

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE MONTES CLAROS

Maria de Fátima Fernandes Santos Silva

ADICÇÃO EM REDES SOCIAIS EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS
NO NORTE DE MINAS GERAIS - BRASIL

Montes Claros, MG

2024

MARIA DE FÁTIMA FERNANDES SANTOS SILVA

ADICÇÃO EM REDES SOCIAIS EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS NO NORTE DE
MINAS GERAIS - BRASIL

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-graduação em
Cuidado Primário em Saúde, da Universidade Estadual de
Montes Claros, como parte das exigências para a obtenção do
título de Mestre em Cuidado Primário em Saúde.

Área de Concentração: Saúde Coletiva

Orientadora: Profa. Dra. Maria Fernanda Santos Figueiredo
Brito

Coorientadora: Profa. Dra. Lucinéia de Pinho

Montes Claros, MG

2024

S586a

Silva, Maria de Fátima Fernandes Santos.

Adicção em redes sociais em estudantes universitários no Norte de Minas Gerais - Brasil / Maria de Fátima Fernandes Santos Silva – Montes Claros (MG), 2024.
117 f. : il.

Inclui bibliografia.

Dissertação (mestrado) - Universidade Estadual de Montes Claros - Unimontes, Programa de Pós-Graduação em Cuidado Primário em Saúde/PPGCPS, 2024.

Orientadora: Profa. Dra. Maria Fernanda Santos Figueiredo Brito.

Coorientadora: Profa. Dra. Lucinéia de Pinho.

1. Redes sociais – Adicção. 2. Transtornos – Adicção à Internet. 3. Saúde mental – Comportamento aditivo. 4. Estudantes do ensino superior – Norte de Minas (MG). I. Brito, Maria Fernanda Santos Figueiredo. II. Pinho, Lucinéia de. III. Universidade Estadual de Montes Claros. IV. Título.

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE MONTES CLAROS – UNIMONTES

Reitor: Prof. Wagner de Paulo Santiago

Vice-reitor: Prof. Dalton Caldeira Rocha

Pró-reitora de ensino: Prof.^a Ivana Ferrante Rebello

Pró-reitora de Pesquisa: Prof.^a Maria das Dores Magalhães Veloso

Pró-reitora Adjunta de Pesquisa: Prof.^a Beatriz Rezende Marinho da Silveira

Coordenadoria de Acompanhamento de Projetos: Prof. Virgílio Mesquita Gomes

Coordenadoria de Iniciação Científica: Prof. João Marcus Oliveira Andrade

Coordenadoria de Inovação Tecnológica: Prof.^a Sara Gonçalves Antunes de Souza

Pró-reitor de Pós-graduação: Prof. Marlon Cristian Toledo Pereira

Pró-reitor Adjunto de Pós-graduação: Prof. Daniel Coelho de Oliveira

Coordenadoria de Pós-graduação *Lato Sensu*: Prof. Cristiano Leonardo de Oliveira Dias

Coordenadoria de Pós-graduação *Stricto Sensu*: Prof.^a Luciana Maria Costa Cordeiro

PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM CUIDADO PRIMÁRIO EM SAÚDE

Coordenador(a): Josiane Santos Brant Rocha

Coordenador Adjunto: Antônio Prates Caldeira

Aprovação - UNIMONTES/PRPG/PPGCPS - 2024

Montes Claros, 15 de maio de 2024.

CANDIDATA: MARIA DE FÁTIMA FERNANDES SANTOS SILVA

DATA: 05/06/2024 HORÁRIO: 14:00

TÍTULO DO TRABALHO: "ADICÇÃO EM REDES SOCIAIS EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS NO NORTE DE MINAS"

ÁREA DE CONCENTRAÇÃO: SAÚDE COLETIVA

LINHA DE PESQUISA: EPIDEMIOLOGIA E VIGILÂNCIA EM SAÚDE

BANCA (TITULARES)

PROFª. DRª MARIA FERNANDA SANTOS FIGUEIREDO BRITO (ORIENTADORA)

