

INTERFERÊNCIA DAS REDES SOCIAIS NA COMUNICAÇÃO DOS JOVENS

Autores

Pedro Henrique Jordão da Silva Vargas¹

Ana Carolina Satim Rodrigues²

Euridice da Conceição Tobias³

Resumo

O presente artigo relata como as Redes Sociais interferem na comunicação dos jovens. O objetivo do estudo foi analisar diferentes artigos por meio de uma revisão sistemática usando como bases de dados o Google Acadêmico e SciElo-Brasil. Também foram utilizados livros de autores que debateram sobre como as redes sociais, subjetivamente alteram comportamentos humanos, principalmente na fase da juventude. Os resultados encontrados demonstram uma relação entre o uso excessivo das redes sociais e algumas das comorbidades que têm acometido esse grupo.

Palavras-Chave: Redes sociais. Impactos. Comunicação. Jovens.

INTERFERENCE OF SOCIAL NETWORKS IN YOUNG PEOPLE'S COMMUNICATION

Abstract

The present article reports how Social Networks interfere with the communication of young people. The objective of the study was to analyze different articles through a systematic review using databases such as Google Scholar and SciElo-Brazil. Books by authors who debated how social networks subjectively alter human behavior, especially during youth, were also used. The results found demonstrate a relationship between excessive use of social networks and some of the comorbidities that have affected this group.

Keywords: Social networks. Impacts. Communication. Youth.

¹ Graduando em Tecnologia em Análise e Desenvolvimento de Sistemas pela Faculdade de Tecnologia do Estado de São Paulo – FATEC. E-mail: pedro.vargas@fatec.sp.gov.br

² Mestranda no Programa de Mestrado Profissional em Design, Tecnologia e Inovação pelo Centro Universitário Teresa D'Ávila – UNIFATEA e docente na Faculdade de Tecnologia do Estado de São Paulo – FATEC. E-mail: ana.rodrigues41@fatec.sp.gov.br

³ Doutoranda em Psicologia Educacional pelo Centro Universitário FIEO – UNIFIEO e docente na Faculdade de Tecnologia do Estado de São Paulo – FATEC. E-mail: euridice.tobias01@fatec.sp.gov.br

INTRODUÇÃO

A comunicação é algo intrínseco a uma sociedade e é a base de toda e qualquer relação que existe entre as pessoas. Sua influência molda a maneira de pensar e agir de cada um. Tão grande é a importância da comunicação que, ao ocorrerem mudanças na mesma, as bases de uma sociedade podem ser alteradas.

Nessa perspectiva, pode-se observar que nos últimos anos, mais especificamente na última década, as redes sociais passaram a ser um meio de comunicação que obteve muita relevância. Por si só, os meios não são apenas canais de informação, segundo Carr (2011), os meios fornecem o material para o pensamento, mas também moldam o processo do pensamento. Assim, as redes sociais, como nenhum outro meio, trouxeram uma diferença nessa maneira de absorver informações e de comunicar-se.

Segundo Marques et al (2021), as redes sociais são indispensáveis atualmente, já que a maioria das pessoas tentam se manter em contato, buscar conhecimento ou fazer amigos usando esse meio. Assim, reconhece-se que as redes sociais possuem benefícios na conexão de pessoas e na possibilidade de acesso ao conhecimento, porém é importante analisar também seus malefícios, principalmente nos indivíduos mais jovens.

O Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), no ano de 2022, realizou uma pesquisa na qual constatou que 160,4 milhões de pessoas tinham aparelho de telefone para uso pessoal, dos quais 86,5% da população estavam com a idade de 10 anos ou mais. Esses dados são ainda mais alarmantes ao correlacionar essa pesquisa com outra, da *Comscore*. Foi elaborado um estudo (também em 2022) que teve como resultado a constatação que o Brasil é o terceiro país que mais consome redes sociais em todo mundo (cerca de 46 horas de conexão por usuário no mês que houve mais pico, dezembro).

