

UNIÃO DAS INSTITUIÇÕES DE SERVIÇOS, ENSINO E PESQUISA - UNISEPE
FACULDADE PERUÍBE - FPbe
CURSO ENFERMAGEM

INTERNET: O IMPACTO NA SAÚDE MENTAL DOS ADOLESCENTES

BRUNA CAROLINA NASCIMENTO DE LIMA
DÉBORA CRISTINA T. DE FREITAS

PERUÍBE - SP
2021

BRUNA CAROLINA NASCIMENTO DE LIMA
DÉBORA CRISTINA T. DE FREITAS

INTERNET: O IMPACTO NA SAÚDE MENTAL DOS ADOLESCENTES

Trabalho de Conclusão de Curso em formato de Artigo apresentada à Faculdade Peruíbe – FPbe como exigência parcial para a obtenção do título de Graduação no Curso de Bacharel em Enfermagem, sob a orientação da Professora Caroline Ribeiro Louro e Coordenação do Prof^o Andréia Salvador Baptista.

PERUÍBE- SP
2021

BRUNA CAROLINA NASCIMENTO DE LIMA
DÉBORA CRISTINA T. DE FREITAS

INTERNET: O IMPACTO NA SAÚDE MENTAL DOS ADOLESCENTES

Trabalho de conclusão de curso aprovado como requisito parcial para a obtenção do grau de Bacharel no curso de Enfermagem da Faculdade Peruíbe - FPbe, pela seguinte banca examinadora:

Coordenador do Curso de Enfermagem

Andréia Salvador Baptista

Banca Examinadora

Professora Orientadora: Caroline Ribeiro Louro

Professora Examinadora:

Professora Examinadora:

Peruíbe, 22 de Setembro de 2021.

L732i LIMA, Bruna Carolina Nascimento de
INTERNET: O Impacto Na Saúde Mental Dos Adolescentes /
Bruna Carolina Nascimento de Lima; Débora Cristina T. De Freitas
. - - Peruíbe: Faculdade Peruíbe, 2021.
30f.

Orientador: Caroline Ribeiro Louro
Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) – UNISEPE /
Faculdade Peruíbe / Bacharel em Enfermagem.

1. Adolescência. 2. Internet. 3. Saúde Mental. I. Lima, Bruna
Carolina Nascimento de. II. Freitas, Débora Cristina T. de. III. Louro,
Carolina Ribeiro do, orient. IV. Título.

CDD 004.069019

Catálogo na fonte

Bibliotecária responsável: Maraléia Menezes de Lima – CRB-8ª SP-007906/O

TERMO DE ISENÇÃO DE RESPONSABILIDADE

Declaro para todos os fins de direito, que assumo total responsabilidade pelo aporte ideológico e técnico conferido ao presente trabalho, isentando integralmente a União das Instituições de Serviços, Ensino e Pesquisa – UNISEPE, a Faculdade Peruíbe – FPbe, a Coordenação do Curso de Enfermagem, a Banca Examinadora e a Orientadora de toda e qualquer responsabilidade acerca do mesmo.

Peruíbe/SP, 22 de setembro de 2021.

BRUNA CAROLINA NASCIMENTO DE LIMA

DÉBORA CRISTINA T. DE FREITAS

Agradecimentos

Quero agradecer a Deus, pela minha vida, e por me permitir ultrapassar todos os obstáculos encontrados ao longo da realização deste trabalho.

Aos meus pais e filhos Maria Clara e Daniel aos meus irmãos que me incentivaram nos momentos difíceis e compreenderam a minha ausência enquanto eu me dedicava à realização deste trabalho.

E, principalmente a minha amiga Débora Freitas, que me abriu as portas de sua casa e seu coração e me incentivou me dando forças e juntas passamos muitas noites em claro para a conclusão desse trabalho que você realize todos seus sonhos e que tudo que desejar se realize obrigada por tudo!

Aos amigos, que sempre estiveram ao meu lado, pela amizade incondicional e pelo apoio demonstrado ao longo de todo o período de tempo em que me dediquei a este trabalho.

A professora Caroline Ribeiro por ter sido minha orientadora e ter desempenhado tal função com dedicação e amizade.

Bruna

RESUMO

A tecnologia faz parte da nossa vida e está cada vez mais presente no dia-a-dia da população. Para grande parte da sociedade estar conectado à internet é quase uma necessidade, a tecnologia pode ser capaz de quebrar barreiras físicas e ao mesmo tempo gerar isolamento social, o uso exagerado da internet todos os dias podem causar conflitos familiares, derivados da falta de diálogo, e também conduz a relações superficiais, dificuldade de aprendizagem, transtorno de ansiedade e déficit de atenção. O objetivo desse trabalho foi identificar através do questionário o nível de dependência e seu impacto na saúde mental dos adolescentes. O estudo constituiu em uma pesquisa de corte transversal desenvolvida com 50 adolescentes, residentes no município de Peruíbe/SP. A coleta de dados sobre o impacto da internet foi realizada através do questionário criado pelas autoras usando a plataforma *Google Forms* onde evidenciou o uso excessivo de maneira consciente pelos adolescentes, porém sem a intenção por parte dos mesmos de diminuir o uso ou o tempo gasto com a internet. Conclui-se que os adolescentes que compuseram a amostra da pesquisa, não demonstraram preocupação em relação ao nível de dependência, porém deixam claro a consciência de saberem as consequências geradas pelo o uso em questão.

Palavras-Chave: Adolescência; Internet; Saúde Mental; Tempo; Interação Social; Desenvolvimento Humano.