PROFª. DRª LUCINÉIA DE PINHO (COORIENTADORA)

PROFª. DRª JOSIANE SANTOS BRANT ROCHA

PROFª. DRª TATIANA ALMEIDA DE MAGALHÃES

BANCA (SUPLENTE)

PROFª. DRª. FERNANDA MARQUES DA COSTA

PROFª. DRª TATIANA CARVALHO REIS MARTINS

☒ **APROVADA**

☐ **REPROVADA**



Documento assinado eletronicamente por **Maria Fernanda Santos Figueiredo Brito**, Professora de Educação Superior, em 06/06/2024, às 09:57, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 47.222, de 26 de julho de 2017](#).



Documento assinado eletronicamente por **Tatiana Carvalho Reis Martins**, Usuário Externo, em 14/06/2024, às 01:27, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 47.222, de 26 de julho de 2017](#).



Documento assinado eletronicamente por **TATIANA ALMEIDA DE MAGALHÃES**, Usuário Externo, em 17/06/2024, às 17:57, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 47.222, de 26 de julho de 2017](#).



Documento assinado eletronicamente por **Josiane Santos Brant Rocha**, Coordenadora, em 01/07/2024, às 17:35, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 47.222, de 26 de julho de 2017](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site http://sei.mg.gov.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_documento_acesso_externo=0, informando o código verificador **88361709** e o código CRC **24CDEFF5**.

AGRADECIMENTOS

Quando finalizei a graduação em Enfermagem, Deus plantava mais um sonho em meu coração: realizar o mestrado. Sonho esse que foi regado, cresceu e, hoje, desabrocha em mais uma conquista. Como sou feliz por este momento que se concretiza em minha vida! O sentimento é de gratidão.

Pela conquista alcançada, agradeço, primeiramente, a Deus, que segurou a minha mão, me permitiu sonhar e viver com tanta intensidade o processo da pós-graduação. A ti senhor, dedico essa nova etapa, confiando que continuarás a conduzir meus passos em direção a tua vontade perfeita e soberana.

Agradeço também às pessoas que estiveram ao meu lado nessa caminhada. Em especial, aos meus pais Élcio e Leda, fontes de amor e apoio inesgotável. Ao meu irmão, João, que sempre está ao meu lado. A minha cunhada, que nesse período, trouxe-me a alegria mais singela: nossa Alicinha. Como sou feliz por tê-los!

Estendo meus agradecimentos também a minha família, aos meus afilhados, aos amigos e ao meu namorado: obrigada por acreditarem em mim, por trazerem suavidade aos meus dias, por todo apoio e carinho, mesmo quando minha ausência foi necessária em alguns momentos.

Agradeço ao meu trabalho, o qual me permitiu conhecer pessoas com os mesmos propósitos que eu, e colocar em prática o que era aprendido na academia, me fornecendo experiências e contribuindo cada vez mais com este projeto em que acredito: a atenção primária fortalecida no âmbito do SUS.

A minha orientadora Maria Fernanda, como agradeço a Deus por ter sido você a estar comigo desde o início! Um ser humano incrível e uma profissional maravilhosa! A minha coorientadora Lucinéia, obrigada por compartilhar o seu saber comigo. Saibam que vocês têm a minha imensa admiração e respeito. Muito obrigada pelos ensinamentos e pela oportunidade de participar do projeto NuPeSe. Sinto gratidão por tê-las como orientadoras e poder compartilhar de todo profissionalismo e amor pela pesquisa que vocês nutrem. A ajuda de vocês foi essencial para a realização deste trabalho e para o meu amadurecimento enquanto pesquisadora.

A professora Marise Fagundes, obrigada pela disposição em me atender e contribuir com meu trabalho com seus conhecimentos.

Agradeço também às professoras Josiane Santos Brant Rocha, Tatiana Almeida de Magalhães, Fernanda Marques da Costa e Tatiana Carvalho Reis Martins, as quais participaram da minha banca de qualificação e de defesa, trazendo grandes contribuições ao meu trabalho.