Frente a esse cenário, percebe-se que as gerações atuais estão imersas na era digital, e são expostas de maneira precoce ao conteúdo disponível na Internet, podendo causar lacunas na construção social desses, visto que é na infância, o momento no qual se inicia o desenvolvimento da identidade do indivíduo. Contudo, é na fase da adolescência em que há o processo de amadurecimento da identidade (Santos et al., 2023). Observa-se, assim, que etapas da comunicação e socialização não estão sendo desenvolvidas, trabalhadas, ocasionando dificuldades das pessoas em se expressarem e viver em sociedade.

Nesse contexto, o objetivo geral dessa pesquisa é verificar como as redes sociais interferem na comunicação social dos jovens. Para atingir tal objetivo, é preciso a) estudar

sobre o tema, b) analisar a relação entre as redes sociais e a maneira de socializar dos jovens, c) identificar os índices que comprovam o impacto dessa relação entre os jovens e as redes sociais. E, dessa maneira, a pesquisa busca compreender como esse grupo de jovens estão sendo impactado pelas redes sociais.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 O que é Rede social

Rede social é um meio de comunicação situado em um ambiente digital voltado para interações e comunicação, na qual o usuário tem autonomia e responsabilidades perante suas ações. Cada participante, ao inscrever-se, cria seu perfil. Sua organização é baseada juntando perfis com pensamentos e maneiras de expressão semelhantes (Oliveira et al., 2023). Assim, pode-se compreender que as redes sociais servem para agrupar pessoas com interesses compartilhados, criando conexões por meio de contatos, ou seja, para participar é necessário se expressar. Assim, seus usuários se tornam donos de seus próprios desejos e sabedores das suas próprias histórias (Pompei et al., 2022).

Nessa perspectiva, Jonathan Haidt (2024) define que as redes sociais são “redes baseadas em prestígio”, os valores que são visados em si são os números de curtidas, compartilhamentos e de comentários, o que importa é ser visto e ter status.

Na sociedade atual, as redes sociais são um meio indispensável, visto que são eficientes em diferentes situações, como busca de informação, conhecimento (Silva et al., 2024). Porém, para Santaella (2013), saber o que fazemos com as redes sociais não é tão crucial quanto saber o que elas fazem conosco. É importante entender o impacto que fazem com a nossa subjetividade e sociabilidade.

Segundo Hjarvard (2014), as mídias têm o poder de “alterar as representações em nossas mentes, ou seja, nossa interpretação do mundo social e posteriormente influenciar nossos relacionamentos e ações”. Essa afirmação corrobora com as declarações de Sean Parker (ex-presidente do Facebook) assim, segundo Parker (2017 *apud* Haidt p. 75, 2024), o uso de redes sociais gera ao usuário uma necessidade de aceitação social, uma espécie de ciclo de feedback do qual “são exploradas vulnerabilidades da psicologia humana”.

2.1.2 Impactos das redes sociais nos jovens

A comunicação e interação em tempo real, sem barreiras, são possíveis com as redes sociais. Segundo Bauman (2004), atualmente a mensagem sai, mas não chega. Pode-se

entender como uma referência a situação vigente que se encontra as pessoas, não há uma conexão, um entendimento da comunicação. Para Han (2022), “a comunicação digital produz uma reversão no fluxo de informações que tem efeitos destrutivos”, no sentido de que “as informações são propagadas sem que passem pelo espaço público”, sendo produzidas e transmitidas em espaços privados. É tudo superficial, raso, e essa situação decorrente gera dificuldades na construção do indivíduo.

Esse problema agrava-se exponencialmente se ocorrer na fase da vida em que há mudanças bruscas no núcleo do Eu (Bock, 2007). A adolescência, por exemplo, caracteriza-se por ser uma fase de desenvolvimento crucial, é o período no qual se tem transformações constantes do ser. Erikson (1976) cita que isso é associado a constantes lutas psicológicas inerentes à formação da identidade o período da adolescência.

Jonathan Haidt (2024) afirma que “o desenvolvimento cerebral saudável depende de viver as experiências certas na idade e na ordem certas” e fundamenta dizendo que determinadas regiões do cérebro apresentam uma maior mudança em momentos nos quais ocorrem experiências específicas. Dessa forma, pode haver impactos mentais e sociais provenientes das supressões de determinadas experiências.