ABSTRACT

Technology is part of our lives and is increasingly present in the daily lives of the population. For a large part of society, being connected to the internet is almost a necessity, technology may be able to break physical barriers and at the same time generate social isolation, the excessive use of the internet every day can cause family conflicts, derived from the lack of dialogue, and it also leads to superficial relationships, learning difficulties, anxiety disorder and attention deficit. The objective of this work was to identify through the questionnaire the level of dependence and its impact on the mental health of adolescents. The study consisted of a cross-sectional research carried out with 50 adolescents living in the city of Peruíbe/SP. Data collection on the impact of the internet was carried out through a questionnaire created by the authors using the Google Forms platform, which consciously evidenced the excessive use by adolescents, but without the intention of them to reduce the use or the time spent with the Internet. It is concluded that the adolescents who made up the research sample did not show concern regarding the level of dependence, but make clear their awareness of knowing the consequences generated by the use in question.

Keywords: Adolescence; Internet; Mental health; Time; Social interaction; Human development.

Data de submissão:

Data de aprovação:

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	9
2 OBJETIVO.....	12
3 MÉTODO.....	13
3.1 INSTRUMENTO DE AVALIAÇÃO.....	14
4 DISCUSSÃO DOS RESULTADOS.....	22
5 CONCLUSÃO.....	23
REFERÊNCIAS.....	24
APÊNDICE.....	27
APÊNDICE A – TERMO DE COSENTIMENTO LIVRE ESCLARECIDO.....	27
APÊNDICE B – PERGUNTAS DO QUESTIONÁRIO.....	30

1 INTRODUÇÃO

A tecnologia faz parte da nossa vida e está cada vez mais presente no dia-a-dia da população. Para grande parte da sociedade estar conectado à internet é quase uma necessidade. A tecnologia pode influenciar os aspectos da vida cotidiana, podendo alterar até mesmo a forma como o ser humano se relaciona (SOUSA, 2017).

A Internet nasceu de um projeto de pesquisa militar (ARPA: Advanced Agência de Projetos de Pesquisa), durante a Guerra Fria, no final dos anos cinquenta como resposta do governo dos Estados Unidos da América (EUA) ao lançamento de satélites artificiais, pela antiga União Soviética (LIMA, 2000).

A ideia original era conectar os centros acadêmicos americanos mais importantes ao pentágono para permitir a troca de informações rápidas e protegidas, mas também instrumentalizar o país possibilitando acesso a canais de informações em caso de ocorrer uma guerra nuclear. A tecnologia inicialmente era utilizada para transmissão de dados e recebeu o nome de WAN- *Wide Area Networks*. (MERKLE e RICHARDSON, 2000).

No Brasil, o primeiro contato com a internet ocorreu em 1988, quando a Fundação de amparo à pesquisa do estado de São Paulo (FAPESP), fez a primeira conexão na rede por meio de uma parceria com a Fermilab, que é um dos centros de pesquisa mais importantes dos Estados Unidos (VIEIRA, 2003).

No mundo de hoje é impossível viver sem internet. Ela permite que as pessoas se conectem não importando onde estejam. A mídia social surgiu como ferramenta de comunicação na internet, tornando possível a rápida interação (SILVA, TAYSE. *et al.* 2017).

Segundo Lucília Maria Abrahão de Sousa, da Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras de Ribeirão Preto (FFCLRP), a tecnologia pode ser capaz de quebrar barreiras físicas e ao mesmo tempo gerar isolamento social (SOUSA, 2017).

Hanaver, (2005) afirma que as pessoas estão ficando cada vez mais em casa no computador ou celular, comunicando-se virtualmente com outras pessoas, do que saindo, para viver e se divertir com seus amigos, para ficar no computador digitando com outras pessoas. Hoje a tecnologia está mais uma vez mudando a vida familiar e social, ela está sendo incluída como fator necessário, em qualquer contexto e situação em que as pessoas se encontrem. O mundo virtual está se desenvolvendo e

confundindo suas limitações com o mundo real. A tecnologia está mudando hábitos e comportamentos sociais nos seus usuários, especialmente os adolescentes (SILVA, 2016).

A Organização Mundial da Saúde (OMS) define a adolescência como a fase da vida que corresponde dos 10 aos 19 anos, com pré-adolescência de 10 a 14 anos e adolescência propriamente dito, dos 15 aos 19 anos, critério também adotado pelo Ministério da Saúde no Brasil. Já o Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA), instituído pela Lei nº 8.069 / 1990, art. 2º, considera que a adolescência varia de 12 a 18 anos (BRASIL, 1990).

A maioria dos estudiosos de adolescentes dizem que podemos identificar a adolescência por diferentes períodos: inicial (10 a 13 anos) - marcado por crescimento e puberdade; período médio (entre 14 e 16 anos) - marcado por desenvolvimento do intelecto e identificação com grupos; período final (17 a 20 anos) - marcado pela consolidação de ideias e identidade e pela proximidade e entrada no mundo adulto, “precisando de apoios para fortalecer a sua construção de cidadania e se formar sendo capaz de interagir e intervir no seu contexto social de forma crítica e criativa” (Paraná, 2010, p.43).

CONTI & JARDIM et. al. (2011, p.11), descreveu os estudos da psicóloga americana Kimberly Young, apresentado na conferência anual da Associação *American Psychological Society* em Toronto, um dos primeiros estudos de pesquisa sobre abuso de internet intitulado "Vício em internet: a emergência de um transtorno". Esta pesquisa foi o ponto de partida para outros estudiosos interessados no tema.