Aos professores do Programa de Pós-Graduação em Cuidados Primários em Saúde da Unimontes, pessoas competentíssimas, que amam à docência: obrigada por todos os ensinamentos e compartilhamentos que enriqueceram ainda mais a minha formação.

Aos colegas de turma, obrigada pelo convívio, que rompeu as barreiras virtuais, permitindo a criação de vínculos e parcerias que se firmaram para além da academia. Foi maravilhoso conhecê-los e conviver com cada um de vocês. Agradeço, em especial, a Sarah e a Elisângela pela parceria firmada para a realização deste trabalho. Vocês foram essenciais em cada etapa, pois a nossa amizade tornou os desafios enfrentados na pesquisa mais leves.

Ao grupo de pesquisa NuPeSe, obrigada por terem me acolhido.

Aos alunos de Iniciação Científica e, em especial, a Bianca, pela participação ativa e imprescindível na elaboração dos produtos relacionados a este trabalho: Muito obrigada!

Gratidão a quem teve papel importante na efetivação dessa pesquisa: os estudantes da graduação do Instituto Federal do Norte de Minas Gerais - IFNMG.

E, por fim, a todos que contribuíram direta ou indiretamente para a realização deste trabalho: meu muito obrigada!

APRESENTAÇÃO

Esta dissertação de mestrado profissional do Programa de Pós-graduação Cuidado Primário em Saúde aborda a temática da Adicção em Redes Sociais, e faz parte de uma pesquisa maior, intitulada “IFNMG *online*: estudantes e adicção em *internet*”.

A minha formação profissional, Enfermeira, permitiu-me, ao longo da minha prática clínica, a criação de vínculos com os usuários do Sistema Único de Saúde (SUS), o que fez crescer em mim a vontade de sempre aperfeiçoar as minhas ações enquanto profissional e buscar melhorias para o SUS.

A partir disso, acreditando no potencial da Atenção Primária de intervenção em causas passíveis de promoção da saúde e prevenção de doenças, especializei-me em Gestão em Saúde, em 2017/2018, por meio do Instituto Federal do Norte de Minas Gerais – IFNMG e, em seguida, fui residente em Saúde da Família, em 2018/2020, pela Universidade Estadual de Montes Claros – Unimontes, com o intuito de descobrir novos modos de fazer saúde e de contribuir cada vez mais com a melhoria do nosso SUS.

Apesar dessas formações, o desejo de aprimorar meus conhecimentos científicos permaneceram em meu coração, então, resolvi dar continuidade aos estudos e, assim, ingressei no Programa de Pós-Graduação em Cuidado Primário em Saúde – UNIMONTES, em 2022. Hoje, atuo como Enfermeira na Atenção Primária do Município de Montes Claros, e fico muito feliz em perceber que todo o conhecimento adquirido ao longo do meu processo de formação, em algum momento, pôde e pode ser aplicado.

Após a entrada no mestrado, fui convidada a participar do Núcleo de Pesquisa em Saúde do Estudante - NuPeSe, o qual tem como objetivo avaliar as condições de saúde dos estudantes de Montes Claros. Como participante do grupo, comecei a buscar na literatura da saúde um tema contemporâneo, que tanto tem impactado de muitas formas a vida das pessoas, trazendo, muitas vezes, consequências para a saúde e para as relações humanas: as redes sociais. Depois de compreender a temática sob a luz da ciência, passei, desse modo, a produzir novos conhecimentos sobre este tema, voltando-me à saúde dos estudantes, tanto por meio da escrita de artigo e resumos científicos quanto por meio da realização de produtos técnicos voltados para a população.

Por fim, esta dissertação está formatada segundo as normas do Programa de Pós-Graduação em Cuidado Primário em Saúde.

