comportamentos autodestrutivos em um público que esteja vulnerável, como é o caso dos adolescentes.

Para Machado e Tijiboy (2005), “A formação de redes de interação vem atingindo as mais diversas esferas e campos de conhecimento, desde o plano econômico, científico, cultural etc.”

É notável que as conexões e relações entre os indivíduos ou grupos, estão aumentando e impactando em diferentes áreas da sociedade atualmente. Muito importante neste momento, considerar o contexto cultural e também social ao examinar o impacto que podem provocar as redes sociais na autoestima dos adolescentes em geral.

Nas culturas que valorizam a aparência física do indivíduo e o status social, os efeitos negativos provocados pelas redes sociais na autoestima, podem ser maiores. Afora isso, fatores como a idade, gênero, raça dos jovens

podem ter influência na sua experiência das redes sociais e, também, na sua autoestima.

No estudo de Machado e Tijiboy (2005), os resultados indicam que as redes sociais no geral podem ter um impacto significativo na autoestima dos adolescentes, ajudando a moldar a sua percepção, bem como a sua autoimagem.

Alguns fatores como comparação social, padrões irreais e mecanismos psicológicos subjacentes contribuem para que ocorra esse fenômeno. Todavia, temos que reconhecer que o impacto das redes sociais na autoestima dos adolescentes pode sofrer grande alteração conforme o contexto cultural e social. Logo, são necessárias abordagens muito sensíveis ao contexto para conseguir compreender e mitigar os efeitos negativos.

Outro fato é que com o fácil acesso que temos hoje às redes sociais, muitas pessoas acabam deixando a convivência física já existente com os amigos e familiares, para fazer uso da reclusão no ambiente virtual diário. Com isso é notável termos perdas significativos de oportunidades com experiências importantes no mundo real.

Segundo este raciocínio, Fidalgo (2018) propõe que as redes sociais devem ser vistas sob duas perspectivas distintas: por um lado, elas servem como um suporte para a socialização do indivíduo, mas, por outro, podem dificultar o enfrentamento dos problemas cotidianos existentes. Ainda segundo o referido autor, jovens que preferem passar horas com a interação online em vez do contato face a face, provavelmente tendem a apresentar maior isolamento, ansiedade social, problemas como a depressão e menos habilidades sociais.

Nos estudos de Freitas *et al.*, (2021), a forma pela qual ocorre a desinibição online, permite muitas vezes uma diminuição da presença social, pois permite que os jovens escolham o quanto querem serem identificados, e passem a expressar somente as suas características que acreditam serem as mais desejáveis, e dessa forma, os mesmos conseguem se sentir confortáveis o suficiente para passarem a revelar detalhes pessoais que usualmente não tornariam públicos se estivessem em uma conversa cara a cara.

Autores como Taboga e Junior (2021) afirmam em suas publicações que a exposição precoce às redes sociais durante o período da adolescência traz consequências negativas, como o aumento do assédio online, a piora sensível na qualidade do sono, afora os impactos negativos na autoestima e na imagem corporal dos jovens.

Afora o fato dos adolescentes se tornarem mais reclusos e evitarem socializar-se, isso também acaba gerando como consequência o sedentarismo. Para Lazzaris e Delsoto (2016), as variadas redes sociais existentes hoje passaram a tornar as pessoas muito mais sedentárias, e o uso desse tipo de tecnologia hoje acaba criando momentos sedentários por si só, ao contrário de ser simplesmente uma ferramenta para se utilizar durante determinados momentos.

A UTILIZAÇÃO DAS REDES SOCIAIS DURANTE A PANDEMIA DO COVID-19

Foi no dia 11 de março de 2020 que a Organização Mundial da Saúde declarou a COVID-19 como uma pandemia, sendo uma crise capaz de gerar impactos em todos os setores do Mundo.

Um dos quesitos nunca feitos anteriormente a essa crise, foram as então chamadas de restrições com fim de confinamento, sendo essa uma forma usada para demonstrar as variadas formas de limitação do movimento e das atividades das pessoas naquele período, que acabaram também por incluir o encerramento do funcionamento de todas as escolas e empresas, seguido por proibições de viagens, pelo fechamento de fronteiras entre países, e em diversos casos, o estabelecimento de decretos de confinamento feitos diretamente para a população de países inteiros. Importante lembrar que os confinamentos envolveram, em vários momentos, mais de trinta por cento de toda a população do Mundo.

Vários importantes pesquisadores denotam que o impacto na saúde física e mental das pessoas ainda não possa ser completamente compreendido (Wang *et al.*, 2020), todavia estudos demonstram que o confinamento em domicílio pode diminuir o nível de atividade física (Wilke *et al.*, 2022) sendo que a exposição à luz do dia, pode alterar os padrões de sono (Trabelsi *et al.*, 2021) além de aumentar o nível de estresse provocado pelo isolamento social (por exemplo, o ato de evitar o contato social com familiares e os amigos) seguido pela incapacidade de fazerem parte de atividades satisfatórias.

Vários estudos publicados nos mostram que a forma de interagir com essas restrições, aliado ao impacto do isolamento e do distanciamento social na saúde mental dessas pessoas, tem grande chance de ser influenciada também por características individuais, como por exemplo, traços de personalidade (Gründahl *et al.*, 2022) ou de gênero.

Sabemos que todas as plataformas de redes sociais existentes podem oferecer uma oportunidade para mitigar o isolamento social, todavia, elas também podem promover, como uma espécie de efeito colateral, a implicação negativa de incitar o uso abusivo e problemático das redes sociais.

É certo que a pandemia de COVID-19 nos demonstrou uma nova perspectiva sobre toda a compensação social a qual foi demonstrada acima, na

qual os ambientes digitais demonstrados não passaram a serem preferidos por apresentarem mais conforto, mas por frequentemente serem a única maneira de se dialogar com outras pessoas fora do núcleo familiar.

Devido a isso, torna-se interessante verificar a correlação entre a intensidade das restrições de confinamento junto ao uso de redes sociais, fazendo o controle de variáveis como dados demográficos e dos fatores de personalidade.

É notável que a utilização das redes sociais teve um aumento expressivo durante o período da pandemia de COVID-19 (Brailovskaia *et al.*, 2021).

Os principais motivos relatados para o aumento do uso partem da necessidade humana de socialização, de entretenimento, da comunicação, além do ensino online entre outras.

Todavia, há fortes reflexões de que o superavit no uso da internet não demonstrou efeitos de caráter positivo para o bem-estar geral das pessoas, enquanto as associações negativas demonstradas antes do decorrer da pandemia parecem ter sido confirmadas durante ela (Ghanayem *et al.*, 2024).

Um exemplo disso, é que o aumento do tempo gasto pelas pessoas nas redes sociais está correlacionado com a ansiedade ocorrida pela pandemia (Parlak Sert & Başkale, 2023), e a comparação social, a solidão e a falta de foco são também denominados como sendo as principais desvantagens da utilização das redes sociais durante o período pandêmico.

Vários estudos anteriores demonstraram a prevalência do uso de mídias sociais em vários países diferentes. Em um desses estudos, comparando a Noruega, Reino Unido, EUA e a Austrália entre os períodos de novembro de 2021 e janeiro de 2022, nos evidenciou que as mídias sociais foram utilizadas com maior frequência durante a ocorrência da pandemia do que antes dela, em todos os países citados.

A utilização de mídias sociais foi associado a sofrimento emocional, ou seja, preocupações com a própria saúde ou a saúde das outras pessoas (Thygesen *et al.*, 2021).

Já em outro estudo ligado a este tema e do mesmo grupo, os resultados obtidos denotaram que a solidão está ligada ao tempo que foi gasto na utilização de mídias sociais (Bonsaksen *et al.*, 2023).

Todavia, em nenhum desses estudos citados acima observou-se algum tipo de comparação de forma direta entre os países quanto ao uso de mídias sociais durante o período pandêmico. Acredita-se assim, que diferentes níveis de rigor utilizados nas medidas nacionais de confinamento em cada país possam ter influenciado também o nível de isolamento, tendo como resultados diferentes graus de aumento da utilização de mídias sociais em diferentes países.

COMO NOS APRESENTAMOS E CONECTAMOS NAS REDES SOCIAIS HOJE

Na visão dos jovens, todas as redes sociais utilizadas hoje se tornaram algo importantíssimo na gestão de identidade e das suas relações sociais com as demais pessoas (Boyd, 2010), e com isso, surgem desacordos com relação ao que é considerado apropriado ou não apropriado para poder compartilhar sobre si, pois os jovens sempre buscam alcançar as expectativas sobre o que é geralmente esperado no meio social.

Conforme é feito em outros contextos, a apresentação de si mesmas e o gerenciamento de imagem utilizada pelas pessoas no ambiente online, ocorrem através de um processo social. Nesse processo de construção para que ocorra finalmente essa apresentação, as pessoas procuram muito terem informações o mais relevantes possível acerca do outro, para poderem desencadear processos de comparação.

Um exemplo disso, seria o caso de que apenas conhecer algo relevante sobre o assunto moda, pode não ser o suficiente para a pessoa se sentir muito bem vestida em um determinado contexto, porém, observar como outros colegas (geralmente com idade ou estilos de vida parecidos) se apresentam no momento, pode favorecer uma compreensão mais precisa do que realmente é esperado.

Neste mesmo sentido, poder assistir online demais pessoas consideradas mais bem vestidas, também pode levar à alguma forma de otimizar a habilidade para se vestir, ao mesmo tempo que ver pessoas mais “desarrumadas”, pode também melhorar a autoestima e manter as boas visões sobre si.

Através das interações que ocorrem online, as pessoas tem acesso todo tempo aos pares (Livingstone, 2008), tendo assim, formas estabelecidas e acordos que estão em constante modificação e precisam se moldar utilizando para isso o próprio design da plataforma (Mascheroni *et al.*, 2015), melhorando tanto as formas de comparação, bem como os de apresentação.

Ainda nesse contexto, tem-se pouco conhecimento sobre como as formas de apresentação online tem sido atravessada levando-se em conta experiências de comparação pelas redes sociais na internet, bem como elas podem ser modificadas através dos aspectos técnicos disponíveis.

No momento em que demonstram acerca dos públicos em rede, autores como Boyd (2010) determinaram que quatro quesitos são essenciais neste caso: perfis, lista de amigos, ferramentas de comentários e atualizações dependendo da quantidade de fluxos. Os perfis servem, ao mesmo tempo, para que as pessoas se apresentem e também para que ocorram as interações. Assim sendo, é possível expor de informações que vão compor aquela imagem a qual se espera que outros tenham de si, sendo que neste momento também é possível coletar informações sobre a imagem dos outros participantes da mesma rede social.

Ao formar o perfil de um usuário, afora a possibilidade das postagens nos espaços disponíveis da plataforma e da ocorrência de interações com outras pessoas, a também a possibilidade de escrever, brevemente, uma descrição de si, e enviar fotos.

Além da utilização como uma forma de guardar memórias, essas fotos ajudam a pessoa a fazer a construção e comunicar a sua identidade (Van Dijck, 2008), e talvez por isso, são tão almejadas hoje em dia na internet.

Atualmente no Instagram, por ser uma plataforma majoritariamente de cunho visual, é mais fácil para o usuário criar novas impressões através de fotos e vídeos com a ajuda de ferramentas mais técnicas disponíveis, que podem trazer a essa apresentação. É possível alterar cor, resolução, enquadramento, iluminação, e muitos outros; filtros que conseguem moldar formatos de rostos, da pele, cor, fundo, afora aplicativos auxiliares que funcionam como editores de caráter profissional (como o Photoshop) e modificam de forma minuciosa as formas do rosto da pessoa, corpo, dimensões, planos de fundo e podem eliminar aspectos indesejados pelo usuário.

Utilizando-se de um maior conhecimento técnico no programa da rede social, as pessoas podem realizar suas apresentações de forma mais refinada (Ellison *et al.*, 2006).