A internet além de ser um meio de comunicação também é utilizada como ferramenta essencial de trabalho. Desta forma, é de total relevância alertar a sociedade que o uso em excesso pode causar doenças. (Conti & Jardim et. al., 2011).

Percebe-se que tanto jovens quanto crianças ficam a maior parte do tempo conectado, deixando de estabelecer uma comunicação saudável no meio onde está inserido e, conseqüentemente, dificultando o convívio com relacionamentos que os rodeiam (Conti & Jardim et. al., 2011)

Uma pesquisa realizada em 2017 com 481 adolescentes no Rio de Janeiro mostrou que em média esse grupo passava cerca de nove horas por dia conectados à internet, distribuídos entre redes sociais, jogos e aplicativos, como por exemplo o YouTube. Uma maioria significativa (cerca de 65%) concordou com as afirmações de que “a internet me afasta do mundo real”; “as pessoas deixam de dialogar com outras

pessoas”; “a internet ocupa meu tempo”; “a internet pode se tornar um vício para quem não sabe usá-las”; dentre outras. A afirmativa de que a internet ocupava muito o tempo recebeu 67,56% de afirmações (OLIVEIRA, 2017, p.12).

Silva e Silva (2017) afirmaram que o uso exagerado da internet todos os dias podem causar conflitos familiares, derivados da falta de diálogo, e também conduz a relações superficiais, dificuldade de aprendizagem, transtorno de ansiedade e déficit de atenção.

Partindo desta explanação, este trabalho levanta o seguinte questionamento: até que ponto o uso da internet e redes sociais é saudável e quando o excesso começa a causar danos à saúde dos adolescentes?

Com base neste questionamento, este trabalho busca subsídios dentro da saúde mental, saúde do adolescente, educação em saúde, entre outros, observar, por meio de revisão de caráter bibliográfico e pesquisa de campo quanto tempo os adolescentes utilizam a internet diariamente e quais os possíveis efeitos na saúde mental dos mesmos.

2 OBJETIVO

Identificar quanto tempo os adolescentes permanecem conectados diariamente e quais os possíveis efeitos, causados pelo uso da internet, na saúde mental desses adolescentes.

3 MATERIAL E MÉTODO

Este estudo consiste em uma pesquisa de corte transversal que buscou identificar, através questionário online, quanto tempo os adolescentes permanecem conectados diariamente e quais os possíveis efeitos, causados pelo uso da internet, na saúde mental desses adolescentes.

A amostra da pesquisa foi composta de 50 participantes, entre 12 a 17 anos, de ambos os sexos (masculino e feminino).

Os dados foram coletados no mês de agosto de 2021 e obtidos a partir do preenchimento do questionário pelos adolescentes, contendo dados pessoais do entrevistado e seu responsável e perguntas sobre o uso da internet. Todos responsáveis pelos participantes da pesquisa assinaram termo de consentimento livre e esclarecido (Apêndice A) como critério de inclusão, além de preencherem os critérios acima citados.

O estudo também contou com revisão bibliográfica nas bases de dados Lilacs, Scielo, Bvsalud, revistas online de diversas faculdades do território brasileiro e sites governamentais, considerando o período dos últimos dez anos. Foram utilizados os descritores: Adolescência. Internet. Saúde mental. Desenvolvimento humano.

Os resultados foram analisados através das respostas dos questionários em forma de gráficos gerados pelo *Google Forms*.

3.1 INSTRUMENTO DE AVALIAÇÃO

O instrumento utilizado foi um questionário criado, de forma online usando a plataforma do *Google Forms*, adaptado pelas autoras do artigo, para o público de 12 a 17 anos, baseado em dois questionários encontrados em literatura, tais como: “Pesquisa sobre o uso das tecnologias de informação e comunicação por crianças e adolescentes no Brasil” (Centro regional de estudos para o desenvolvimento da sociedade, da informação, sob os auspícios da UNESCO, 2018) e “Adolescência, internet e tempo: desafios para a educação” (OLIVEIRA, 2017).

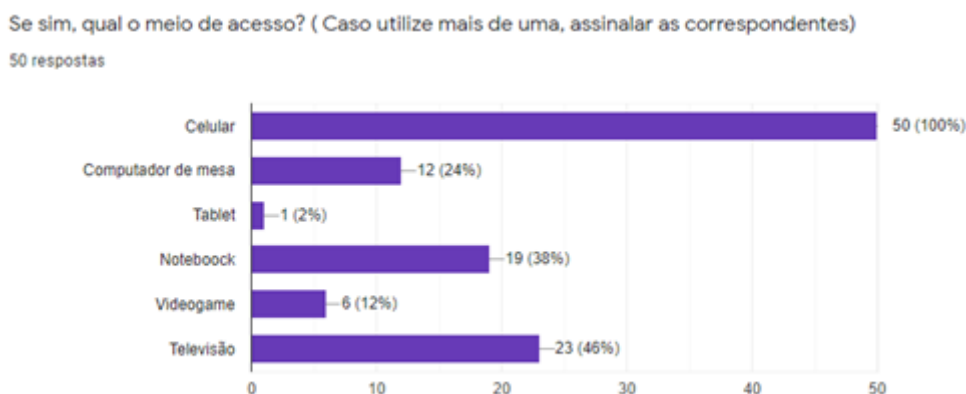
O instrumento utilizado foi composto por 24 questões (Apêndice B), sendo as quatro primeiras buscando amostras descritivas como, nome do responsável, nome do adolescente, idade e escolaridade e as outras contendo perguntas direcionadas ao uso da internet e seus impactos.