*“Só aquele que resistir ao processo
Vai ter direito à vista mais fantástica.”
(Resiliência - Tribo da Periferia)*

RESUMO

As redes sociais têm se tornado cada vez mais presentes na vida dos indivíduos, representando, hoje, a principal forma de comunicação virtual. Com a crescente popularidade dessas redes, estima-se que também irá ocorrer o aumento e o aparecimento de problemas relacionados ao uso excessivo e à dependência a elas, em quantidade e gravidade assustadores, hipótese essa que tem levado ao aumento de estudos com a finalidade de conhecer os impactos e as consequências advindas de tais tecnologias comunicacionais. Logo, objetiva-se, mediante este trabalho, estimar a prevalência da adicção em redes sociais entre estudantes universitários, e os fatores associados a ela. Trata-se de um estudo transversal e analítico, do tipo *websurvey*, realizado com estudantes de cursos superiores de uma instituição pública de ensino no norte do estado de Minas Gerais-Brasil. O instrumento de coleta de dados contempla um questionário sociodemográfico, os questionários validados “Escala de Adicção em Redes Sociais - EARS” e “*Maslach Burnout Inventory/Student Survey* - MBI-SS” e algumas variáveis do questionário validado “Estilo de Vida Fantástico”. As análises foram obtidas por meio do *software* SPSS versão 23.0, no qual foram realizadas as análises descritivas e múltiplas dos dados coletados. Para análise dos dados utilizou-se o Teste Qui-quadrado e regressão de *Poisson*. O estudo respeitou as exigências formais contidas nas normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. Participaram deste estudo 677 estudantes do ensino superior. Foi possível perceber que as redes sociais mais utilizadas por esses jovens foram o *WhatsApp* (99,0%), o *Instagram* (86,4%), o *Facebook* (64,2%) e o *Twitter*, atual *X* (20,9%). Ao final, constatou-se que a adicção em redes sociais esteve presente em 46,4% da amostra estudada e mostrou associação estatística com a faixa etária menor de 23 anos (RP 1,32; IC 1,09-1,59) com a ausência de atividade remunerada (RP 1,28; IC 1,04-1,56), com a prática de atividade física menor que três vezes por semana (RP 1,24; IC 1,06-1,45), com a menor frequência de interação afetiva (RP 1,28; IC 1,09-1,50) e com a presença de Síndrome de *Burnout* (RP 1,44; IC 1,16-1,79). Assim, este estudo verificou elevada prevalência de adicção em redes sociais, a qual está associada à faixa etária menor que 23 anos, que apresenta ausência de atividade remunerada, de prática de atividade física menor que três vezes por semana, menor frequência de interação afetiva e a presença de Síndrome de *Burnout*. Portanto, diante das conclusões às quais chegaram este estudo, verifica-se a importância de os profissionais da saúde, que lidam com estudantes universitários, desenvolverem ações educativas de letramento digital, com o objetivo de proporcionar maiores esclarecimentos sobre o tema adicção em redes sociais, cuidados com o bem-estar digital e a promoção de um estilo de vida ativo e saudável a tais jovens, objetivando menor incidência da problemática entre os pacientes

Palavras-chaves: Transtorno de Adicção à *Internet*, Comportamento aditivo; Redes Sociais *Online*; Estudantes; Saúde do estudante.