Levando-se em conta que o objetivo principal da divulgação de conteúdo sobre si nas redes sociais digitais atualmente é a de obter a aprovação social, as fotos utilizadas para isso buscam refletir características mais almejadas possíveis (Fox & Vendemia, 2016).

Dessa forma, os perfis em redes sociais acabam perfazendo-se como se fossem vitrines de loja, onde o usuário pode utilizar as ferramentas disponíveis que possui para expor o melhor ou o mais apresentável de si mesmo, (Sibilia, 2016) procurando sempre seguir padrões bem elaborados, com nuances e detalhes do corpo e cenário bem encenados.

Pensando dessa forma, fotografias de locais e atividades mais comuns como por exemplo a vida em casa, podem ser tiradas a partir do estilo utilizado com sucesso nessa rede social (Caldeira, 2020).

O objetivo principal desses tipos de fotos, é que sejam esteticamente bonitas para obter o maior alcance de respostas positivas, como as curtidas e; quando conseguem atingir alta importância na rede, esses tipos de postagens alcançam níveis de publicidade que conseguem distribuir o conteúdo e seus resultados para muitos novos usuários da referida rede, os quais podem passar a usar as imagens como pontos de referência na vida.

De qualquer forma, para a maioria dos jovens essas práticas nas redes sociais parecem ser de mais fácil utilização, pois de certa forma eles cresceram em um momento em que as bases necessárias para as possibilidades em rede atuais estão estabelecidas.

Em contrapartida para os adultos, na maioria das vezes é difícil identificar as modificações, achando-as mais confusas ou até ruins, pois temos que levar em conta que eles por terem mais experiência de vida, parecem perceber de uma forma mais consciente como é que as experiências em vida pública estão sofrendo modificações (Boyd, 2010).

Todavia, em um mundo em que a muitas pessoas estão se acostumando a vivenciar uma infraestrutura articulada através de redes digitais, as quais são moldadas e manipuladas por meio de fundos de ordem privada, sendo que estas em sua maioria são de base norte americana, se faz necessário estar sempre em estado de alerta aos interesses públicos e ao bem comum de todos (van Dijck *et al.*, 2018).

O CRESCENTE USO DAS REDES SOCIAIS E O NOVO COMPORTAMENTO DE CRIANÇAS E JOVENS

Para Santos (2001), no mundo atual, quesitos como a cultura, as expectativas bem como as exigências das crianças e também dos adolescentes sofreram importantes e notáveis modificações. Algumas delas são com relação as brincadeiras do mundo real, dentre elas podemos citar: esconde-esconde, cobra-cega, pega-pega, dentre outras, as quais infelizmente podem ser consideradas hoje como fábulas do passado.

A infância, que nos tempos antigos era praticada nas ruas, hoje está notavelmente confinada a um quarto, o qual possui, na maioria das vezes, tudo a oferecer ao jovem: computador, internet, videogame e televisão.

Todos os tipos de brinquedos, que lhes são dados, são outros, sendo que atualmente as crianças possuem um jeito bem diferente de brincar, imaginar coisas, até mesmo de raciocinar e construir sua realidade infantil.

Infelizmente nos dias atuais, o grande fascínio, ocasionado pela imagem estão em primeiro lugar. O principal problema é que as crianças bem como os adolescentes gostam, de forma exponencial, das redes tecnológicas e informatizadas que existem abertamente nos lares, com as quais passam a conviver diariamente.

De certa forma, deixou de existir aquele momento característico da infância, aquele mundo surreal e imaginário, no qual a criança deveria ainda estar fazendo uso, e abriu-se espaços as redes sociais digitais, e delas também emergem uma nova forma “diferente” de viver e estar no mundo, pois, a grande maioria dos meios de comunicações utilizados hoje em dia, têm se projetado de entrar e fazer parte dos lares (Silva, 2009).

Segundo a psicóloga Maria Cecília Ribeiro (2022);

“É preciso definir, entre os próprios pais, se é o momento apropriado para a criança ter contato com telefones e redes sociais. Não há perigo algum, contanto que seja com cuidado e saber quais os conteúdos que a criança está assistindo ou acessando. Caso ocorra de a criança encontrar algo que não seja feito para ela, é papel dos pais conversar e explicar os motivos que o conteúdo não é apropriado”

A INFLUÊNCIA NEGATIVA DAS REDES SOCIAIS JUNTO A NOVA GERAÇÃO

Pesquisadores como Palfrey e Gasser (2011) descrevem em seu livro que, mesmo com as tecnologias digitais presentes, nenhuma das gerações presentes no mundo viveu ainda uma vida inteira sob a era totalmente digital.

Para eles, portanto, todos os impactos que podem ser causados por estas tecnologias ainda não podem ser completamente mensuráveis, pois na prática, a utilização deste novo mundo digital está ainda em crescente transformação e crescimento, e a forma como as tecnologias estão sendo utilizadas e as normas sociais ainda necessitam sofrer mudanças em proporcional velocidade. Para os referidos autores, parte da preocupação de pais e de educadores dirigidos a esse público jovem, deve estar no ensino da segurança e proteção de informações pessoais deles, de modo a poderem desenvolver as habilidades necessárias para utilizarem a internet em ambientes novos e híbridos (Palfrey e Gasser, 2011). Para isso, sugerem formas de prevenção utilizando como ferramentas principais a educação, o desenvolvimento da tecnologia, as normas sociais e a lei. Apontam em suas publicações, que outro importante quesito a se levar em consideração é a imensa quantidade de criatividade online, o que deu origem a novas formas de expressão, todavia podem acarretar riscos de violação de direitos autorais dos criadores, pois segundo eles, parte da atividade da criatividade online leva em consideração a apropriação de material de outras pessoas sem algum tipo de permissão expressa, de forma que, por não terem conhecimento muitos violam as leis dos direitos autorais.

Ainda em suas publicações (Palfrey e Gasser 2011), outro fator que ainda merece ser levado em consideração, refere-se à confiabilidade das informações disponibilizadas atualmente na Internet. A maioria dos jovens “nativos digitais” não fazem leitura de jornal e têm acesso às notícias de outras maneiras e seguindo enorme variedade de formas.

Na atualidade, temos muitas fontes de informação e inúmeros serviços disponíveis, o que faz ser muito difícil diferenciar as boas informações das falsas.

Os efeitos indesejáveis de se ter a disposição tantas informações, vêm sendo chamado de tecno-estresse, e essa grande quantidade piora muito a aprendizagem e as relações entre as pessoas.

Uma outra notável característica diferente nesta atual geração digital, é que esses jovens passaram a assistir bem menos televisão que seus sucessores e na utilização do próprio computador que possuem, conseguem realizar tarefas diversas ao mesmo tempo, utilizando-se para isso de várias janelas diferentes. Esta geração utiliza muito a interatividade e valoriza este recurso (Tapscott, 2010).

Já Palfrey e Gasser (2011), concordam em seus estudos que os nativos digitais: apresentam o bom e o ruim no contexto, e definem coisas que todos nós ligados a essa geração – pais, professores, executivos de empresas – podemos passar a fazer para melhor lidar com este período de transição, diferente e globalmente conectado, sem infelizmente acabar com o que foi conquistado, buscando fazer disso uma tentativa de equilibrar a tomada de medidas efetivas para a proteção dos filhos, bem como aos interesses de outras pessoas, e não obstante, fazer com que esses mesmos jovens consigam espaço o bastante para descobrir coisas novas e importantes por si mesmos.

Para Carr (2011), levando-se em consideração seu livro intitulado “A natureza distrativa da Internet”, o referido autor aponta os seus problemas mais graves, dentre eles: o vício no excesso do seu uso; o aumento do uso da rede o qual diminui o uso de outros meios de comunicação; o grande impacto ruim provocado na memória, acabando por prejudicar a concentração mental da pessoa. O referido autor acima afirma que a Internet é um tipo de ferramenta que tem a função de auxiliar a modelar a mente humana, pois ela está conseguindo mudar a configuração neuronal das pessoas.

Alguns cientistas como Tapscott (2010), denomina-os como sendo “prosumer”, ao descrever as ocorrências ocasionadas pelos chamados nativos digitais, tanto no mercado como no consumo: [...] os integrantes da Geração Internet estão atualmente transformando os mercados e o marketing, não apenas porque têm poder de compra e influência enormes. Eles também conseguem valorizar características diferentes de produtos e serviços, e querem que as empresas criem experiências grandiosas para eles. As maneiras que influenciam a si mesmos e a outras gerações são novas, e a mídia tradicional torna-se ineficaz para atingi-los. (...).

Os pesquisadores Shapiro e Margolin (2013) definem que, geralmente, principais motivos declarados pelos adolescentes com a intenção de acessarem frequentemente as redes sociais são muito similares às formas mais básicas de comunicação para manter contato com os seus amigos, para fazerem planos, ou ainda, conhecer melhor as pessoas e apresentar-se aos

outros. Todavia, os autores também demonstram que as redes sociais se cruzam com as tarefas básicas do desenvolvimento psicossocial dos adolescentes em questão, mais especificamente de associação com seus pares, a qualidade da amizade e o desenvolvimento da sua identidade.

Os mesmos autores (Shapiro e Margolin, 2013) defendem ainda que os resultados dos seus estudos apontam que os adolescentes socialmente habilidosos, em especial, têm alguns benefícios com o uso das redes sociais. Entretanto, vários pontos negativos com o uso das redes sociais também acabam surgindo, tais como a pressão da autorrevelação, o potencial para uma quantidade desproporcional de feedback de ordem negativa, além da existência da possibilidade de comparações sociais insalubres.

Nos dias de hoje, as redes sociais são diversas vezes utilizadas pelos adolescentes com a intenção primordial de compararem a si próprios com os seus pares na rede. Essas comparações são significativas no autoconceito dos adolescentes.

No oriente, os pesquisadores Park, Song e Lee (2014) afirmam em seu estudo os efeitos do uso excessivo das redes sociais bem como dos sites de redes sociais pelo público formado principalmente por jovens estudantes que possuem origem coreana e chinesa residentes nos EUA, e demonstraram em seus resultados que os alunos que fazem uso do Facebook apresentaram um grau inferior de estresse e maior bem-estar psicológico, quando em comparação com os outros grupos do estudo do mesmo trabalho.

Já o professor da área de psicologia Larry D. Rosen, pertencente ao corpo docente da Universidade Estadual da Califórnia, registrou em seu trabalho outro aspecto positivo das redes sociais, no qual, segundo ele, os relacionamentos virtuais ajudam adolescentes introvertidos a se socializar (Rosen, 2013).

Levando-se em consideração todos os efeitos negativos que tem como início a utilização da internet e das redes sociais, estas modificam negativamente vários níveis, como o desenvolvimento físico, psicológico e social dos jovens (Agarwal; Dhanasekaran, 2024).

Em se tratando do quesito psicológico temos como exemplo: solidão, isolamento social, tristeza, depressão, ansiedade e impaciência, perturbações da personalidade da pessoa e psicose, alterações de humor, irritabilidade, desatenção e apatia; biologicamente perceptíveis: tendinite e síndrome do túnel do carpo, dores nas costas, ausência de sono, distúrbios de ordem

alimentar e obesidade e a deficiência de ordem visual. No caráter social, temos como exemplo a timidez e a fobia social (Silva *et al.*, 2021).

Vários desses quesitos negativos são correlacionados ao uso excessivo das atuais plataformas de comunicação, as quais são descritas como sendo transtorno de controle de impulsos pelo qual as pessoas desenvolvem preocupações cognitivas e comportamentos compulsivos, e acabam tendo aumento da pressão e excitação para terem como habito atividades relacionadas à mídia social”, e terem alegria ou certo sentimento de alívio em sua realização.

A extrema utilização das redes sociais atuais tem sido causa de preocupação crescente quando tem a ver com a saúde mental de crianças e adolescentes.