4 RESULTADOS

Participaram da pesquisa 50 adolescentes com variação de idades entre 12 a 17 anos, sendo 32 do sexo feminino e 18 do sexo masculino.

Entre a população pesquisada, foram identificados que o meio mais comum para acesso à internet é o celular e o menos comum o tablet (gráfico 1).

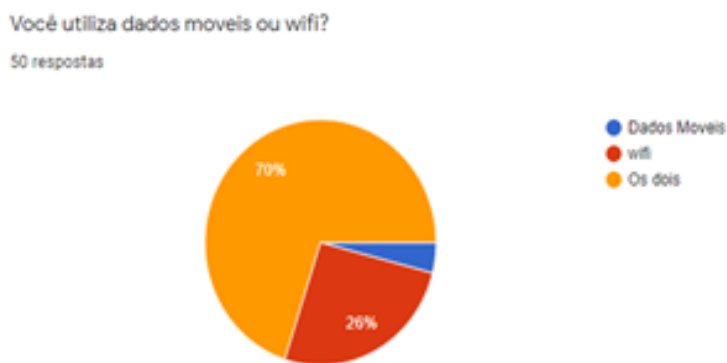
Gráfico 1 – Meio utilizado para acesso à internet



Fonte: dados da própria pesquisa.

Em relação à utilização de dados para acesso à internet, a maioria dos entrevistados utilizam dados misto (*wifi* e dados móveis), conforme gráfico 2.

Gráfico 2 – Utilização de dados para acesso à internet



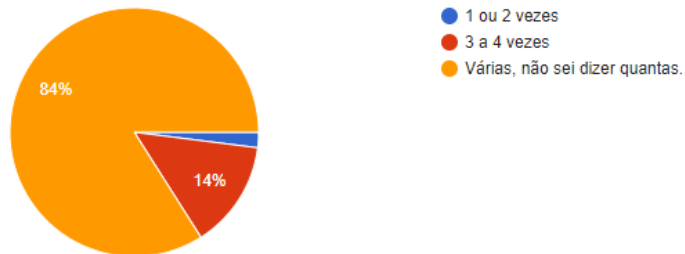
Fonte: dados da própria pesquisa.

Quanto ao local de acesso à internet, todos os participantes da pesquisa responderam que é no próprio domicílio e 84% destes adolescentes acessam a internet mais de quatro vezes ao dia, não sabendo mensurar a quantidade exata desses acessos (gráfico 3).

Gráfico 3 – Quantidade de acessos à internet

Em média quantas vezes você acessa a internet ao longo do dia?

50 respostas



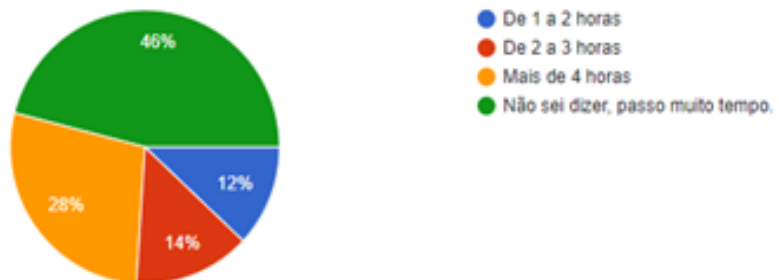
Fonte: dados da própria pesquisa.

Quando foram questionados em relação ao tempo gasto na internet, mais da metade dos participantes ficavam mais do que quatro horas conectados e 46% deles passavam tempo superior há quatro horas online (gráfico 4).

Gráfico 4 – Horas diárias na internet

Em média quanto tempo você passa diariamente na internet?

50 respostas



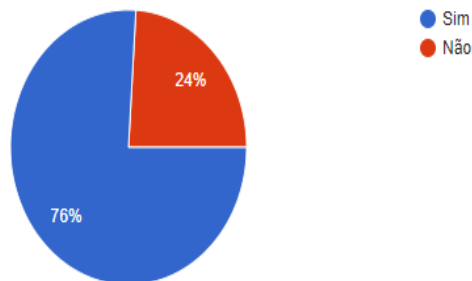
Fonte: dados da própria pesquisa.

Em relação a qualidade do tempo gasto na internet, 76% dos adolescentes acham que poderiam utilizar melhor esse tempo com outras atividades fora do ambiente online (gráfico 5).

Gráfico 5 – Qualidade do tempo na internet

Você acha que seu tempo poderia ser melhor gasto se não estivesse na internet?

50 respostas



Fonte: dados da própria pesquisa.

Quanto ao conteúdo acessado nas redes, grande parte dos participantes passam essas horas nas redes sociais (gráfico 6).

Gráfico 6 – Conteúdo acessado na internet

Quais atividades na internet consomem mais o seu tempo? (Pode assinalar mais de uma alternativa)

50 respostas



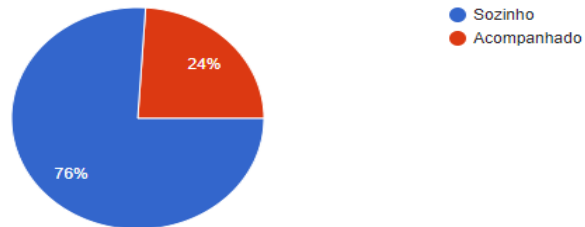
Fonte: dados da própria pesquisa.

Quando questionados se eram supervisionados, ou tinham o acompanhamento de algum adulto durante o acesso à internet, 76% dos adolescentes referiram estar desacompanhado durante seu tempo na rede (gráfico 7).

Gráfico 7 - Supervisão durante o uso da internet.