Com essa premissa, estudos recentes comprovam uma relação entre o crescimento de transtornos mentais nos jovens e o aumento de tempo gasto em redes sociais. O uso excessivo prejudica as relações sociais e interpessoais além de produzir alterações cognitivas, ocasionando males à saúde mental. A adição por Internet está associada a diversos efeitos prejudiciais, como perturbações no sono, dificuldades nos relacionamentos interpessoais, entre outros (Moromizato, 2017).

Ao analisar os males na perturbação do sono. Desmurget (2021) concluiu que “o tempo passado diante das telas domésticas afeta negativamente o desempenho escolar”, tendo assim, uma conexão direta entre a alteração do sono e o desempenho escolar, principalmente dos jovens. Já analisando a questão das alterações cognitivas, foi observado que os indivíduos viciados em redes sociais apresentam déficits no controle cognitivo, na função do córtex pré-frontal, impactando as tomadas de decisões e o gerenciamento dos impulsos (Souza; Simon, 2023).

Na comunicação, houve muitas alterações em sua estrutura. O discurso foi um item abordado por Han (2022). Para esse autor, a comunicação está em crise: elementos básicos estão sendo ignorados, como a composição do discurso; há uma ausência do outro, o que significa “o fim do discurso”. Ele fundamenta que “a expulsão do outro reforça a coação da

autopropaganda de doutrinar a si mesmo com suas próprias ideias”, o que acaba gerando ‘infobolhas autistas’ algo que dificulta a comunicação, visto que ao não escutar o outro, praticamente não se tem a ação comunicativa, já que é necessária a participação dele para que haja comunicação.

2.2 Algoritmos das redes sociais

Algoritmo pode ser visto como um método utilizado para resolver atividades em geral. Cormen (2014) define algoritmo com “um conjunto de etapas para executar uma tarefa”. No contexto computacional, eles são empregados em mecanismos de buscas, plataformas de mídia social, recomendações e possuem uma função relevante na seleção de informação (Gouvea, 2024).

De acordo com Zuboff (2021), os algoritmos também são reconhecidos por terem a capacidade de permitir a vigilância e manipulação de dados pessoais, ou seja, a partir de suas execuções, os algoritmos retornam informações precisas.

Conforme Han (2022) declara “o telefone móvel é um aparato de vigilância e submissão, explorando a liberdade e comunicação”, isso implica na afirmação de Zuboff, permitindo assim, visualizarmos uma relação entre os celulares, algoritmos e redes sociais, como algo semelhante a uma tríade da qual cada elemento gera dados e os trocam entre si. A dominação se faz quando a liberdade e vigilância coincidem (Han, 2022), uma forma já identificada dessa vigilância é por meio do uso dos algoritmos.

Ao utilizar as redes sociais, os usuários se sentem livres e donos de suas próprias vontades e escolhas: cada curtida, cada comentário e compartilhamento se pressupõe ser expressões íntimas. Porém, os indivíduos buscam validação nesse espaço virtual, que por sua vez gera cada vez mais desejo de pertencimento (Souza; Simon, 2024), assim, um dos pilares de uma rede social é a aprovação.

O psicólogo Adam Alter (2018) relata que a “curtida” nesse meio representa uma forma de apoio social: “Uma publicação sem curtidas tem um efeito similar à de uma condenação pública”.

Essa busca por aprovação faz com que os usuários das redes sociais acabem se expondo mais, gerando conseqüentemente mais dados dos usuários para alimentar os algoritmos. Isso é extremamente perigoso e danoso ainda mais para os jovens, visto que podem ter seus comportamentos induzidos, por meio da criação dos *profillings* (perfis de personalidade).