O forte impacto propiciado por essas plataformas digitais vai além da simples interação social; ele permeia a psique jovem de maneiras mais complexas e, na maioria das vezes, negativas.

Num primeiro momento, as redes sociais em questão podem ajudar no desenvolvimento de problemas de autoestima e da imagem corporal.

A grande quantidade de vezes em que ocorre exposição a imagens que são editadas e padrões surreais de beleza, pode propiciar os jovens a compararem-se sempre com os outros, o que pode levar a sentimentos de insatisfação com seus próprios corpos e a vida que possui naquele momento. Afora isso, o uso de forma excessiva dessas redes sociais pode levar à certa dependência e inclusive ao isolamento da sociedade.

Com o aumento do tempo em que os jovens passam navegando em aplicativos e sites da internet, eles passam infelizmente a se desconectar do mundo real, o que prejudica as suas habilidades sociais e relacionamentos interpessoais. Ligado a esse efeito, temos o desenvolvimento de sentimentos de solidão e alienação, que também, podem agravar os problemas de saúde mental, como por exemplo, a depressão e a ansiedade.

Não obstante, a utilização excessiva das redes sociais pode colaborar negativamente com o sono das pessoas. A exposição delas à luz azul emitida pelos dispositivos eletrônicos tende a interferir no sono, o que dificulta a obtenção de um boa noite de descanso. Com o tempo, isso passa a levar a problemas de saúde física e mental, como fadiga, irritabilidade e dificuldade de concentração.

Autores como Nunes *et al.*, (2021), ao analisarem em seus estudos uma população de 286 adolescentes os quais possuíam idades entre 15 e 19 anos, concluíram que a maioria dos adolescentes, já apresentava certo nível de dependência no uso de smartphones. Interessante dizer que esse estudo estabeleceu uma relação direta entre o problema e o aparecimento de sintomas de ordem física, bem como um aumento de problemas psicológicos, como a insônia, fadiga, problemas de memória, irritabilidade, dificuldade de concentração bem como sentimentos de inutilidade.

De outro modo, os estudos escritos por Nunes *et al.*, (2021), Yang *et al.*, (2022) e Vieira *et al.*, (2022) definiram que a maioria dos adolescentes apresenta sinais de dependência da Internet pelo motivo de usarem excessivamente a mídia digital.

Em outro importante estudo, após a realização de 71 pesquisas sobre a opinião dos adolescentes com relação as mídias sociais e sua participação para o aparecimento de problemas psicológicos, chegou-se à conclusão de que o maior risco para a saúde mental nesse ambiente é a divulgação e a vergonha que ela causa nos adolescentes (Freitas *et al.*, 2021).

Sabe-se que a dependência cada vez maior de crianças e jovens em relação às redes sociais é uma preocupação crescente no mundo atual. Infelizmente temos que considerar que essas plataformas digitais oferecem muitos tipos de estímulos e interações que acabam levando ao desenvolvimento de comportamentos aditivos e prejudiciais.

Segundo estudos de Figueiredo *et al.*, (2024), essa natureza altamente estimulante das redes sociais acaba muitas vezes levando os jovens a buscar constantemente a gratificação instantânea que elas acabam por proporcionar.

A repetida necessidade de verificar as notificações, curtidas e compartilhamentos pode acabar em um ciclo vicioso de uso compulsivo, onde neste caso os jovens têm dificuldade em se desconectar realizarem outras atividades.

Um estudo de ordem estatística acerca da percepção da qualidade de vida entre estudantes de nível superior, demonstrou que 96,8% dos 343 participantes da referida pesquisa confirmaram utilizarem dispositivos eletrônicos todos os dias. Os referidos alunos dessa pesquisa também indicaram que esse problema pode levar a sentimentos ruins, como solidão e baixa autoestima pessoal. Com isso, fica claro que a Internet é um ambiente muito

perigoso para pessoas que possuem estado de vulnerabilidade (Sanches; Forte, 2019).

Já em outro estudo transversal publicado por Vieira *et al.*, (2022), os adolescentes da pesquisa demonstraram uso excessivo de mídia digital. Após a comparação com outros estudos, a prevalência da necessidade dos adolescentes em relação à essa tecnologia foi maior, o que nos faz analisar as consequências subsequentes desse problema, sendo os mais comuns o aumento significativo da ansiedade, da depressão, dos comportamentos de ordem suicida e da dismorfia corporal deles.

REDES SOCIAIS E VIDA ACADÊMICA: UMA ANÁLISE DOS IMPACTOS DIRETOS

Com relação ao espaço das redes sociais na vida atual dos jovens, parece ser cada vez mais importante, e essa correlação tem gerado discussões intensas sobre os danos causados na saúde mental e no desempenho escolar dos jovens.

Segundo os estudos de Noronha *et al.* (2024), as tecnologias e as redes sociais atualmente, modificam cada vez mais a vida e comportamento dos jovens, alterando o modo de se relacionarem socialmente, reunir e comunicar-se. Esse aspecto se reflete de forma direta, além de outros aspectos da formação dos jovens, no melhoramento da sua autoestima, que muitas vezes é pautada pela procura de validação externa, além de serem comparados com padrões que foram idealizados e são apresentados com facilidade nas redes sociais.

A baixa autoestima oriunda dessas comparações pode provocar não apenas a piora da saúde emocional, mas também exerce efeito negativo com o desempenho acadêmico, tornando-se um desafio significativo para a escola e universidades.

Segundo os dados da Agencia Nacional (2021), o acesso direto à internet nos domicílios brasileiros aumentou para 83% em 2020, o que provoca, de certa forma, uma maior dependência das tecnologias digitais para comunicação, lazer e o aprendizado.

Já os dados da pesquisa de Nascimento *et al.* (2024), apontam que mais de 85% dos estudantes foram afetados pelas medidas do distanciamento social.

Conforme podemos notar, essa variável foi mais expressiva entre os jovens, que começaram a utilizar as redes sociais não apenas como forma de entretenimento em casa, mas também como principal método de interação social e acesso à informação naquele momento.

Em um estudo de Prado (2012), o qual fora realizado nas universidades do Alabama e de Lock Haven, teve como principal conclusão que acessar, por exemplo, o Facebook durante as atividades escolares, pode atrapalhar o processo cognitivo e impedir um aprendizado mais profundo. Um importante ponto a ser levado em consideração é que, segundo essa mesma pesquisa, os alunos analisados disseram a frequência que utilizavam outras

redes virtuais, como e-mail e Google, e neste caso, apenas o Facebook impactou de forma negativa. Para os pesquisadores citados, essa questão pode ser facilmente esclarecida com a forma que os estudantes utilizam essas ferramentas; então, as páginas virtuais propensas a pesquisas acadêmicas, como o e-mail e o Google, acabam não influenciando negativamente no desempenho desses alunos.

Segundo Falcão (2012), o mundo da Internet apresenta dois lados atrelados a aprendizagem dos alunos: uma ameaça ou um recurso. Diz-se que uma ameaça, pelo motivo das escolas e familiares não saberem realmente administrar e orientar seus alunos e filhos quanto a utilização regulada e adequada das redes sociais, o que faz com que esses acessos se tornem não saudáveis; e um recurso, pois permitiu a troca de ideias e de várias informações em tempo real, além de proporcionar debates e tomadas de decisões.

Outro fato em que a internet afeta o desempenho acadêmico, pode estar atrelado com o preceito do jovem não conseguir desempenhar mais de uma tarefa ao mesmo tempo, como por exemplo, estudar e navegar nas redes sociais. Dessa forma, autores como Silva *et al.* (2012) definiram a possibilidade de surgir uma geração com conhecimento para concretizar mais do que apenas uma tarefa ao mesmo tempo, assim como demonstra a pesquisa feita por Venn e Vrakking (2006), que criou um novo termo chamado por eles de Homo Zappiens.

Essa nova expressão, segundo os referidos autores, tem a ver com as habilidades cognitivas importantes à aprendizagem experiencial, além de possuírem uma capacidade de autorregulação e de resolverem problemas, superior às gerações anteriores, as quais são desenvolvidas pelas crianças de hoje.

Além disso, estudos de Reis (2012) fazem oposição à Ilovatte (2012), pois acreditam que ter dificuldade de atenção tem relação direta com a sobrecarga de informações recebidas, e o uso de redes sociais como e-mail e Twitter.

Os celulares e as tecnologias wireless colaboram com a sobrecarga de informações como uma ocorrência normal, ou seja, melhorar as habilidades para exercer muitas tarefas pode induzir ao déficit de atenção por parte dos educandos e, assim, piorar o desempenho acadêmico.

Com relação aos principais estudos relacionados ao uso de redes sociais em estudantes de grau universitário, nota-se um grande impacto sobre

o desempenho acadêmico destes, onde o uso abusivo da internet pode levar desde à pequenas dificuldades na administração do tempo, até o aparecimento de transtornos, os quais estão diretamente relacionados ao baixo rendimento acadêmico dos jovens.

Os principais impactos negativos ocasionados ao rendimento acadêmico, estão atrelados à necessidade das redes sociais de forma patológica, ou ao início de transtornos associados.

Alguns dos sinais e sintomas de total dependência do uso das redes sociais incluem as dificuldades no desempenho das atividades diárias, e se expor a mais de uma hora por dia nas referidas redes sociais, apresentar curiosidade excessiva de monitor perfis, não dar importância ao trabalho e atividades diárias, e demonstrar emoções exacerbadas pelo acesso à uma delas (Rahman sa, *et al.*, 2020).

Autores como Azizi LM, *et al.* (2019) definiram em seus estudos que o impacto negativo vindo das redes sociais está ligado exclusivamente ao seu uso inadequado, promovendo efeitos tanto no nível individual quanto no social. No ranking dessas consequências temos a privação de sono que ocorre a longo prazo, a piora da saúde física, o aumento das dificuldades de concentração e a piora no desempenho de atividades como o trabalho e estudo (Gao L, *et al.*, 2020).

Outro ponto importante, é a emissão sonora para a notificar de novas mensagens ou de atualizações que ocorrem a todo momento em redes sociais, pois essa constante busca por “algo novo e recompensas” acaba fazendo com que o indivíduo perca o empenho com tarefas importantes (Blasio AD e Voos ch, 2020).

Algo muito citado em publicações e que realmente piora o desempenho acadêmico é o acesso a redes sociais dentro da sala de aula. Em uma pesquisa que citou os impactos provocados pelas redes sociais no resultado acadêmico, demonstrou que cerca de quase metade dos alunos utilizavam mídias sociais dentro das salas de aula, na qual, comparando-se a relação entre os que usavam frente aos que não utilizavam, pode-se observar que os alunos que usavam mídias sociais em sala, tiveram resultados relativamente piores do que aqueles que não usavam durante o período de aula. Neste mesmo estudo também se avaliou a ligação da média semestral com o tempo gasto utilizando-se redes sociais, onde ficou claro que os alunos com melhores resultados acadêmicos, tinham passado menos tempo nas redes sociais,

enquanto os discentes que passam muito tempo nas redes sociais tiveram piores resultados acadêmicos (Tamal ma, *et al.*, 2019).

Em uma pesquisa que demonstrava a relação entre o uso de mídias sociais, bem-estar psicossocial e o desempenho acadêmico dos jovens, demonstrou que além de haver ligação entre o grande uso de redes sociais com a diminuição do desempenho acadêmico, também influencia a saúde mental dos indivíduos. Os resultados dessa pesquisa demonstram que os alunos que dedicaram menos tempo de uso em redes sociais desenvolveram um melhor bem-estar psicossocial quando comparados com aqueles que ficaram mais tempo utilizando as referidas mídias sociais (Lake yimer b, 2023).

No geral, nota-se que o uso excessivo de internet, e dos dispositivos tecnológicos junto a redes sociais, acarreta um consumo desproporcional e descontrolado de tempo, em detrimento das outras atividades da pessoa de forma prolongada, piorando assim, a execução das atividades diárias.