Em seu tempo na internet, você geralmente está sozinho ou acompanhado, pelo pai, mãe ou adulto?

50 respostas



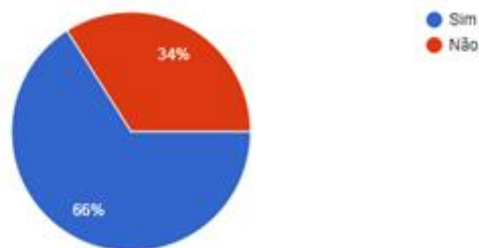
Fonte: dados da própria pesquisa.

Foram identificados que a maior parte dos participantes sentiam algum tipo de dor depois de muitas horas conectados (gráfico 8).

Gráfico 8 – Dor após muito tempo conectado

Você já sentiu alguma dor depois de ficar muito tempo usando a internet? exemplos, dor de cabeça, dor nas costas, cansaço nos olhos.

50 respostas



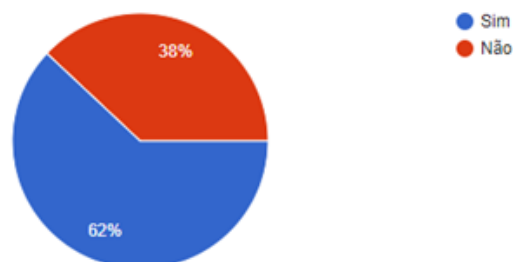
Fonte: dados da própria pesquisa.

Quanto aos sintomas emocionais, 62% dos adolescentes relataram tristeza ou chateação por não conseguirem acessar a internet (gráfico 9).

Gráfico 9 – Aspecto emocional do uso da internet

Já ficou chateado ou triste por não poder acessar a internet?

50 respostas



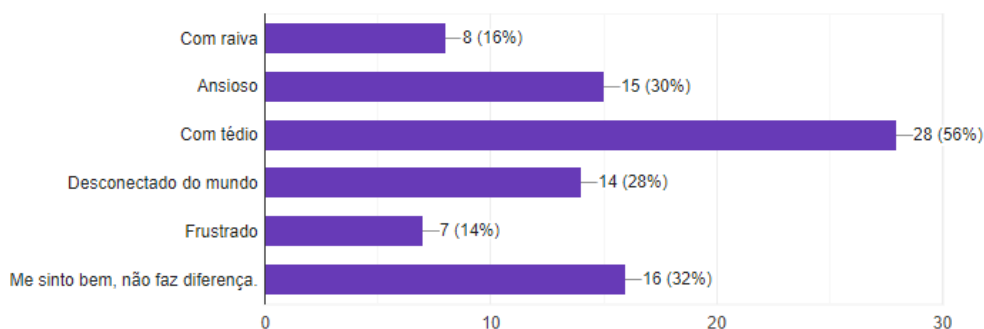
Fonte: dados da própria pesquisa.

Ao serem questionados qual seria o sentimento por não conseguir acessar a internet, 56% disseram sentir tédio (gráfico 10).

Gráfico 10 – Sentimento quando não consegue acesso à rede

Quando você não consegue acessar a internet como você se sente? (Pode marcar mais de uma alternativa)

50 respostas



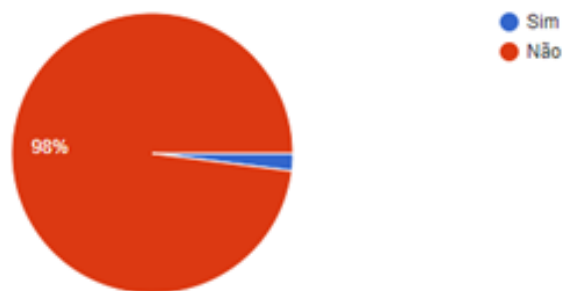
Fonte: dados da própria pesquisa.

Em relação à percepção do tempo utilizado na internet, a grande maioria dos participantes relatam não ser saudável passar muito tempo na internet.

Gráfico 11 – Percepção do tempo prolongado na internet

Você acha que é saudável passar muito tempo na internet?

50 respostas



Fonte: dados da própria pesquisa.

A pesquisa também contou com uma pergunta aberta, de caráter qualitativo, que indagava o motivo dos adolescentes não conseguirem passar menos tempo utilizando a internet. Alguns achados dessa pergunta foram:

“Sinto uma espécie de abstinência”;

“É o que me anima, então não consigo”;

“Por eu estar sempre usando a internet, quando tento deixar de lado, eu sinto muita falta, porque é como se fosse uma droga, quanto mais eu uso, mais quero usar”;

“Parece algo automático, você acorda, pega o celular para ver se tem mensagens e acaba vendo outras redes sociais, permanecendo mais tempo conectado.”.

5 DISCUSSÃO

A literatura aponta para o uso excessivo e os danos causados pelo consumo exacerbado da internet, indo desde problemas posturais à conflitos familiares, gerados pela falta de diálogo e que podem levar a relacionamentos superficiais, dificuldade de aprendizagem e transtornos de ansiedade. (SOUZA, *et al.* 2019).

Notou-se que a internet está presente diariamente na vida e rotina dos adolescentes, muitas vezes de maneira descontrolada e não supervisionada, fazendo com que fiquem mais tempo na frente das telas do que em meio familiar.

Este resultado corrobora com a pesquisa de Silva, Thaise et al., 2017, que também aponta a preocupação de que os adolescentes passem mais tempo em uso das redes sociais, deixando em segundo plano a comunicação com os familiares.