O *profiling* (a caracterização de perfil) psicométrico torna possível prever melhor o comportamento de uma pessoa do que um amigo ou parceiro poderia. Com uma quantidade suficiente de dados, é possível até mesmo gerar informações que excedem aquilo que sabemos de nós mesmos. O smartphone é um aparato de gravação psicométrica que alimentamos com dados dia a dia, hora a hora até. Com ele, a personalidade de seu usuário pode ser computada com exatidão. O regime disciplinar tinha à disposição apenas informações (...). (Han, 2022, p.38).

O próprio fundador do Facebook, Mark Zuckerberg, afirma que os algoritmos analisam diversas informações com o propósito de computar qual é a mais relevante para cada usuário (Fisher, 2023). Se observarmos, os feeds não possuem fim, para que assim, os usuários se mantenham constantemente atualizando-os em busca de dopamina (Price, 2018). A curto prazo, esse comportamento gera sentimentos prazerosos, mas a longo prazo esse vício gera ansiedade e “medo” de perder uma nova informação (Souza; Simon, 2024).

3 METODOLOGIA

Com base no objetivo abordado e seu contexto, foi realizada uma revisão da literatura. A metodologia escolhida é qualitativa, permitindo, assim, organizar um corpo de estudos referentes a um tema específico. O estudo vigente se limita ao levantamento de artigos sobre o impacto das redes sociais na comunicação dos jovens.

Segundo Paiva (2023), a abordagem de revisão da literatura possibilita por meio de seus resultados, estabelecer relações entre diferentes tipos de produções, e de forma objetiva evidenciar os dados produzidos. Assim, possibilita maior reconhecimento da temática em estudo quanto uma identificação de possíveis caminhos para pesquisas futuras (Silva et al, 2020).

Adotou-se a perspectiva de três etapas, propostas por Tranfield, Denyer e Smart (2003): planejamento, execução e síntese dos resultados. Sob essa perspectiva a análise dos dados, o planejamento é a parte responsável pela definição clara dos objetivos e das perguntas que serão trabalhadas; a execução é de fato a prática do planejamento: nessa etapa há a busca extensiva por estudos seguindo as definições do planejamento; já a síntese dos resultados é a análise dos resultados obtidos pela execução: essa parte envolve a questão de qualidade e delimita os resultados para se ter uma melhor eficácia e eficiência.

Ao aplicar tal perspectiva a esse estudo, foi desenvolvido da seguinte forma, no planejamento, a etapa inicial se utilizou a estratégia PICO (Acrônimo para *Patient, Intervention, Compation* e *Outcome*) para ser o guia das pesquisas. Para aplicar essa estratégia, foi elaborada a seguinte questão: “Redes Sociais Interferem na comunicação dos

jovens? Como era antes?”. Como instrumentos de base de dados foram definidos o Google Acadêmico e o SciELO.

Para melhor representação da estratégia de pesquisa, houve a estruturação da tabela (1), onde se encontra a correspondência de cada sigla do acrônimo PICO em relação à questão central da pesquisa.

Tabela 1: Estratégia de Pesquisa PICO e sua correspondência com a questão: “Redes Sociais Interferem na Comunicação dos Jovens? Como era antes?”

Sigla	Significado	Correspondência
P	<i>Patient</i>	Jovens
I	<i>Intervention</i>	Redes Sociais
C	<i>Comparison</i>	Como era antes
O	<i>Outcome</i>	Interferência na Comunicação

Fonte: Dados da pesquisa, 2024

Com o planejamento definido, foi necessário então executá-lo. A partir da literatura, houve a delimitação dos termos de busca, usando palavras-chave e os operadores booleanos “and”, “or” e/ou “not”.

A busca pelos artigos foi realizada no mês de junho de 2024. Para limitar a inclusão, foram aplicados os seguintes critérios: (1) a busca se limitou aos últimos 3 anos (2021 a 2024); (2) Para delimitar mais, somente artigos em Português foram escolhidos; (3) Também houve a análise e leitura dos títulos; (4) A análise e leitura dos resumos foi o último critério. Após a aplicação dos critérios, tiveram 4 artigos que se adequaram de acordo com as delimitações.

Sobre esses artigos, se aplicou a última etapa, a síntese dos resultados. Com essa etapa concluída pode-se colher os resultados.