ABSTRACT

Social networks have become increasingly present in the lives of individuals and represent the main form of virtual communication. With the growing popularity of social networks, it is estimated that there will also be an increase and emergence of problems related to excessive use and dependence on networks, in quantity and severity, which has sparked studies with the aim of understanding the impacts and consequences arising from these technologies. The objective of this work is to estimate the prevalence of addiction to social networks in university students at a Higher Education School in the north of Minas Gerais - Brazil and the possible associated factors. This is a cross-sectional and analytical study, of the websurvey type, carried out with higher education students at a public educational institution in the north of the state of Minas Gerais-Brazil. The data collection instrument includes a sociodemographic questionnaire and the validated questionnaires “Social Network Addiction Scale - EARS”, “Fantastic Lifestyle” and “Maslach Burnout Inventory/Student Survey - MBI-SS”. The analyzes were obtained using SPSS version 23.0 software, in which descriptive and multiple analyzes were carried out. The Chi-square test and Poisson regression were used. The study respected the formal requirements contained in the regulatory standards for research involving human beings. 677 higher education students participated in the study. The most used social networks were WhatsApp (99.0%), Instagram (86.4%), Facebook (64.2%), and Twitter actual X (20.9%). Addiction to social networks was present in 46.4% of the sample studied, with an association between the age group under 23 years old (PR 1.32; CI 1.09-1.59); absence of paid work (PR 1.28; CI 1.04-1.56); practicing physical activity less than three times a week (PR 1.24; CI 1.06-1.45); to the lower frequency of affective interaction (PR 1.28; CI 1.09-1.50) and the presence of Burnout Syndrome (PR 1.44; CI 1.16-1.79). Thus, this study found a high prevalence of addiction on social networks, which is associated with the age group under 23 years old, the absence of paid activity, the practice of physical activity less than three times a week, the lower frequency of emotional interaction and the presence of Burnout Syndrome. From this perspective, it is important for professionals who deal with university students to develop educational actions, with the aim of providing greater clarification on the topic of addiction on social networks, taking care of digital well-being and promoting a style active and healthy lifestyle.

Key words: Internet Addiction Disorder; Addictive Behavior; Addiction Social Media Addiction, Students, Student Health.

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

AI – Adicção em *Internet*

ACS - Agente Comunitário de Saúde

APS - Atenção Primária à Saúde

BSMAS: *Bergen Social Media Addiction Scale*

CAAE - Certificado de Apresentação de Apreciação Ética

CEFET - Centro Federal de Educação Tecnológica

DP – Desvio Padrão

EAF - Escola Agrotécnica Federal

EARS – Escala de Adicção em Redes Sociais

FEPEG - Fórum de Ensino Pesquisa, Extensão e Gestão

IAT- *Internet Addiction Test*

IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística

IC – Índice de Coeficiente

IFNMG – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Norte de Minas Gerais

MESH - *Medical Subject Headings*

MBI-SS - *Maslach Burnout Inventory/Student Survey*

MG - Minas Gerais

NuPeSE – Núcleo de Pesquisa em Saúde do Estudante

GHQ-28 - *General Health Questionnaires*

RP – Razão de Prevalência

SPSS - *Statistical Package for the Social Sciences*

SUS: Sistema Único de Saúde

TALE - Termo de Assentimento Livre e Esclarecido

TCLE - Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

UNIMONTES - Universidade Estadual de Montes Claros

LISTA DE QUADROS

| | | |
|-----------|---|----|
| Quadro 1. | Prevalência e fatores associados à adicção em redes sociais entre estudantes do ensino superior identificados na literatura internacional e nacional no período entre os anos de 2019 a 2023. | 25 |
|-----------|---|----|

LISTA DE TABELAS

Artigo 1

| | | |
|-----------|--|----|
| Tabela 1. | Distribuição dos estudantes segundo variáveis demográficas e escores da Escala de Adicção em Redes Sociais - EARS. IFNMG, Brasil, 2020-2021. | 50 |
| Tabela 2. | Distribuição dos estudantes do ensino superior segundo variáveis de estilo de vida, socioafetivas e condições emocionais. IFNMG, Brasil, 2020-2021. | 51 |
| Tabela 3. | Resultado da análise múltipla: modelo de regressão de <i>Poisson</i> , Razão de prevalência ajustada, com intervalo de 95% de confiança para os fatores associados a EARS entre estudantes do Ensino Superior. IFNMG, Brasil, 2020-2021. | 52 |
| Tabela 4. | Distribuição dos estudantes do ensino superior segundo a Rede Social utilizada e os escores da EARS. IFNMG, Brasil, 2020-2021. | 53 |

LISTA DE FIGURAS

Artigo 1

| | | |
|-----------|--|----|
| Figura 1. | Distribuição dos escores da Escala de Adicção em Redes Sociais (EARS). IFNMG, Brasil, 2020-2021. | 49 |
|-----------|--|----|