Quanto menor a proximidade e convívio com os familiares, maior poderão ser os conflitos. Isso é baseado no tempo em que pais e filhos ficam juntos, quanto maior o tempo na internet, maior é o distanciamento familiar alterando a forma de convívio da família. (Silva, Thaise et al. 2017)

Outro achado dessa pesquisa foi o quanto a internet está presente na vida dos adolescentes e como ela pode influenciar de forma não benéfica a saúde desses indivíduos.

Hoje as redes sociais são como um novo meio de comunicação e elas são de forma instantânea, nos últimos anos o número de usuários aumentou e continua em crescimento, fazendo com que uma dependência da mesma seja gerada principalmente em adolescentes e adultos jovens (MOROMIZATO, *et al.* 2017).

Outra pesquisa ressalta a dependência da internet, usada por inúmeras horas e como pode ser grande o impacto disso na saúde mental. Ainda aponta sobre o uso excessivo da internet ser considerado uma epidemia do século 21 gerando muita preocupação a níveis mundiais. (MOROMIZATO, *et al.* 2017).

No que se refere ao impacto do uso da internet em adolescentes a maioria dos participantes, afirmam que o uso da internet é algo necessário e que não conseguem ficar sem. Um estudo também evidenciou que pelos dados do comitê gestor da internet no Brasil, a frequência do uso da internet feita por adolescentes para trocar mensagens é bem maior do que o uso para pesquisas escolares e que o seu uso é diário e em sua maioria o tempo gasto é para interação em redes sociais. (SILVA, *et al.* 2017).

Os dados analisados nessa pesquisa demonstram que a maior dificuldade é em relação ao tempo, ao que é acessado na internet e a falta de supervisão e controle por parte dos responsáveis, visto que muitos adolescentes alegaram o uso sem nenhuma fiscalização.

Este achado concorda com a literatura onde se destaca que o termo de “Dependência da internet” segundo alguns estudiosos é feito para indicar a falta ou a dificuldade das pessoas em geral, em controlar o uso da internet. (BULCÃO TERROSO, LAUREN *et al.* 2016)

5 CONCLUSÃO.

A análise dos itens que compõem o questionário permitiu verificar o impacto da internet causado nos adolescentes, que mesmo sabendo dos riscos relacionados ao uso excessivo, continuam consumindo-a por horas.

Ainda sobre a análise do questionário ficou evidente que após longas horas conectados, os adolescentes relataram sentir dores, como dor de cabeça e postural e também impactos emocionais, como tendência ao vício à internet.

Faz-se necessário, portanto, novas estratégias e orientações alertando sobre os danos que podem ser causados através do uso excessivo da internet aos adolescentes, contribuindo para conscientização e maior qualidade de vida deste público, ajudando na prevenção de patologias físicas e mentais.

REFERÊNCIAS

ABREU, Thales Oliveira; SOUZA, Marjane Bernardy. A INFLUÊNCIA DA INTERNET NOS ADOLESCENTES COM AÇÕES SUICIDAS. *Revista Sociais e Humanas*, [S.L.], v. 30, n. 1, p. 158-173, 27 jun. 2017. Universidad Federal de Santa Maria. <http://dx.doi.org/10.5902/2317175825868>. Disponível em: <https://periodicos.ufsm.br/sociaisehumanas/article/view/25868/pdf>. Acesso em: 05 out. 2021.

ABREU, Cristiano Nabuco de; KARAM, Rafael Gomes; GÓES, Dora Sampaio; SPRITZER, Daniel Tornaim. Dependência de Internet e de jogos eletrônicos: uma revisão. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, [S.L.], v. 30, n. 2, p. 156-167, jun. 2008. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s1516-44462008000200014>

DELLA MÉA, C. P.; BIFFE, E. M.; THOMÉ FERREIRA, V. R. Padrão de uso de internet por adolescentes e sua relação com sintomas depressivos e de ansiedade. *Psicologia Revista*, [S. l.], v. 25, n. 2, p. 243–264, 2016. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/psicorevista/article/view/28988>. Acesso em: 5 out. 2021.

Deslandes, Suely Ferreira e Coutinho, Tiago O uso intensivo da internet por crianças e adolescentes no contexto da COVID-19 e os riscos para violências autoinflingidas. *Ciência & Saúde Coletiva* [online]. 2020, v. 25, suppl 1 [Acessado 5 Outubro 2021] , pp. 2479-2486. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1413-81232020256.1.11472020>>. Epub 05 Jun 2020. ISSN 1678-4561. <https://doi.org/10.1590/1413-81232020256.1.11472020>.

DOS SANTOS, Catielle. COVID-19 E SAÚDE MENTAL DOS ADOLESCENTES: VULNERABILIDADES ASSOCIADAS AO USO DE INTERNET E MÍDIAS SOCIAIS. *HOLOS*, [S.l.], v. 3, p. 1-14, ago. 2021. ISSN 1807-1600. Disponível em: <<https://www2.ifrn.edu.br/ojs/index.php/HOLOS/article/view/11651>>. Acesso em: 05 out. 2021. doi:<https://doi.org/10.15628/holos.2021.11651>.

ECA – Estatuto da Criança e do Adolescente <https://presrepublica.jusbrasil.com.br/legislacao/91764/estatuto-da-crianca-e-do-adolescente-lei-8069-90>

Karwoski, Acir Mario A geração superficial: o que a internet está fazendo com os nossos cérebros. *DELTA: Documentação de Estudos em Linguística Teórica e Aplicada* [online]. 2012, v. 28, n. 1 [Acessado 5 Outubro 2021] , pp. 177-179. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0102-44502012000100010>>. Epub 07 Nov 2012. ISSN 1678-460X. <https://doi.org/10.1590/S0102-44502012000100010>.