Interessante ressaltar que o uso excessivo de celulares e outras mídias eletrônicas está ligado à inadequada higiene do sono nos adolescentes.

Em um estudo o qual buscou avaliar a associação entre a qualidade do sono e o tempo de tela em adolescentes que cursam, demonstrou que a utilização de celulares por ≥ 4 horas/dia estava ligada à má qualidade do sono. Mais especificamente, a utilização de computadores, redes sociais e televisão depois das 22 horas denotou associação preocupante com a má qualidade do sono. Dessa forma, o uso no período da noite de telas digitais e o tempo de exposição às mesmas por ≥ 4 horas/dia estão diretamente ligadas à piora da qualidade do sono (Júnior afa, *et al.*, 2021).

Os estudos de De Lima mep e Primo avd (2021), demonstram que os brasileiros têm por hábito o desbloqueio de seus celulares em média de 78 vezes a cada dia, sendo que no caso de pessoas com 18 a 24 anos, essa média citada acima aumenta para 101 vezes. Nota-se que esse comportamento ocorre pela ansiedade das pessoas em verificar chamadas e notificações, acessar fotos e vídeos em redes sociais e ainda, de verificar se suas mensagens já foram visualizadas ou respondidas, ou ainda, fazem isso sem uma necessidade específica naquele momento. E notório que esse grau de dependência do celular pode levar a pessoa a uma ansiedade generalizada, à medida que a sua preocupação aumenta.

Outros estudos demonstram que o uso excessivo da internet está sempre associado a vários impactos no bem-estar de alguns usuários, alcançan-

do desde distúrbios no sono, mudanças na dieta e a redução da prática de atividade física, até a repercussões de ordem negativa no desempenho acadêmico ou profissional do mesmo. Afora isso, muitas pesquisas tem relacionado atualmente o uso desordenado da internet a muitas condições psicológicas, como transtornos do humor, transtorno de déficit de atenção, a ocorrer sensação de isolamento, diminuição da autoestima, compulsões, dentre outros distúrbios, atrelado a diminuição na sensação de felicidade e vitalidade, assim como comprometimentos gerais da saúde mental (Moromizato ms *et al.*, 2017; DA Cruz msc, 2020).

Castells (2007) em seus estudos, afirma que o cérebro humano não possui capacidade de ter a mesma velocidade de processar as tecnologias divulgadas em uma rede social, e nem a de armazenamento destas. Assim sendo, diante do excesso de informação disponível, não há o tempo necessário e suficiente para absorvê-la totalmente.

Dessa forma, os assuntos são sempre discutidos de forma mais superficial, pois as informações mudam com muita frequência nas redes sociais. Logo, a velocidade existente e a quantidade de informações presentes nessas redes, podem provocar uma distorção da veracidade real dos fatos.

Na atualidade, devido ao fácil acesso à informação e de forma quase que instantânea, o conhecimento intrínseco acaba sendo cada vez mais visível e mais disponível. Sendo assim, tal quesito faz com que o estudante possa construir seu próprio saber, e com isso, ter autonomia em muitas áreas, colaborando para que o professor não tenha mais o controle de toda a situação. Porém, isso não significa produção de reflexão crítica sobre os materiais que são disponíveis por esses docentes (Silva Lima *et. al.* 2021).

Para autores como Kenski (2015), os recursos disponibilizados na internet, por possuírem grande agilidade de compartilhamento e difusão das informações de forma quase que imediata, terminam por proporcionar ao cotidiano das pessoas um certo dinamismo e comodismo que em algumas vezes podem ser ruins.

Existe hoje uma grande destreza no modo como as crianças e adolescentes utilizam os equipamentos e instrumentos digitais, todavia, a falta de saber acerca dos conceitos científicos básicos da área da matemática, os da língua portuguesa e das ciências de modo geral acabam por chamar a atenção, o que se traduz em uma grande fonte de preocupação.

Essa consequência põe em foco o papel do currículo escolar e dos

professores na formação dos alunos, devendo estes serem trabalhados para estarem mais alinhados às modificações sociais atuais.

Um certo desafio que aparece a partir deste fato, é que aos pais, gestores e também os professores passam a ter a função de orientar os discen-tes sobre o uso correto das redes sociais e de outras tecnologias, uma vez que esses tipos de comunicações passam a contribuir positivamente no desenvolvimento de cunho intelectual, cultural, social e formativo dos mesmos (Kenski, 2015).

Um grave detalhe, muito ligado aos jovens, é a característica de opacidade das telas, ou melhor, não poderem saber ao certo realmente quem se encontra do outro lado, e isso infelizmente faz com que as pessoas se sintam mais livres para opinarem o que acham melhor.

Bauman (2001) é um dos que há tempos aborda esse tema definindo que as pessoas estão se preocupando cada vez menos com quem o outro lado da referida tela opaca. Essa forma de agir sem empatia tem se tornado normal e, para muitos, isso faz mal, principalmente para os adolescentes, onde tudo o que se vive é intenso.

É certo que a falta de presença física provoca muitas distorções em uma simples conversa. Neste caso, as interpretações podem se tornar mais dramáticas, tornando a falta de entendimento algo constante.

Nas pesquisas de Souza e Souza (2010), a maioria das redes sociais digitais, mais do que causarem conflitos, acabam criando relações mais superficiais, o que favorece a falta de empatia. Chega a ocorrer em alguns casos, agressões como consequências dessas discordâncias de ideias, e isso com certeza não tornar-se-ia comum se a conversa não estivesse sendo feita por telas opacas. Na rela, frente a frente, o indivíduo iria refletir sobre suas palavras e os seus atos com muito mais empenho.

Para Kenski (2012), o imediatismo que ocorre com o uso das redes sociais, pode comprometer a capacidade de concentração bem como o aprofundamento dos estudantes, que passam a buscar respostas rápidas em vez de desenvolver o raciocínio mais reflexivo.

Afora isso, a utilização indiscriminada das redes provoca maior dispersão durante as atividades normais escolares, bem como à exposição a conteúdos inadequados e ao surgimento infeliz de comportamentos como o cyberbullying, o que piora o clima escolar bem como a saúde mental dos alunos. Para os autores como Selwyn (2016, p. 45):

As redes sociais modificam a relação entre professores e estudantes, exigindo uma nova postura pedagógica, mais aberta, dialógica e conectada às linguagens juvenis. Isso implica reconhecer que os alunos já chegam à escola com repertórios digitais e experiências construídas fora do ambiente formal de ensino, e que a escola precisa dialogar com essas vivências para permanecer significativa. Portanto, o impacto das redes sociais na educação exige uma reflexão crítica e um reposicionamento das práticas docentes, para que a tecnologia seja usada de maneira ética, criativa e formativa, contribuindo com o desenvolvimento integral dos estudantes e com a qualidade do processo educativo.

Visto os desafios impostos principalmente pelo uso excessivo e, diversas vezes, inadequado das redes sociais por parte dos discentes, cabe também à escola e aos professores pensarem em novas estratégias pedagógicas que não apenas contenham os impactos negativos, mas que também possam melhorar o uso dessas ferramentas digitais como aliadas no processo educativo.

Em prol disso, é necessário ter em mente que as redes sociais fazem parte da cultura digital atual, e estão muito integradas ao dia-a-dia dos estudantes.

Pesquisando formas de melhorar os efeitos prejudiciais dessa questão, temos como aliado a promoção da educação midiática, ou seja, a preparação dos estudantes para compreenderem melhor, analisarem e utilizarem conscientemente os meios de comunicação (redes sociais) e suas linguagens. Autores como Soares (2011, p. 43) argumentam que:

A educação para a mídia é essencial na formação do sujeito crítico e ético, capaz de interagir com os conteúdos digitais com autonomia e responsabilidade. Nesse sentido, os professores devem incorporar o uso pedagógico das redes sociais em suas práticas, utilizando-as como espaços de produção de conhecimento, debate e expressão, ao mesmo tempo em que ensinam os estudantes a reconhecer os riscos da superexposição, das fake news e da dependência tecnológica.

Dessa mesma forma, autores como Moran (2021) destacam que a formação docente deve também desenvolver algumas competências como por exemplo: flexibilidade, empatia, pensamento crítico e colaboração — essas habilidades são essenciais para a atuação em contextos digitais ligados ao ensino.

De fato, podemos pensar que as universidades também precisam romper com modelos formativos de natureza exclusivamente teórica e descontextualizados com o tempo atual, passando a operar com vivências mais práticas, com projetos interdisciplinares bem como o uso real e positivo das tecnologias digitais em sala de aula.

Assim sendo, os professores em formação poderão estar mais bem preparados para operar com os desafios da educação atual, construindo novas práticas pedagógicas de cunho inovador, e que dialoguem precisamente com a realidade dos estudantes, visando contribuir para uma educação mais crítica e conectada com o mundo atual.

Devemos pensar que as perspectivas futuras para a educação no Brasil com essa crescente influência vinda das redes sociais são muito desafiadoras, todavia também repletas de possibilidades.

Temos um cenário atualmente marcado pela transformação digital bem como pela presença real das tecnologias na vida diária dos alunos, e sendo assim, torna-se importante repensar no atual modelo educacional tradicional, visando buscar estratégias que dialoguem com as novas realidades existentes no âmbito cultural, cognitivas e sociais.

Para autores como Belloni (2009), a escola atualmente precisa ter um novo papel frente às modificações norteadas pelas tecnologias, deixando de lado práticas centradas apenas na velha transmissão de conteúdos, e passando a utilizar metodologias mais participativas junto aos discentes, interativas e significativas. Dessa forma, a Base Nacional Comum Curricular (BNCC) (Brasil, 2018) já nos dá por escrito a importância que existe no desenvolvimento de competências em relação ao uso responsável da informação e também das tecnologias digitais, visando a formação de sujeitos mais críticos, criativos e colaborativos.

Da mesma forma, autores como Moran (2021) e Bacich *et al.* (2015) em suas pesquisas já destacavam que, para que a escola compartilhe as transformações da sociedade em rede, se faz necessário aplicar o trabalho em inovação pedagógicas, na formação docente contínua e melhoramento da infraestrutura tecnológica, com a criação de ambientes de aprendizagem flexíveis, integrados à cultura digital.

O VÍCIO DIGITAL: AS CONSEQUÊNCIAS NOCIVAS DO USO EXCESSIVO DA INTERNET

O aumento no uso da Internet, a sua fácil disponibilidade e o modo como modificou a vida em sociedade, são os principais fatores que têm feito questionar se, em vários casos, o uso abusivo da Internet pode ser considerado também como patológico, tornando-se importante compreender se esta atividade desperta condições para a formação de patologias psiquiátricas já existentes, ou se fornece um meio para patologias psiquiátricas que não ocorriam nestas condições (Reis *et al.* 2016).

É notável que nesta última década, o grande acesso as redes sociais têm modificado a forma como as pessoas comunicam e interagem umas com as outras, embora ainda não seja clara o modo pelo qual essas alterações possam culminar em doenças psiquiátricas (Pantic, 2014).

Uma das formas mais estudadas, é a relação entre o uso excessivo da internet e outras dependências.

Segundo Reis *et al.* (2016), as observações indicam que os adolescentes que fazem uso excessivo da internet parecem ter maior vulnerabilidade também ao uso problemático do álcool e das drogas, associando-se que a comorbidade possa originar-se da união de alguns mecanismos etiológico, como fatores ligados a personalidade e as características familiares com problemas prévios.

Para alguns autores, os jovens que apresentam problemas com uso excessivo de internet, representam com isso apenas um meio de fortalecer outros comportamentos de dependência já pré-existentes no indivíduo.