SUMÁRIO

| | | |
|-----|---|----|
| 1 | INTRODUÇÃO/REVISÃO DE LITERATURA | 16 |
| 1.1 | A <i>internet</i> e as redes sociais..... | 16 |
| 1.2 | A adicção em redes sociais..... | 18 |
| 1.3 | Estudantes universitários no contexto de adicção em redes sociais..... | 23 |
| 1.4 | Prevalência de adicção em redes sociais e fatores associados | 24 |
| 2 | OBJETIVOS | 28 |
| 2.1 | Objetivo Geral | 28 |
| 2.2 | Objetivos Específicos | 28 |
| 3 | METODOLOGIA | 29 |
| 3.1 | Apresentação do estudo..... | 29 |
| 3.2 | Delineamento do estudo | 29 |
| 3.3 | Caracterização do local do estudo | 29 |
| 3.4 | População e plano amostral | 30 |
| 3.5 | Coleta de dados | 31 |
| 3.6 | Variáveis e instrumentos do estudo | 31 |
| 3.7 | Análise dos dados | 34 |
| 3.8 | Aspectos éticos | 34 |
| 4 | PRODUTOS CIENTÍFICOS..... | 36 |
| 4.1 | Artigo: Prevalência de adicção em redes sociais entre estudantes universitários e fatores associados..... | 36 |
| 4.2 | Resumos simples e expandidos | 36 |
| 5 | PRODUTOS TÉCNICOS..... | 38 |
| 5.1 | Minicursos | 38 |
| 5.2 | Oficinas | 38 |
| 5.3 | Educação em Saúde | 39 |
| 5.4 | <i>Pitch</i> | 39 |
| 5.5 | <i>Instagram</i> : NuPeSeMOC | 39 |

| | | |
|-----|---|-----|
| 5.6 | <i>Podcast: Agente comunitário de Saúde na APS: um olhar para os desafios da saúde do estudante</i> | 40 |
| 5.7 | Seminário..... | 40 |
| 6 | CONCLUSÃO | 89 |
| 7 | CONSIDERAÇÕES FINAIS..... | 90 |
| | REFERÊNCIAS | 93 |
| | APÊNDICES | 100 |
| | ANEXOS | 115 |

1 INTRODUÇÃO/REVISÃO DE LITERATURA

1.1 A *internet* e as redes sociais

Nos últimos anos, as sociedades de todo o mundo têm experimentado a transição social para meios de socialização digitais, o que vem modificando a forma como os indivíduos pensam, se comunicam, se relacionam e trabalham. Essas mudanças começaram a ocorrer após a chegada da *internet*, tecnologia que possibilita as pessoas, mesmo estando distantes, a manterem um diálogo simultâneo (Nunes *et al.*, 2021), facilita o acesso e a dispersão de informações, viabiliza a comunicação entre vários setores, e, conseqüentemente, facilita o acesso das pessoas às plataformas de informação, negócios, serviços e redes sociais *online* (Lemos; Coelho 2022). Isso a transforma em uma ferramenta imprescindível na atualidade (Moromizato *et al.*, 2017).

Hoje, estima-se que há 5,16 bilhões de usuários de *internet* no mundo, o que equivale a 64,4% da população global, segundo a We Are Social, 2023. Só no Brasil, em 2021, o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (2021) detectou que 92,3% dos domicílios contavam com o acesso e o uso da *internet* em áreas urbanas, somado a isso o equipamento mais utilizado para o acesso à *internet* foi o *smartphone*, com 99,5% da utilização nesses domicílios, seguido pela televisão (44,4%), pelo microcomputador (42,2%) e pelo *tablet* (9,9%) (IBGE, 2021).