LIMA, Nádía Laguárdia de et al . As redes sociais virtuais e a dinâmica da internet. Gerais, Rev. Interinst. Psicol., Juiz de fora , v. 9, n. 1, p. 90-109, jun. 2016 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-82202016000100008&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 05 out. 2021.

LIMA, Nádía Laguárdia de et al . Os adolescentes na rede: uma reflexão sobre as comunidades virtuais. Arq. bras. psicol., Rio de Janeiro , v. 64, n. 3, p. 2-18, dez. 2012 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-52672012000300002&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 05 out. 2021.

LINS, Bernardo Felipe Estellita. A Evolução da Internet: Uma Perspectiva Histórica.. 2013.

Oliveira, Eloiza Silva Gomes Adolescência, internet e tempo: desafios para a Educação. Educar em Revista [online]. 2017, v. 00, n. 64 [Acessado 5 Outubro 2021] , pp. 283-298. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/0104-4060.47048>>. ISSN 0104-4060. <https://doi.org/10.1590/0104-4060.47048>.

ROSA, Priscilla Maria Faraco; SOUZA, Carlos Henrique Medeiros de. CIBERDEPENDÊNCIA E INFÂNCIA: as influências das tecnologias digitais no desenvolvimento da criança / cyberdependence and childhood. **Brazilian Journal Of Development**, [S.L.], v. 7, n. 3, p. 23311-23321, 2021. Brazilian Journal of Development. <http://dx.doi.org/10.34117/bjdv7n3-172>.

Salles, Leila Maria Ferreira Infância e adolescência na sociedade contemporânea: alguns apontamentos. Estudos de Psicologia (Campinas) [online]. 2005, v. 22, n. 1 [Acessado 5 Outubro 2021] , pp. 33-41. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0103-166X2005000100005>>. Epub 07 Nov 2007. ISSN 1982-0275. <https://doi.org/10.1590/S0103-166X2005000100005>..

SILVA, Thayse de Oliveira; SILVA, Leblam Tamar Gomes. Os impactos sociais, cognitivos e afetivos sobre a geração de adolescentes conectados às tecnologias digitais. Rev. psicopedag., São Paulo , v. 34, n. 103, p. 87-97, 2017 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-84862017000100009&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 05 out. 2021.

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. 204-2017, 26 dez. 2019. Revista Educacao, Psicologia e Interfaces. <http://dx.doi.org/10.37444/issn-2594-5343.v3i3.156>.

TERROSO, Lauren Bulcão; ARGIMON, Irani Iracema de Lima. Dependência de internet e habilidades sociais em adolescentes. *Estud. pesqui. psicol.*, Rio de Janeiro, v. 16, n. 1, p. 200-219, jul. 2016. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-42812016000100012&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 05 out. 2021.

TIC KIDS ONLINE Brasil .Centro Regional de Estudos para Desenvolvimento da Sociedade da Informação sob os Cuidados da UNESCO, 2018.

APÊNDICES

APÊNDICE A - Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

UNISEPE - UNIÃO DAS INSTITUIÇÕES DE SERVIÇOS, ENSINO E PESQUISA LTDA – FACULDADE DE PERUÍBE

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Você está sendo convidado (a) a participar, como voluntário (a), desta pesquisa. Caso concorde em participar, favor assinar ao final do documento. Sua participação não é obrigatória e, a qualquer momento, poderá desistir e retirar seu consentimento.

Sua recusa não trará nenhum prejuízo à sua relação com o pesquisador (a) ou com a instituição. Você receberá uma cópia deste termo onde consta o telefone e endereço do pesquisador (a) principal, podendo tirar dúvidas do projeto e de sua participação.

NOME DA PESQUISA: Internet – Impacto na saúde mental dos adolescentes.

PESQUISADORAS RESPONSÁVEIS: Bruna Carolina Nascimento de Lima e Débora Cristina Trindade de Freitas.

ENDEREÇO: Rua Santa Lucia Filipine nº372, jardim Caraguava, Peruibe/SP / Rua 59 travessa 5 nº210, jardim Caraguava, Peruíbe/SP.

TELEFONE: (013) 997827997 - (013) 996662929

PESQUISADORES PARTICIPANTES: Caroline Ribeiro Louro.

OBJETIVO: Identificar quanto tempo os adolescentes permanecem conectados diariamente e quais os possíveis efeitos, causados pelo uso da internet, na saúde mental desses adolescentes.

PROCEDIMENTOS DO ESTUDO: Sua forma de participação no estudo consiste em responder um breve questionário. Não será cobrado nada e não haverá gastos na sua participação nesta pesquisa.

RISCOS E DESCONFORTOS: Em relação aos riscos de sua participação nessa pesquisa, não existem na literatura efeitos indesejáveis em relação à participação de questionários, entretanto, alguns participantes podem se sentir desconfortável ao emitir sua opinião durante as perguntas.

Você também pode recusar a responder quaisquer questões que façam você se sentir desconfortável.

Se você tiver preocupações depois de responder ao questionário, você é encorajado a contatar o responsável pelo estudo. Além disso, somente os pesquisadores terão acesso a informações e dados pessoais.

Para minimizar o risco de exposição e garantir seu anonimato, os pesquisadores comprometem-se a não utilizar seu nome ou qualquer outro dado que possa identifica-

lo em qualquer fase da pesquisa. Não existem outros riscos relacionados à sua participação no projeto.