Também existem autores que não concordam com essa afirmação, defendendo a ideia de que a dependência existe por si só, envolvendo apenas uma certa interação de modo excessivo e descontrolado do indivíduo com os meios tecnológicos, e com isso, uma diminuição da sua capacidade intrínseca de funcionar normalmente em uma sociedade (Reis *et al.* 2016).

Observando-se vários estudos ligados a esse problema, verificou-se que a dependência da Internet se encontrava muito ligada a sintomas de perturbação de modo compulsivo, incluindo nisso a perturbação de hiperatividade com déficit de atenção, de depressão, especialmente ligado ao sexo

feminino; sendo que quanto à dependência entre o sexo masculino, este demonstra-se mais associada a comportamentos de ordem agressiva (Alavi *et al.* 2012).

Dessa forma, as conclusões dos vários estudos publicados acerca do impacto do uso excessivo de internet sob a saúde mental dos jovens ainda não são conclusivas, embora todos os pesquisadores estejam de acordo que o estado de saúde, no geral, dos indivíduos dependentes se encontra em um maior risco do que aqueles utilizadores não-dependentes (Alavi *et al.* 2012).

Importante ressaltar que estudos demonstram que a excitação fisiológica e a ativação de vias neurais em resposta ao acesso das redes sociais, é parecido com àquelas já estudadas noutros tipos de casos de dependência comportamental.

A regulação emocional neste caso tem referência a formas de tentar alterar as experiências emocionais (principalmente aquelas de ordem negativas) utilizando para isso um meio da iniciação, manutenção ou modificação de frequência, e mesmo da intensidade ou da duração dessas mesmas experiências.

Nota-se que as dificuldades em conseguir a regulação emocional, sejam os principais fatores de risco para a dependência. Dessa forma, tem-se tratado como uma real hipótese que a o uso excessivo de redes sociais na internet atua como uma forma central no desenvolvimento e na manutenção de dependências, levando-se a crer que o uso da Internet possa estar ligado com uma forma de fugir da realidade e também lidar com o stress, a depressão e com a preocupação.

Assim sendo, existe uma teoria em que o uso de redes sociais distrai o usuário de pensamentos ou de sentimentos de ordem negativos, e ainda ajude a diminuir a sensação de solidão, de tristeza ou ainda, de ansiedade (Hormes; Kearns; Timko, 2014).

Para alguns pesquisadores, há tempos em que a natureza da utilização das redes sociais digitais demonstre ser mais importante na influência de sintomas de ordem depressivas e vice-versa, do que a frequência ou ainda a duração do uso, isoladamente.

Segundo alguns autores, parece ser a qualidade das experiências nas redes sociais, e não somente a frequência do uso das referidas redes sociais, que vai predizer os motivos de ordem negativa na saúde mental da pessoa, ou seja, leva-se em consideração para esta teoria, o quanto uma pessoa per-

cebe se as suas interações online são positivas ou negativas.

Além dessa visão, alguns outros estudos sugerem ainda que a depressão com o uso de internet pode estar ligada ao envolvimento em atividades online mais específicas (Baker; Algorta, 2016).

Todavia, se, por um lado, a utilização da Internet e das redes sociais aumenta as possibilidades de contato entre os amigos e conhecidos, melhorando os sentimentos de autoestima e bem estar, por um outro, esta utilização pode ser vista como uma brecha ao tempo que poderia ser dispensado às atividades de cunho social em prol das atividades específicas online, atrapalhando no desenvolvimento e manutenção de relações sociais existentes, o que também pode ter servido de base para os estudos que denotaram que a utilização da Internet tinha associação com uma maior incidência de casos de depressão em adolescentes (Selfhout *et al.*, 2009).

O sentimento de ansiedade social é muito debilitante ao indivíduo, exercendo um impacto negativo na rede social da pessoa, muitas vezes levando o jovem ao seu isolamento. Nota-se isso já no início da adolescência, pois é nesta fase que se ocorre a crescente importância das interações e formações sociais com os outros (Prizant-Passal; Shechner; Aderka, 2016).

Devido ao fato primordial da comunicação online e o grande uso das redes sociais passarem a ser presentes na vida da grande maioria das pessoas, nos últimos anos, especialmente para o público adolescente e os jovens adultos, já existem diversos autores que discutem ser o conforto social, o tempo despendido online e o uso excessivo de internet e redes sociais as causas que apresentam uma correlação mais direta com a ansiedade social, em adultos, pois segundo estes nos jovens, o uso de tempo livre na comunicação de modo online pode ser visto como normal sem grandes perdas e, neste caso, sem estarem necessariamente relacionados com a ocorrência de ansiedade social, mascarando a sua eventual presença (Prizant-Passal; Shechner; Aderka, 2016).

Seguindo a hipótese de compensação social, os jovens socialmente ansiosos podem estar compensando as suas relações offline que são pobres, com a procura de ligações e afinidades num ambiente online, fazendo com que exista uma sensação de este ser um meio com mais segurança e confortável que o meio real, o qual permite também “esconder” aspetos ligados aos quesitos físicos/psicológicos que levem a um possível julgamento negativo por parte das outras pessoas, ocorrendo assim uma apresentação de si mais controlada.

É notório que, o medo de rejeição social pode levar indivíduos ansiosos a terem dificuldade em retratar no futuro o seu verdadeiro “eu” quando ocorrer interações face-a-face, pois esse medo é diminuído com o anonimato existente nas relações online, dentro das quais podem satisfazer a vontade social de fazerem parte e de ser entendido.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

É notável que, com o avanço tecnológico ocorrido e o surgimento das redes sociais já no início da década de 70, a internet passou a ser um agente facilitador no que se refere a comunicação e troca de informações entre pessoas, de suma importância na vida de todos. Todavia, o uso desenfreado desse recurso acabou se tornando, em muitos casos, a causa primária de problemas psicológicos e de autoimagem.

Após a leitura dessa revisão, é possível perceber que o uso excessivo, principalmente das redes sociais, é um quesito de grande relevância e impacto na saúde mental de adolescentes e adultos atualmente.

Vários estudos e pesquisas apresentadas nesta obra, têm demonstrado uma série de fatores negativos associados a esse tipo de comportamento, como por exemplo o aumento do estresse, de ansiedade, de solidão, da diminuição da autoestima bem como do aumento do risco de ocorrência de depressão além de outros transtornos de cunho psicológico.

Entram também nessa lista a exposição constante a conteúdos de cunho prejudicial, a ocorrência de pressão por likes e por mais seguidores e a comparação que ocorre constantemente com os outros são também fatores problemáticos que aumentam a gama de impactos negativos no uso excessivo das redes sociais.

Após o estudo, é possível denotar também que a questão da aparência possui grande relevância para as pessoas, as quais demonstram estarem constantemente preocupados para demonstrarem a melhor postura visual, o melhor ângulo para a foto e a melhor desenvoltura para a cena. Todas essas “manobras” na foto são norteadas para a questão física, onde infelizmente a figura física em destaque aparenta necessitar estar adequada com aquela fisionomia que são expressadas por pessoas tidas como as bem-sucedidas ou ainda, aquelas com uma grande quantidade de retornos de ordem positiva nas redes, confirmadas por uma grande quantidade de curtidas e/ou comentários. É nesse segmento filosófico, que as redes sociais existentes passam a criar muitas percepções tendenciosas, além de pontos de comparação distorcidos, pois as apresentações de si feitas de modo online de outros usuários já populares na rede e em maior destaque, podem estar cheias de camadas ilusórias. Assim sendo, essa questão pode levar à sensação de inadequação social a pessoa, trazendo contribuições negativas na saúde física e intelectual dos usuários.

Dessa forma, considerando os estudos apresentados, as redes sociais podem sim impactar na autoestima dos jovens e adultos, principalmente em função da comparação social que ocorre e da incessante busca por validação. Claro que, esses efeitos variam caso a caso de acordo com a forma de utilização e a habilidade individual de cada pessoa.

Vale lembrar que com o uso de plataformas digitais, podemos compartilhar nossas vidas e também acompanhar a vida de outras pessoas, da mesma forma como se estivéssemos em frente a uma “vitrine”. Essa situação, de certa forma, pode acabar gerando uma sensação de competição para ver quem é o mais feliz, ou mais magro, mais belo ou ainda, aquele que possui mais amigos e bens materiais.

Em resumo, as várias redes sociais são na verdade uma ferramenta que somente terão o poder que nós repassamos a elas. Dessa forma se utilizarmos de forma consciente, evitaremos que estas passem a ser um problema.

REFERÊNCIAS

AGÊNCIA BRASIL. **Estudo mostra que pandemia intensificou uso das tecnologias digitais.** Brasília, DF, 2021. Disponível em: <https://agenciabrasil.ebc.com.br/geral/noticia/2021-11/estudo-mostra-que-pandemia-intensificou-uso-das-tecnologias-digitais>. Acesso em: 28 fev. 2025.

AGARWAL, V.; DHANASEKARAN, S. Harmful Effects of Media on Children and Adolescents. **Journal of Indian Association for Child and Adolescent Mental Health**, [s. l.], 2024.

ALAVI, S. S. *et al.* Impact of addiction to internet on a number of psychiatric symptoms in students of Isfahan Universities, Iran, 2010. **International Journal of Preventive Medicine**, Isfahan, v. 3, n. 2, p. 122-127, 2012.

ALAVI, S. S. *et al.* The effect of psychiatric symptoms on the internet addiction disorder in Isfahan's university students. **Journal of Research in Medical Sciences**, [s. l.], v. 16, n. 6, p. 793-800, 2011. DOI: <https://doi.org/10.1021/cr60098a004>. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/22091309>. Acesso em: 25 fev. 2026.

ALMEIDA, T. **Influência da comparação social na apresentação de si de adolescentes na rede social digital Instagram.** 2022. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Instituto de Psicologia, Universidade Federal da Bahia, Salvador, 2022.

AFONSO, A. S. **Uma análise da utilização das redes sociais em ambientes corporativos.** 2009. 163 f. Dissertação (Mestrado em Tecnologias da Inteligência e Design Digital) – Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2009.

AZIZI, S. M. *et al.* The relationship between social networking addiction and academic performance in Iranian students of medical sciences: a cross-sectional study. **BMC Psychology**, [s. l.], v. 7, p. 1-8, 2019.

BACICH, L.; TANZI NETO, A. F.; TREVISANI, F. **Educação híbrida: personalização e tecnologia na educação.** Porto Alegre: Penso, 2015.

BAKER, D. A.; ALGORTA, G. P. The Relationship Between Online Social Networking and Depression: A Systematic Review of Quantitative Studies. **Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking**, [s. l.], v. 19, n. 11, p. 638-648, nov. 2016. Disponível em: doi.org. Acesso em: 26 fev. 2026.

BAUMAN, Zygmunt. **Modernidade líquida.** Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2001.

BELLONI, Maria Luiza. **Educação a distância**. 6. ed. Campinas: Autores Associados, 2012. (Coleção Educação Contemporânea).

BETTIOL, Beatriz Meirelles. **Do autorretrato à selfie: análise da imagem feminina no Instagram**. 2017. 112 f. Monografia (Graduação em Comunicação Organizacional) – Faculdade de Comunicação, Universidade de Brasília, Brasília, 2017.

BLASIO, A. D.; VOOS, C. H. Os impactos das redes sociais na atividade acadêmica de estudantes da Faculdade Guilherme Guimbala. **Monumenta - Revista de Estudos Interdisciplinares**, [s. l.], v. 1, n. 2, p. 214-241, 2020.

BOYD, D. Social Network Sites as Networked Publics: Affordances, Dynamics, and Implications. In: PAPACHARISSI, Z. (ed.). **Networked Self: Identity, Community, and Culture on Social Network Sites**. [S. l.]: Routledge, 2010. p. 39-58.

BOGO, Kellen Cristina. **A História da Internet: Como tudo começou**. 2000. Disponível em: http://www.jelapisdecor.com.br/downloads/seginternet/a_historia_da_internet.pdf. Acesso em: 18 nov. 2025.