4 RESULTADOS

O retorno obtido pela metodologia aplicada possibilitou a estruturação da tabela a seguir, que apresenta as principais informações acerca dos efeitos das redes sociais na comunicação encontrada nos 4 artigos analisados. A tabela (2) é formada por dados a respeito da autoria do artigo, ano e título do texto. Além disso é mostrado o que mais importante foi

extraído, viabilizando entender melhor os efeitos causados pelas redes sociais.

Tabela 2: Artigos e suas principais informações sobre a interferência das redes sociais na comunicação dos jovens

Ano e Autor	Título	Principais Extrações
Monteiro et al., 2024	A cultura do cancelamento: Influência midiática e a saúde mental do jovem	O acesso livre a exposição decorrente no mundo digital, influência nos atos dos jovens.
Silva; Pimentel, 2023	Explorando a relação entre o uso das redes sociais, ansiedade e autoestima: Desafios e perspectivas para a saúde mental	A dependência digital e a desconexão do mundo real, induzem os jovens ao isolamento social e assim cria-se relações superficiais.
Matos; Godinho, 2024	A Influência do uso excessivo das Redes Sociais na Saúde Mental de Adolescentes: Uma revisão integrativa	O uso excessivo das redes sociais por jovens gera consequências negativas, como: solidão, transtornos psicológicos e ansiedade.
Aquino; Marinho, 2024	Redes Sociais e bem-estar: Uma análise do uso das redes sociais por adolescentes	As meninas são mais afetadas negativamente pelo uso das redes sociais, devido os padrões impostos.

Fonte: Dados da pesquisa, 2024

Os resultados dessa pesquisa demonstraram em maiores detalhes as afirmações do problema atual enfrentado pelos jovens. Pode-se observar uma preocupação crescente em buscar entender e correlacionar as redes sociais com as transformações socioemocionais que os jovens estão enfrentando.

As redes sociais causam em alguns usuários uma sensação de que a vida dos outros parece ser melhor (Aquino; Marinho, 2024), e essa constante comparação afeta os adolescentes. De acordo com Haidt (2024), “Adolescentes são especialmente vulneráveis à insegurança, pois seu corpo e vida social estão mudando rapidamente”, e toda vulnerabilidade é mais grave em um determinado grupo.

Segundo Haidt (2024): “Quanto mais tempo uma menina passa nas redes, maiores as chances de depressão”, isso se dá por muitos motivos, seja pelo próprio tempo como citado, seja pela qual a rede social é a mais usada por elas, em levantamento (Aquino; Marino, 2024) concluíram que é o Instagram, ou questões hormonais, mas o fato em si é que elas são mais afetadas.

Elas sofrem mais danos da comparação social, porque apresentam índices mais altos de um tipo de específico de perfeccionismo: aquele que propõe a atender as altas expectativas estabelecidas (Haidt, 2024). Sem saber elas estão sendo manipuladas pelos algoritmos que

dão exatamente o que o *profiling* já está definido, como definido por Han (2021): “Estamos aprisionados em uma caverna digital supondo estarmos em liberdade”.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo teve como objetivo analisar os impactos que as redes sociais podem ter na vida dos adolescentes. Todos os estudos revisados mostram esses efeitos com a maioria deles apontando consequências negativas. Dentre os principais efeitos negativos, é importante destacar a depressão, os sintomas ansiosos, o suicídio, o uso excessivo, o medo de perder, o estresse, alterações no sono e na insônia, e principalmente a dificuldade em criar laços e se comunicar.

A exposição constante e agressiva a conteúdos prejudiciais, a pressão social por *likes*, seguidores e a comparação incessante com os outros são alguns dos vetores que impactam negativamente no uso demasiado das redes sociais. Toda essa interação ocasiona danos em seus usuários, mas elas foram construídas para isso, usam algoritmos e se ‘moldam’ de acordo com a pessoa.