BENEFÍCIOS: Não há benefícios diretos para você caso você complete os procedimentos desta pesquisa. Pacientes, estudantes e profissionais futuros poderão ter benefícios com o que for aprendido nesse estudo.

CUSTO/REEMBOLSO PARA O PARTICIPANTE: Não haverá nenhum gasto com sua participação. Você também não receberá nenhum pagamento com a sua participação.

CONFIDENCIALIDADE DA PESQUISA: A equipe do estudo terá acesso a seus dados, no entanto, seu anonimato é garantido e possível publicação científica, resultantes deste estudo, não o (a) identificarão, em nenhuma circunstância, como participante. Os dados obtidos serão tratados sob estritas condições de confidencialidade.

Os seus dados também poderão ser compartilhados com os seguintes grupos/pessoas associadas a este estudo de pesquisa ou envolvidos na revisão de pesquisas: outros funcionários da equipe de pesquisa dos Pesquisador Responsável, o Comitê de Ética em Pesquisa e o Departamento Jurídico; e também os representantes do governo ou agências federais, quando exigido por lei. Caso surjam novas informações que possam ser importantes à sua decisão de continuar na pesquisa, você ou seu representante legal serão informados assim que os dados estejam disponíveis.

Assinatura do(a) responsável

RG:

CPF:

Assinatura da Pesquisadora Responsável

RG:

CPF:

Assinatura da Pesquisadora Responsável

RG:

CPF:

Testemunha 1.

RG:

CPF:

Testemunha 2.

RG:

CPF:

APÊNDICE B – QUESTÕES DO FOMULÁRIO (GOOGLE FORMS)

Internet- O impacto na saúde mental dos adolescentes.

Esta é uma pesquisa para levantamento de dados para compor um trabalho científico de alunas dos cursos de enfermagem e fisioterapia sob orientação da Profa^o Caroline Ribeiro, da faculdade de Peruíbe (FPbe).

O trabalho visa medir o impacto causado pelo uso excessivo da internet na saúde mental de adolescentes.

Ao fim do trabalho, dados e respostas não serão divulgados.

Como se trata de um estudo que envolve menores de idade, solicitamos que um pai/mãe ou responsável autorize e preencha com o numero de um documento, podendo ser o RG ou CPF.

*Sua forma de participação no estudo consiste em responder um breve questionário, não será cobrado nada e não haverá gastos em sua participação da pesquisa.

*A equipe do estudo terá acesso a seus dados, no entanto, seu anonimato é garantido. É possível uma publicação científica porém os resultantes desse estudo não serão identificados, em nenhuma circunstância como participante. Os dados coletados serão tratados sob estritas condições de confidencialidade.

*Obrigatório

Eu autorizo meu filho (a) a participar dessa pesquisa através das respostas a esse questionário e o uso das mesmas coletadas para fins da conclusão do trabalho, sem a divulgação de dados pessoais. (Por favor preencher com o nome do responsável completo e número do documento) *

1- Autorização dos Pais/ responsável

2- Nome Completo do adolescente

3- Idade

4- Escolaridade

Ensino fundamental incompleto

Ensino fundamental completo

Ensino médio incompleto

Ensino médio completo

5- Você tem acesso a internet?

Sim

Não

6- Se sim, qual o meio de acesso? (Caso utilize mais de uma, assinalar as correspondentes)

Celular

Computador de mesa

Tablet
Noteboock
Videogame
Televisão

7- Você sabe utilizar o computador, tablet, celular etc?

Sim
Não

8- Você utiliza dados moveis ou wifi?

Dados Moveis
wifi
Os dois

9- Em qual lugar você acessa mais a internet?

Casa
Escola
Trabalho

10-Em média quantas vezes você acessa a internet ao longo do dia?

1 ou 2 vezes
3 a 4 vezes
Várias, não sei dizer quantas.

11-Em média quanto tempo você passa diariamente na internet?

De 1 a 2 horas
De 2 a 3 horas
Mais de 4 horas
Não sei dizer, passo muito tempo.

12-Quais atividades na internet consomem mais o seu tempo? (Pode assinalar mais de uma alternativa)

Jogos online
Pesquisas e trabalhos escolares
Pesquisas por curiosidades
Assistir filmes, séries e vídeos.
Ouvir música
Uso de redes sociais (Facebook, Tiktok, whatsapp, entre outros)

13-Em seu tempo na internet, você geralmente está sozinho ou acompanhado, pelo pai, mãe ou adulto?

Sozinho
Acompanhado

14-Você prefere brincar ao ar livre com os amigos ou passar mais tempo na internet?

Com os amigos ao ar livre

Na internet

15-Você acha que passa muito tempo na internet?

Sim

Não

16-Você acha que seu tempo poderia ser melhor gasto se não estivesse na internet?

Sim

Não

17-Você já sentiu alguma dor depois de ficar muito tempo usando a internet? exemplos, dor de cabeça, dor nas costas, cansaço nos olhos.

Sim

Não

18-Você já deixou de comer para estar na internet?

Sim

Não

19-Já ficou chateado ou triste por não poder acessar a internet?

Sim

Não

20-Quando você não consegue acessar a internet como você se sente? (Pode marcar mais de uma alternativa)

Com raiva

Ansioso

Com tédio

Desconectado do mundo

Frustrado

Me sinto bem, não faz diferença.

21-Já deixou de passar tempo com sua família para poder estar conectado na internet?

Sim

Não

22-Você acha que é saudável passar muito tempo na internet?

Sim

Não

23-Você já tentou passar menos tempo na internet e não conseguiu?

Sim

Não

24-Se respondeu sim na pergunta anterior, porque você acha que não conseguiu?