BONSAKSEN, T. *et al.* Associações entre o uso de mídias sociais e a solidão em uma população transnacional: os motivos para o uso de mídias sociais importam? **Psicologia da Saúde e Medicina Comportamental**, [s. l.], v. 11, n. 1, p. 2158089, 2023.

BRAILOVSKAIA, J. *et al.* A relação entre o uso de redes sociais, sintomas de estresse e o impacto da COVID-19 na Alemanha e na Itália: um estudo transversal e longitudinal. **Journal of Affective Disorders Reports**, [s. l.], v. 3, art. 100067, 2021.

BRASIL. [Estatuto da Criança e do Adolescente (1990)]. **Lei nº 8.069, de 13 de julho de 1990**. Institui o Estatuto da Criança e do Adolescente e dá outras providências. Brasília, DF: Presidência da República, [1990]. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l8069.htm. Acesso em: 2 jan. 2026.

BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular**. Brasília, DF: MEC, 2018. Disponível em: <http://basenacionalcomum.mec.gov.br>. Acesso em: 21 jun. 2025.

BOTTENTUIT JUNIOR, J. B.; COUTINHO, C. P. Desenvolvimento de Vídeos Educativos com o Windows Movie Maker e o YouTube: Uma Experiência no Ensino Superior. In: LUSOCOM, 8., 2009, Lisboa. **Anais [...]**. Lisboa: Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias, 2009. p. 1052-1070.

CALAZANS, J. H.; LIMA, C. A. R. Sociabilidades virtuais: do nascimento da Internet à popularização dos sites de redes sociais online. In: ENCONTRO NACIONAL DE HISTÓRIA DA MÍDIA, 9., 2013, Ouro Preto. **Anais eletrônicos [...]**. Ouro Preto: UFPE, 2013. Disponível em: ufrgs.br. Acesso em: 12 ago. 2025.

CALDEIRA, S. P.; DE RIDDER, S.; VAN BAUWEL, S. Between the Mundane and the Political: Women's Self-Representations on Instagram. **Social Media + Society**, [s. l.], v. 6, n. 3, p. 1-14, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1177/2056305120940802>. Acesso em: 5 de julho de 2025.

CARR, N. **A geração superficial**: o que a internet está fazendo com os nossos cérebros. Rio de Janeiro: Agir, 2011.

CASTELLS, Manuel. **A sociedade em rede**. 10. ed. Tradução de Roneide Venâncio Majer. São Paulo: Paz e Terra, 2007.

COMITÊ GESTOR DA INTERNET NO BRASIL (CGI.br). **Pesquisa TIC Kids Online Brasil**. São Paulo: CGI.br, 2024. Disponível em: <https://cetic.br/pt/pesquisa/kids-online/>. Acesso em: 11 fev. 2026.

CONGER, Jay. Quem é a geração X. **Hsm management**, [s. l.], v. 11, n. 1, p. 128-138, 1998.

COSTA, R.; PATRÃO, I. As relações amorosas e a Internet: Dentro e fora da rede. In: PATRÃO, I.; SAMPAIO, D. (orgs.). **Dependências online**: O poder das tecnologias. Portugal: Pactor, 2016. p. 118-131.

COSTA, Taís. **Quais são as redes sociais mais usadas no Brasil?**. 2016. Disponível em: <https://marketingdeconteudo.com/redes-sociais-mais-usadas-no-brasil/>. Acesso em: 23 nov. 2025.

COULDRY, N.; HEPP, A. **The Mediated Construction of Reality**: Society, culture, mediatization. 1. ed. Polity, 2016.

CRUZ, M. S. C. da. Redes Sociais Virtuais: Percepção, finalidade e a influência no comportamento dos acadêmicos. **Brazilian Journal of Development**, [s. l.], v. 6, n. 3, p. 12433-12446, 2020.

DATAPREPORTAL. **Digital 2024 Global Overview Report**. 2024. Disponível em: <https://datareportal.com/reports/digital-2024-global-overview-report>. Acesso em: 22 jan. 2026.

FREITAS, Rodrigo Jacob Moreira de *et al.* Percepções dos adolescentes sobre o uso das redes sociais e sua influência na saúde mental. **Enfermería Global**, [s. l.], v. 20, n. 4, p. 324-364, 2021.

LIMA, M. E. P. de; PRIMO, A. V. D. Influência da rede social na ansiedade do adolescente e o papel da enfermagem: revisão integrativa. **Revista Enfermagem Atual In Derme**, [s. l.], v. 95, n. 35, e-021107, 2021.

DIAS, V. C. *et al.* Adolescentes na Rede: riscos ou ritos de passagem? **Psicologia: Ciência e Profissão**, [s. l.], v. 39, p. 1-15, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1982-3703003179048>. Acesso em: 14 dez. 2025.

EISENSTEIN, Evelyn. Adolescência: definições, conceitos e critérios. **Adolescência e Saúde**, [s. l.], v. 2, n. 2, p. 6-7, 2005.

ELLISON, N.; HEINO, R.; GIBBS, J. Managing Impressions online: Self-presentation Processes in the Online Dating Environment. **Journal of Computer-Mediated Communication**, [s. l.], v. 11, n. 2, p. 415-441, 2006. Disponível em: <https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2006.00020.x>. Acesso em: 25 novembro de 2025.

FALCÃO, N. **Redes sociais: ameaça à escola ou recurso?** Manaus: SINEPEAM, 2012. Disponível em: http://www.sinepeam.com.br/index.php?option=com_content&view=article&id=93:artigo-redes-sociais-ameaca-a-escola-ou-recurso-profo-nelly-falcao-&catid=43:artigos. Acesso em: 2 maio 2025.

FIDALGO, Jessica Marta Paiva. **O impacto das redes sociais na saúde mental dos jovens**. 2018. Dissertação (Mestrado Integrado em Medicina) — Faculdade de Medicina, Universidade de Lisboa, Lisboa, 2018.

FIGUEIREDO, Pamela *et al.* Anxiety, Addiction to Social Networks, Internet and Smartphones in Paraguayan Adolescents: A Brief Report. **SJCAPP**, [s. l.], 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.2478/sjcapp-2022-0006>. Acesso em: 31 maio 2025.

FONSECA, P. N. da *et al.* Uso de redes sociais e solidão: evidências psicométricas de escalas. **Arquivos Brasileiros de Psicologia**, Rio de Janeiro, v. 70, n. 3, p. 198-212, 2018.

FOX, J.; VENDEMIA, A. Selective Self-presentation and Social Comparison Through Photographs on Social Networking Sites. **Cyberpsychology, Behavior and Social Networking**, [s. l.], v. 19, n. 10, p. 593-600, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.1089/cyber.2016.0248>. Acesso em: 4 de outubro de 2025.

FREIRE FILHO, João; LEMOS, João Francisco de. Imperativos de conduta juvenil no século XXI: a “Geração Digital” na mídia impressa brasileira. **Comunicação, Mídia e Consumo**, São Paulo, v. 5, n. 13, p. 11-25, 2008.

FREITAS, Rodrigo Jacob Moreira de *et al.* Percepciones de los adolescentes sobre el uso de las redes sociales y su influencia en la salud mental. **Enfermería Global**, Múrcia, v. 20, n. 64, p. 324-364, out. 2021. Disponível em: <https://dx.doi.org/10.6018/eglobal.462631>. Acesso em: 16 nov. 2025.

GABRIEL, Martha. **Marketing na era digital: conceitos, plataformas e estratégias**. 1. ed. São Paulo: Novatec Editora, 2010.

GAO, L. *et al.* Problematic internet use and perceived quality of life: findings from a cross-sectional study investigating work-time and leisure-time internet use. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, [s. l.], v. 17, n. 11, p. 4056, 2020. Disponível em: doi.org. Acesso em: 3 de novembro de 2025.

GEERTZ, C. **A interpretação das culturas**. 1. ed. Rio de Janeiro: LTC, 2008.

GHANAYEM, L. K. *et al.* Solidão e excesso de navegação nas redes sociais durante a pandemia de COVID-19: compreendendo a relação entre o uso problemático das redes sociais e a saúde mental entre estudantes universitários. **Frontiers in Psychiatry**, [s. l.], v. 15, p. 1247807, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2024.1247807>. Acesso em: 28 fev. 2026.

GOFFMAN, E. **A representação do eu na vida cotidiana**. 10. ed. Petrópolis: Vozes, 2002.

GRÜNDAHL, Marthe *et al.* Construction and validation of a scale to measure loneliness and isolation during social distancing and its effect on mental health. **Frontiers in Psychiatry**, [s. l.], v. 13, art. 798596, 2022. Disponível em: doi.org. Acesso em: 28 fev. 2026.

GUPTA, M.; SHARMA, A. Fear of missing out: a brief overview of origin, theoretical underpinnings and relationship with mental health. **World Journal of Clinical Cases**, [s. l.], v. 9, n. 19, p. 4881-4889, 6 jul. 2021. Disponível em: doi.org. Acesso em: 20 dez. 2025.

HORMES, J. M.; KEARNS, B.; TIMKO, C. A. Craving Facebook? Behavioral addiction to online social networking and its association with emotion regulation deficits. **Addiction**, [s. l.], v. 109, n. 12, p. 2079-2088, 2014. DOI 10.1111/add.12713. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/add.12713>. Acesso em: 26 fev. 2026.

ILOVATTE, N. **Jovens atuais são multitarefa e mais espertos do que as gerações anteriores**. São Paulo, 2012. Disponível em: ig.com.br. Acesso em: 12 nov. 2025.

JÚNIOR, A. F. A. *et al.* Associação entre qualidade do sono e o tempo de tela em adolescentes. **Research, Society and Development**, [s. l.], v. 10, n. 7, p. e43810716714, 2021.

KEMP, S. **Digital 2024**: Global Overview Report. DataReportal, 31 jan. 2024. Disponível em: <https://datareportal.com/reports/digital-2024-global-overview-report>. Acesso em: 22 jan. 2026.

KENSKI, V. M. **Tecnologia e ensino presencial e a distância**. 6. ed. Campinas: Papyrus, 2012.

KENSKI, V. M. Educação e Internet no Brasil. **Cadernos Adenauer**, [s. l.], v. 16, n. 3, 2015.

KUSS, D. J.; GRIFFITHS, M. D. Social networking sites and addiction: ten lessons learned. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, [s. l.], v. 14, n. 3, p. 311, mar. 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.3390/ijerph14030311>. Acesso em: 25 fev. 2026.

LAKE, Y. B. Social media usage, psychosocial wellbeing and academic performance. **Community Health Equity Research & Policy**, [s. l.], v. 43, n. 4, p. 399-404, 2023.

LAZZARIS, L. C.; DELSOTO, G. S. **Redes sociais e comportamento humano**. Florianópolis: UFSC, 2016. Disponível em: https://nepet.ufsc.br/tecdev/Artigos/20162/Artigo_Giovanni_Lucas.pdf. Acesso em: 8 set. 2025.

LEARY, M. **Self-presentation**: Impression Management and Interpersonal Behavior. [S. l.]: Brown & Benchmark Publishers, 1995.

LEMOS, A.; CUNHA, P. **Olhares sobre a cibercultura**. Porto Alegre: Sulina, 2003. p. 11-23.

LÉVY, Pierre. **O que é virtual?** Rio de Janeiro: Editora 34, 1996.

LÉVY, Pierre. **Cibercultura**. São Paulo: Editora 34, 1999.

LIVINGSTONE, S. On the mediation of everything: presidential address. **Journal of Communication**, [s. l.], v. 59, n. 1, p. 1-18, 2008. DOI: <https://doi.org/10.1111/j.1460-2466.2008.01401.x>.

MACHADO, J. R.; TIJIBOY, A. V. Redes Sociais Virtuais: um espaço para efetivação da aprendizagem cooperativa. **Revista Novas Tecnologias na Educação**, Porto Alegre, v. 3, n. 1, 2005. DOI: 10.22456/1679-1916.13798. Disponível em: <https://seer.ufrgs.br/index.php/renote/article/view/13798>. Acesso em: 4 set. 2025.