Uma pessoa viciada em redes sociais tem efeitos de liberação de dopamina ao utilizá-las, dependendo da faixa etária, isso é potencialmente perigoso, visto que altas doses de dopamina afetam questões cerebrais. Isso é um fato que se tem uma base científica, teórica agora, pois a literatura está buscando compreender melhor como essa tecnologia está agindo sobre as pessoas.

Compreende-se, então, após esse estudo, que as redes sociais são potencialmente um fator de risco para a saúde mental dos adolescentes, pois se teve apontamentos que um dos principais fatores que contribuem para o desenvolvimento de certos traumas tem relação direta com o uso excessivo das redes sociais. Porém, não se descarta a realização de novas pesquisas de forma longitudinal.

REFERÊNCIAS

Alter, Adam. **Irresistível**: por que você é viciado em tecnologia e como lidar com ela. Rio de Janeiro: Objetiva, 2018.

Aquino, Karley de Souza; MARINHO, Enzo Vidotti. **Redes Sociais e bem-estar**: Uma análise do uso das redes sociais por adolescentes. Disponível em: <https://publicacoes.unicatolicaquixada.edu.br/index.php/recs/article/view/797/1030>. Acesso em: 11 jun. 2024

Bauman, Zygmunt. **Modernidade Líquida**. [Trad. Plínio Dentzien]. Rio de Janeiro: Editora Zahar, 2001. p.192

Bock, Ana Mercês Bahia. **Adolescência como construção social: estudo sobre livros destinados a pais e educadores**. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pee/a/LJkJzRzQ5YgbmhcncKzVq3x/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 07 jun. 2024

Carr, Nicholas. **A geração superficial**: o que a internet está fazendo com os nossos cérebros. Tradução de Mônica Gagliotti Fortunato Friaça. Rio de Janeiro: Agir, 2011. p.19

Cormen, Thomas H. **Desmistificando algoritmos**. 1ª ed. Rio de Janeiro: Elsevier, 2014, p. 13

Desmurget, Michel. **A fábrica de cretinos digitais: Os perigos das telas para nossas crianças**. São Paulo: Vestígio, 2021.

Erikson, Erik. **Identidade Juventude e Crise**. Rio de Janeiro: Editora Zahar, 1976.

Fisher, Max. **A máquina do caos: como as redes sociais reprogramaram nossa mente e nosso mundo**. Todavia, 2023.

Gouvea, Ana Laura Rios. **Os Algoritmos das Redes Sociais Como Dispositivos de Modulação Comportamental**. Disponível em: <https://repositorio.ufmg.br/bitstream/1843/67333/1/Disserta%20c3%a7%20c3%a3o%20final.pdf>. Acesso em: 15 set. 2024

Haidt, Jonathan. **A Geração Ansiosa**: Como a infância hiperconectada está causando uma epidemia de transtornos mentais. São Paulo: Companhia das Letras, 2024.

Han, Byung-Chul. **Infocracia**: digitalização e a crise da democracia. Rio de Janeiro: Vorazes, 2022.

Harvard, Stig. **Midiatização**: Conceituando a mudança social e cultural. Matrizes, v. 8, nº 1, São Paulo, p. 6-26, jan/jun. 2014

Matos, Kelvym Alves; Godinho, Mônica Oliveira Dominici. **A Influência do uso excessivo das Redes Sociais na Saúde Mental de Adolescentes**: Uma revisão integrativa. Disponível em: <https://ojs.focopublicacoes.com.br/foco/article/view/4716/3436>. Acesso em: 11 jun. 2024

Marques, Christopher da Costa; Souza, Weilan Carvalho; Souza, Julio Cesar Pinto de. **A dependência da tecnologia na saúde mental dos adolescentes**. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/38296/pdf>. Acesso em: 11 out. 2024

Monteiro, Marcela Souza Gama; Cabral, Vanessa Dias; Coelho Junior, Leconte de Lisle. **A cultura do cancelamento**: Influência midiática e a saúde mental do jovem. Disponível em <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/12951/6263>. Acesso em: 10 jun. 2024