MASCHERONI, G.; VINCENT, J.; JIMENEZ, E. "Girls are addicted to likes so they post semi-naked selfies": Peer mediation, normativity, and the construction of identity online. **Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace**, [s. l.], 2015. DOI: <https://doi.org/10.5817/CP2015-1-5>.

MORAN, José Manuel. Metodologias ativas para uma educação inovadora. In: BACICH, Lilian; MORAN, José Manuel (org.). **Metodologias ativas para uma educação inovadora: uma abordagem teórico-prática**. 2. ed. Porto Alegre: Penso, 2021. p. 15-35.

MOROMIZATO, M. S. *et al.* O uso de internet e redes sociais e a relação com indícios de ansiedade e depressão em estudantes de medicina. **Revista Brasileira de Educação Médica**, [s. l.], v. 41, p. 497-504, 2017.

MOREIRA DE FREITAS, R. J. *et al.* Percepciones de los adolescentes sobre el uso de las redes sociales y su influencia en la salud mental. **Enfermería Global**, Murcia, v. 20, n. 64, p. 324-364, 2021. Disponível em: <https://dx.doi.org/10.6018/eglobal.462631>. Acesso em: 17 dez. 2025.

NASCIMENTO, K. A. S. *do et al.* Metodologias ativas mediadas por Tecnologias Digitais da Informação e Comunicação em Programa de Pós-Graduação em Educação no pós-pandemia. **Revista Ibero-Americana de Estudos em Educação**, Araraquara, 2023.

NATIVIDADE, Jean Carlos. **Autoestima e bem-estar subjetivo no Instagram: o impacto da comparação social e da personalidade**. 2019. Tese (Doutorado em Psicologia) – Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2019.

NORONHA, Jéssica Fernanda Mateus *et al.* Valiando o impacto do uso excessivo das redes sociais na saúde mental dos jovens no brasil: revisão sistemática da literatura. **Revista Foco**, v. 17, n. 11, p. 1-27, 11 nov. 2024. Disponível em: <https://ojs.focopublicacoes.com.br/foco/article/view/6278>. Acesso em: 8 set. 2025.

NOVELLI, Valeria Aparecida Moreira *et al.* **Mediação da informação: usuários gerações veteranos, baby boomers, X, Y, e Z**. In: SEMINÁRIO INTERNACIONAL DE BIBLIOTECAS DIGITAIS, 2., 2010, Rio de Janeiro. Anais [...]. Rio de Janeiro, 2010.

NUNES, Paula Pessoa de Brito *et al.* Fatores relacionados à dependência do smartphone em adolescentes de uma região do Nordeste brasileiro. **Ciência & Saúde Coletiva**, [online], v. 26, n. 7, p. 2749-2758, jul. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232021267.08872021>. Acesso em: 15 fev. 2025.

OLIVEIRA, A. M. de *et al.* A utilização das tecnologias na educação de jovens e adultos de uma escola pública. **Educação & Ensino**, Fortaleza, v. 6, n. 2, jul./dez. 2022. Disponível em: uniateneu.edu.br. Acesso em: 17 dez. 2025.

OLIVEIRA, E. D. S. *et al.* Proposta de um modelo de cursos baseado em mobile learning: um experimento com professores e tutores no whatsapp. In: CONGRESSO BRASILEIRO DE ENSINO SUPERIOR À DISTÂNCIA, 11., 2014, Florianópolis. **Anais [...]**. Florianópolis: ESUD, 2014. p. 05-08.

OLIVIERI, Laura. **A importância histórico-social das redes**. Rede de informações para o Terceiro Setor, 2003. Disponível em: pbworks.com. Acesso em: 12 fev. 2025.

PALFREY, John; GASSER, Urs. **Nascidos na era digital**: entendendo a primeira geração de nativos digitais. Porto Alegre: Artmed, 2011.

PANTIC, Igor. Online social networking and mental health. **Cyberpsychology, Behavior and Social Networking**, [s. l.], v. 17, n. 10, p. 652–657, out. 2014. Disponível em: doi.org. Acesso em: 25 fev. 2026.

PARK, Nansi; SONG, Hayeon; LEE, Kwan Min. Social networking sites and other communication channels: distance, perceived social support, and psychological well-being. **Psychology of Popular Media Culture**, [s. l.], v. 3, n. 4, p. 210-227, out. 2014.

PARLAK SERT, H.; BAŞKALE, H. Students' increased time spent on social media, and their level of coronavirus anxiety during the pandemic, predict increased social media addiction. **Health Information & Libraries Journal**, [s. l.], v. 39, n. 3, p. 226-239, set. 2022.

PATRÍCIO, Maria Raquel; GONÇALVES, Vitor. **Facebook**: rede social educativa? In: ENCONTRO INTERNACIONAL TIC E EDUCAÇÃO, 1., 2010, Lisboa. **Anais [...]**. Lisboa: [s. n.], 2010. p. 593-598.

PIZA, Mariana Vassallo. **O fenômeno Instagram**: considerações sob a perspectiva tecnológica. 2012. 48 f. Monografia (Bacharelado em Ciências Sociais) – Universidade de Brasília, Brasília, 2012.

PRADO, A. C. **Facebook e SMS prejudicam desempenho acadêmico; e-mail não parece atrapalhar**. 2012. Disponível em: <http://uoltecnologia.blogosfera.uol.com.br/2012/02/29/facebook-e-sms-prejudicam-desempenho-academico-e-mail-nao-parece-atrapalhar/>. Acesso em: 30 abr. 2025.

PRIZANT-PASSAL, S.; SHECHNER, T.; ADERKA, I. M. Social anxiety and internet use - A meta-analysis: What do we know? What are we missing? **Computers in Human Behavior**, [s. l.], v. 62, p. 221-229, set. 2016.

RAHMAN, S. A. *et al.* Effects of social media use on health and academic performance among students at the university of Sharjah. In: IEEE ANNUAL COMPUTERS, SOFTWARE, AND APPLICATIONS CONFERENCE (COMP-SAC), 44., 2020, Madrid. **Proceedings [...]**. Madrid: IEEE, 2020. p. 711-716.

REIS, S. L. V. **A sobrecarga de informações diante da atenção, interrupções e multitarefas**. 2012. Dissertação (Mestrado em Administração) – Universidade FUMEC, Belo Horizonte, 2012.

REIS, J. *et al.* As dependências online: controvérsias e perfis. In: PATRÃO, I.; SAMPAIO, D. (org.). **Dependências online: o poder das tecnologias**. Portugal: Pactor, 2016. p. 151-167.

REIS, Bruna Sthefany Souza dos. **Você tem WhatsApp?: um estudo sobre a apropriação do aplicativo de celular por jovens universitários de Brasília**. 2013. 84 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Comunicação Organizacional) – Faculdade de Comunicação, Universidade de Brasília, Brasília, 2013.

RECUERO, Raquel; ZAGO, Gabriela. Em busca das “redes que importam”: redes sociais e capital social no Twitter. **Líbero**, São Paulo, n. 24, p. 81-94, 2016.

RIBEIRO, J. C.; SILVA, T. Self, Self-Presentation and the Use of Social Applications in Digital Environments. In: LUPPICINI, R. (ed.). **Handbook of Research on Technoself: Identity in a Technological Society**. 1. ed. [S. l.]: IGI Global, 2013.

RIBEIRO, Maria Cecília. [Entrevista concedida]. In: **G1 RO**. Porto Velho, 12 out. 2022. Disponível em: globo.com. Acesso em: 23 maio 2025.

ROCHA, Gabriel Gomes de Oliveira. **O poder do Twitter como ferramenta de comunicação**. 2010. 50 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Comunicação Social) – Centro Universitário de Brasília, Brasília, 2010.

ROSEN, Larry D. The distracted mind: ancient brains in a high-tech world. Cambridge: MIT Press, 2013.

SANCHES, Paula da Fonte; FORTE, Cleberson. Redes sociais e depressão: um estudo estatístico sobre a percepção de bem-estar em estudantes

universitários. **Revista Tecnológica da Fatec Americana**, [S. l.], v. 7, n. 2, abr./set. 2019. Disponível em: <https://www.fatec.edu.br/revista/index.php/RTecFatecAM/article/view/226>. Acesso em: 19 fev. 2025.

SANTOS, Santa Marli Pires dos (org.). **Ludicidade como ciência**. Petrópolis: Vozes, 2001.

SELWYN, Neil. **Education and technology: key issues and debates**. 2. ed. London: Bloomsbury Academic, 2016.

SELFHOUT, M. H. W. *et al.* Different types of Internet use, depression, and social anxiety: the role of perceived friendship quality. **Journal of Adolescence**, [S. l.], v. 32, n. 4, p. 819-833, 2009.

SILVA, A. C. B. **A televisão no cotidiano das crianças: um estudo de caso em uma escola municipal de Belo Horizonte**. 2009. 147 f. Dissertação (Mestrado em Educação) – Faculdade de Educação, Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2009.

SILVA, D. J. C. da *et al.* Redes sociais e o desempenho acadêmico: um estudo com alunos de contabilidade. In: ENCONTRO DA ASSOCIAÇÃO NACIONAL DOS PROGRAMAS DE PÓS-GRADUAÇÃO EM ADMINISTRAÇÃO, 36., 2012, Rio de Janeiro. **Anais [...]**. Rio de Janeiro: EnANPAD, 2012.

SILVA, C. *et al.* Concepções, usos e expectativas sobre internet e saúde: um estudo com alunos do 1º ciclo do ensino básico. In: SEMINÁRIO INTERNACIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA, LAZER E SAÚDE, 7., 2021. **Atas [...]**. [S. l.: s. n.], 2021.

SILVA LIMA, S. G. da; COSTA, A. S.; PINHEIRO, M. T. F. Redes sociais na educação: desdobramentos contemporâneos diante de contextos tecnológicos. **Brazilian Journal of Development**, Curitiba, v. 7, n. 4, p. 42341-42357, abr. 2021.

SAVIANI, D. **Adolescência: os desafios da identidade e da subjetividade**. 2. ed. Campinas: Autêntica, 2017.

SHAPIRO, L. A. S.; MARGOLIN, G. Growing Up Wired: Social Networking Sites and Adolescent Psychosocial Development. **Clinical Child and Family Psychology Review**, [s. l.], v. 17, n. 1, p. 1-18, mar. 2014.

SCHWARTZ, G. M. O conteúdo Virtual do lazer-contemporizando Dumazedier. **LICERE - Revista do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer**, Belo Horizonte, v. 6, n. 2, 2003.

SIBILIA, P. **O show do Eu**: a intimidade como espetáculo. 2. ed. Rio de Janeiro: Contraponto, 2016.

SILVA, A. P. A. da. **As implicações do uso da rede social Facebook para a felicidade dos adolescentes**. 2016. Dissertação (Mestrado em Gestão Comercial) – Faculdade de Economia, Universidade do Porto, Porto, 2016.

SILVA, R. C. F.; PIMENTEL, L. de P. Explorando a relação entre o uso das redes sociais, ansiedade e autoestima: desafios e perspectivas para a saúde mental. **Revista Científica da IFASC**, [s. l.], 2024. Disponível em: unifasc.edu.br. Acesso em: 12 dez. 2024.

SILVA, D. G. F. da; GONDIM, L. S. de S. Tecnologia e adolescência: influência nas relações interpessoais e na construção de identidade. **Construção Psicopedagógica**, São Paulo, v. 32, n. 33, p. 90-104, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.37388/CP2022/>. Acesso em: 4 de dezembro de 2025.

SOARES, Ismar de Oliveira. Educomunicação: o conceito, o profissional, a aplicação. **Comunicação & Educação**, São Paulo, n. 32, p. 15-33, jan./jun. 2011.