Moromizato, Maíra Sandes. **O Uso de Internet e Redes sociais e a Relação com Índícios de Ansiedade e Depressão em Estudantes de Medicina**. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbem/a/h64tYKYMwXDmMJ7NGpmRjtN/?lang=pt#>. Acesso em: 8 jun. 2024

Oliveira, Cynthia Souza; Geller, Marlise; Filho, Albano Dias Pereira; Sousa, Lilissanne Marcellly. **O impacto das redes sociais no comportamento das pessoas**. Disponível em: <https://ojs.studiespublicacoes.com.br/ojs/index.php/cadped/article/view/2209/1802>. Acesso em: 04 maio 2024

Paiva, Lucas Sousa de. **A Influência das Redes Sociais no Comportamento do**

Consumidor: Uma Revisão da Literatura. Disponível em:

<https://jtni.com.br/index.php/JTnl/article/view/93/90>. Acesso em: 10 jun. 2024

Sean Parker no Axios: Allen, M. (2017, nov. 9). “Sean Parker unloads on Facebook: ‘God only knows what it’s doing to our children’s brains’.” Axios. Disponível em:

<www.axios.com/2017/12/15/sean-parker-unloads-on-facebook-god-only-knows-what-its-doing-to-our-childrens-brains-1513306792>.

Pompei, Telêmaco; Gouveia Luís Manuel Borges; Ramos, Paulo Fonseca Matos da Silva; Sousa. **REDES SOCIAIS: Influência, identidade e diferença na contemporaneidade.**

Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/361619287_REDES_SOCIAIS.

Acesso em: 08 maio 2024

Price, Catherine. **Celular: como dar um tempo – o plano de 30 dias para acabar com a ansiedade e retomar a sua vida.** Fontanar, 2018.

Santaella, Lucia. **Intersubjetividade nas redes digitais.** Repercussões na educação. In: Alex Primo. (Org.). Interações em rede. Porto Alegre: Sulina, v. 1, p. 33-50

Santos, Isabela Vieira Pereira; Amâncio, Natália de Fátima Gonçalves; Romão, Mariluce Ferreira; Almeida, Karine Cristine. **A influência das mídias e redes sociais na saúde mental dos jovens.** Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/57364/41969>. Acesso em: 21 abr. 2024

Silva, Debora Rayane Lacerda da; Lacerda, Maria Emanuely Batista; Lima, Anyelle Ferreira de; Sousa, Milena Nunes Alves de. **Conectados e ansiosos? O impacto das redes sociais na vida dos adolescentes.** Disponível em:

<https://bjih.emnuvens.com.br/bjih/article/view/2160/2395>. Acesso em: 22 maio 2024

Silva, Rayane Crystyna Ferreira; Pimentel, Luana de Paula. **Explorando a relação entre o uso das redes sociais, ansiedade e autoestima: Desafios e perspectivas para a saúde mental.**

Disponível em: <https://unifasc.edu.br/wp-content/uploads/2024/05/15-EXPLORANDO-A-RELACAO-ENTRE-O-USO-DAS-REDES-SOCIAIS-ANSIEDADE-E-AUTOESTIMA.pdf>.

Acesso em: 9 jun. 2024.

Souza, Maria Laura Botelho de; Simon, Carla Sasso. **Hábitos de Consumo de Informação: Como as Redes Interagem com a Saúde Mental dos Indivíduos.** Disponível

em: <http://app.fiepr.org.br/revistacientifica/index.php/conhecimentointerativo/article/view/846/77>. Acesso em: 17 set. 2024

Tranfield, D., Denyer, D., Smart, P. (2003). **Towards a methodology for developing evidence-informed management knowledge by means of systematic review.** British Journal of Management. Disponível em:

[https://josephmahoney.web.illinois.edu/BADM504_Fall%202019/6_Tranfield,%20Denyer%20and%20Smart%20\(2003\).pdf](https://josephmahoney.web.illinois.edu/BADM504_Fall%202019/6_Tranfield,%20Denyer%20and%20Smart%20(2003).pdf). Acesso em 7 de jun. 2024

Zuboff, Shoshana. **A era do capitalismo de vigilância.** Editora Intrínseca, 2021.