SOUZA, Karlla; CUNHA, Mônica Ximenes Carneiro da. Impactos do uso das redes sociais virtuais na saúde mental dos adolescentes: uma revisão sistemática da literatura. **Revista Educação, Psicologia e Interfaces**, [s. l.], v. 3, n. 3, p. 204-217, 2019.

SOUZA, V. B. de; CHAGAS, J. A. A. da S.; CARVALHO JUNIOR, S. N. de. A exposição de adolescentes ao Facebook: uma revisão sistemática. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, Rio de Janeiro, v. 23, n. 2, p. 461-481, maio 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.12957/epp.2023.77694>. Acesso em: 14 dez. 2025.

SOUZA, I. M. A. de; SOUZA, L. V. A. de. O uso da tecnologia como facilitadora da aprendizagem do aluno na escola. **Gepiadde**, [s. l.], v. 8, p. 127-142, 2010.

TABOGA, Ana; JUNIOR, Randolfo. Influência de redes sociais na saúde mental e autoimagem de adolescentes. **Revista de Psicologia, Educação e Cultura**, [s. l.], v. 25, n. 1, p. 20-30, 2021.

TAMAL, M. A. *et al.* Adverse impacts of social networking sites on academic result: Investigation, cause identification and solution. **International Journal of Advanced Computer Science and Applications**, [s. l.], v. 10, n. 12, p. 542-553, 2019.

TAPSCOTT, Don. **A hora da geração digital**: como os jovens que cresceram usando a internet estão mudando tudo, das empresas aos governos. Rio de Janeiro: Agir Negócios, 2010.

TEIXEIRA, C. *et al.* Bem-estar psicológico e utilização problemática da internet em adolescentes. **Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental**, [S. l.], n. 28, p. 112-121, 2022. DOI: <https://doi.org/10.19131/rpesm.350>. Disponível em: <https://doi.org/10.19131/rpesm.350>. Acesso em: 17 dez. 2025.

THYGESEN, H. *et al.* Uso e autopercepção dos efeitos das mídias sociais antes e depois do surto de COVID-19: um estudo transnacional. **Saúde e Tecnologia**, [S. l.], v. 11, n. 6, p. 1347-1357, 2021.

THOMPSON, John B. **A mídia e a modernidade**: uma teoria social da mídia. Petrópolis, RJ: Vozes, 1998.

TORRES, Cláudio. **A bíblia do marketing digital**: tudo o que você queria saber sobre marketing e publicidade na internet e não tinha a quem perguntar. São Paulo: Novatec, 2009.

TRABELSI, K. *et al.* Global alterations in sleep patterns and physical activity levels during COVID-19 lockdown in 5056 individuals: ECLB-COVID19 international online survey. **Biology of Sport**, [s. l.], v. 38, n. 4, p. 495-506, 2021.

ESTADOS UNIDOS. Office of the Surgeon General. **Social Media and Youth Mental Health**: The U.S. Surgeon General's Advisory 2023. Washington, D.C.: U.S. Department of Health and Human Services, 2023. Disponível em: <https://www.hhs.gov/surgeongeneral/priorities/youth-mental-health/social-media/index.html>. Acesso em: 22 jan. 2026.

VALÊNCIO, Clara Lúcia Giudice. **A depressão em adolescentes como consequência do impacto das redes sociais**. 2022.

VAN DIJCK, J. Digital Photography: Communication, Identity, Memory. **Visual Communication**, [s. l.], v. 7, n. 1, p. 57-76, 2008.

VAN DIJCK, José; POELL, Thomas; DE WAAL, Martijn. **The Platform Society**: Public Values in a Connective World. Oxford: Oxford University Press, 2018.

VASCONCELOS, Kátia C. *et al.* A geração Y e suas âncoras de carreira. *Gestão.Org - Revista Eletrônica de Gestão Organizacional*, [s. l.], v. 8, n. 2, 2010.

SILVA, D. J. C. da; RANCIARO NETO, A.; ANJOS, L. C. M. dos; MIRANDA, L. C. Redes sociais e o desempenho acadêmico: um estudo com alunos de contabilidade. In: ENCONTRO DA ASSOCIAÇÃO NACIONAL DOS PROGRAMAS DE PÓS-GRADUAÇÃO EM ADMINISTRAÇÃO, 36., 2012, Rio de Janeiro. **Anais...** Rio de Janeiro: ANPAD, 2012.

VEEN, Wim; VRAKING, Ben. **Homo Zappiens**: growing up in a digital age. London: Network Continuum Education, 2006.

VELOSO, Elza Fátima Rosa. É possível negar a existência da geração Y no Brasil? **Organizações & Sociedade**, [s. l.], v. 19, n. 63, p. 745-747, 2012.

VIEIRA, Yohana Pereira *et al.* Uso excessivo de redes sociais por estudantes de ensino médio do sul do Brasil. **Revista Paulista de Pediatria**, [s. l.], v. 40, e2020420, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1984-0462/2022/40/2020420IN>. Acesso em: 19 fev. 2025.

WANG, G. *et al.* Mitigate the effects of home confinement on children during the COVID-19 outbreak. **The Lancet**, [s. l.], v. 395, n. 10228, p. 945-947, 2020. DOI: 10.1016/S0140-6736(20)30547-X. Disponível em: [thelancet.com](https://www.thelancet.com). Acesso em: 20 abr. 2026.

WILKE, J. *et al.* Atividade física durante os confinamentos associados à pandemia de COVID-19: uma revisão sistemática e metanálise multinível de 173 estudos com 320.636 participantes. **Sports Medicine - Open**, [s. l.], v. 8, n. 1, p. 125, 2022.

WETHERELL, Charles; PLAKANS, Andrejs; WELLMAN, Barry. Redes sociais, parentesco e comunidade na Europa Oriental. **The Journal of Interdisciplinary History**, [S. l.], v. 24, n. 4, p. 639-663, 1994.

YANG, F. *et al.* Body Dissatisfaction and Disordered Eating Behaviors: The Mediation Role of Smartphone Addiction and Depression. **Nutrients**, [s. l.], v. 14, n. 6, e1281, mar. 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.3390/nu14061281>. Acesso em: 15 fev. 2025.

SOBRE OS AUTORES

Amanda Eduarda da Silva Naidoo Terroso

Atua como advogada e professora de Ensino Médio. Possui graduação em Direito, pela faculdade Educacional de Medianeira-UDC Medianeira (2017), possui Licenciatura plena em Filosofia-UNICRUZEIRO (2021), Pós-Graduação Latu-Sensu em Métodos e Técnicas de Ensino, pela UTFPR (2020), Mestre em Estudos Latino-Americanos-UNILA (2023). Tem experiência na área de direito, com ênfase em direito tributário, direitos humanos e área cível. Autora de livros, capítulos de livros e artigos sobre Direitos Humanos, Diversidade de Gênero e Educação.

William Arthur Philip Louis Naidoo Terroso de Mendonça Brandão

Professor Associado da Universidade Tecnológica Federal do Paraná- UTFPR. Possui Graduação em Engenharia Ambiental, Licenciatura em Ciências Biológicas, Licenciatura em Química, Curso Superior de Tecnologia em Alimentos. Possui especialização em Metodologia para o Ensino da Química-UTFPR, Mestrado em Ciências dos Alimentos-UFSC, e Doutor em Engenharia Agrícola-UNIOESTE. Autor de livros e capítulos de livros na área de Microbiologia, Ensino e Educação.

ÍNDICE REMISSIVO

A

adolescente 9, 10, 24, 26, 55, 62

adolescentes 8, 10, 12, 16, 19, 20, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 38, 40, 41, 42, 43, 44, 48, 49, 50, 53, 55, 57, 59, 61, 63, 64, 65, 69, 70

ambientes 8, 12, 14, 21, 33, 39, 52, 59

ambientes virtuais 8

antropologia 9

C

comunicação 9, 11, 13, 14, 15, 16, 17, 21, 22, 24, 26, 27, 28, 33, 40, 42, 45, 51, 55, 57, 67

comunidade 14, 25, 71

conectados 9, 10, 17, 25

construção 8, 10, 11, 22, 23, 27, 35, 36, 69

controle 9, 33, 42, 49

crescimento 12, 26, 28, 39

cunho social 14, 55

D

dependência 8, 10, 15, 19, 20, 42, 43, 45, 47, 48, 51, 53, 54, 65

desenvolvimento social 12

digitais 8, 11, 12, 22, 23, 25, 27, 28, 33, 36, 37, 38, 39, 40, 42, 43, 45, 48, 49, 50, 51, 52, 54, 58, 59, 66

E

entendimento 9, 50

experiências 8, 11, 21, 27, 30, 35, 37, 40, 51, 54

G

globalização 9

I

identidade 8, 10, 11, 22, 27, 35, 36, 41, 68, 69

infância 10, 20, 21, 38

intenção 6, 9, 11, 18, 20, 23, 40, 41

interação 8, 13, 14, 16, 17, 19, 29, 30, 42, 45, 53

interações 9, 11, 12, 29, 35, 36, 43, 55, 56

interações sociais 9, 11, 29

internet 8, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 19, 20, 22, 23, 24, 25, 26, 33, 35, 36, 38, 39, 41, 42, 45, 46, 47, 48, 49, 53, 54, 55, 57, 59, 60, 61, 63, 65, 67, 68, 70

isolamento social 11, 19, 32, 41

J

jovem 10, 12, 20, 25, 26, 38, 39, 42, 46, 55

jovens 8, 10, 11, 12, 16, 19, 20, 25, 26, 28, 29, 30, 35, 37, 39, 40, 41, 42, 43, 45, 47, 48, 50, 53, 54, 55, 58, 62, 65, 66, 67, 70

M

mídia 11, 13, 40, 42, 43, 44, 51, 62, 70

modalidade 11
mundo social 11
mundo virtual 13

P

pessoa 13, 17, 35, 36, 40, 41, 48, 54, 55, 57, 58
pessoas 9, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 22, 23, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 35, 36, 37, 39, 40, 42, 44, 48, 49, 50, 53, 55, 57, 58
práticas humanas 11
processamento 9
processo 9, 24, 35, 45, 51
processos 8, 9, 35
processos educativos 8
público 9, 10, 12, 19, 20, 26, 29, 39, 41, 55

R

rede 13, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 23, 24, 27, 29, 36, 37, 40, 41, 49, 52, 55, 57, 59, 61, 62, 66, 69
rede social 14, 15, 16, 17, 18, 24, 36, 37, 49, 55, 59, 62, 66, 69
redes sociais 8, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 18, 19, 20, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 35, 36, 37, 38, 40, 41, 42, 43, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 57, 58, 59, 60, 61, 62, 63, 65, 67, 69, 70, 71
relações sociais 8, 28, 35, 55

S

saúde mental 8, 10, 26, 28, 32, 42, 43, 45, 48, 49, 50, 54, 57, 61, 62, 63, 65, 69
sistemas 9, 13
sociais 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 18, 19, 20, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30,

31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 51,
52, 53, 54, 55, 57, 58, 59, 60, 61, 62, 63, 64, 65, 67, 68, 69, 70, 71
sociedade 8, 9, 10, 13, 20, 21, 23, 27, 29, 42, 52, 53, 61

T

tecnologia 8, 9, 10, 11, 13, 21, 23, 27, 31, 39, 44, 51, 59, 69
tecnologias 8, 9, 11, 12, 13, 14, 22, 24, 25, 39, 45, 46, 49, 50, 51, 52, 59,
61, 66, 67
tecnologias digitais 8, 11, 22, 25, 39, 45, 51, 52, 59
tecnológica 8, 11, 51, 52, 66
transformação 9, 39, 52

U

universos virtual 11

V

vida 8, 10, 13, 15, 16, 21, 22, 23, 25, 35, 37, 39, 42, 43, 45, 52, 53, 55, 57,
58, 63