Nesse contexto, após o surgimento da *internet*, emergiram os *sites* de redes sociais. Estes, são conexões públicas que permitem ao indivíduo criar um perfil pessoal, formar uma lista com outros usuários com quem dividem uma conexão - popularmente conhecida como lista de amigos, e ter acesso a lista de conexões construída por ele dentro da rede. O pioneiro dentre os *sites* de redes sociais foi lançado em 1997, com o nome de *Sixdegrees.com*, que permitia ao usuário criar um perfil, divulgá-lo para uma lista de contatos e navegar pela rede das pessoas conhecidas e amigos. No entanto, em 2000, a rede foi extinta por não conseguir se tornar um negócio sustentável (Boyd; Ellison, 2007).

Foi, então, a partir de 2002, que começou a surgir outros *sites* de redes sociais, sendo os que mais se destacaram o *Ryze.com*, com vistas a criar redes de negócios; o *Friendster*, como um

site de namoro; o *Myspace*, para divulgação de bandas de músicas; o *Facebook*, com foco em relacionamentos de maneira assíncrona (Boyd; Ellison, 2007); o *Linkedin*, com o objetivo de fazer o contato entre profissionais e empresas; e o *Instagram*, com função de entretenimento por meio do compartilhamento de fotos e vídeos entre os usuários (Souza *et al.*, 2021). Ainda é possível citar outros tipos de redes sociais, como o *We chat*, o *Tiktok*, o *Messenger*, o *Douyin*, o *Telegram*, o *Snapchat*, o *Kwai*, o *Sina Weibo*, o *QQ*, o *X* (antigo *Twitter*) e o *Pinterest* (We Are Social, 2023).

Tais *sites* de redes sociais, principalmente os mais recentes, têm se tornado cada vez mais presentes na vida dos indivíduos, transformando-se na principal forma de comunicação virtual dos usuários de tais plataformas (Alzougool; Wishah, 2019). Quanto a isso, o relatório *Digital 2023 - Global Overview Report: The essential guide to the world's connected behaviours* (2023) mostra que há 4,76 bilhões de usuários de *sites* de redes sociais em todo o mundo, o que equivale a quase 60% da população global total. Quando se compara com a quantidade de pessoas que utilizam a internet, 94,6% fazem o uso de pelo menos uma das redes sociais, sendo que os mais utilizados são o *Facebook*, com 2,96 bilhões de pessoas ativas, o *Youtube*, com 2,51 bilhões de usuários, e o *WhatsApp* e o *Instagram*, com 2 bilhões de usuários cada um.

A quantidade de pessoas que usam a mídia social vai além do desejo do indivíduo, pois perpassa também pela forma como as redes sociais são vistas no grupo em que vivem (Cheng *et al.*, 2021), e varia de acordo com a faixa etária e o gênero estudados para o mapeamento de tais compreensões (Stockdale; Coyne, 2020). Além disso, os principais motivos de utilização das redes sociais: são manter os laços afetivos (Moromizato *et al.*, 2017), permitir a conexão com outras pessoas, servir como fonte de diversão (Cha; Seo, 2018), fonte de informações e aliviar o tédio (Stockdale; Coyne, 2020).

Como consequência disso, há a necessidade de o usuário manter-se atento às notificações das redes sociais, o que reforça a sensação de segurança social com os amigos e os parceiros, a chamada “busca de reafirmação” relacionada ao medo da perda de vínculos sociais. Assim, a vontade de estar conectado continuamente para a manutenção de vínculos socioafetivos impulsiona o uso excessivo das redes sociais (Elhai *et al.*, 2017). Estima-se que, em Portugal, o tempo médio, gasto pelos indivíduos, em *sites* de redes sociais seja de duas horas e meia

diárias (Côrte-Real *et al.*, 2022), enquanto, no Brasil, calcula-se que os internautas dedicam, em média, 3 horas e 37 minutos por dia de acesso as redes (We Are Social, 2024).

Com a popularidade crescente das redes sociais, calcula-se que também irá ocorrer o aumento e o aparecimento de problemas vindos do uso excessivo e da dependência das redes, em quantidade e gravidade alarmantes, o que tem suscitado estudos com a finalidade de conhecer os impactos e as consequências advindas do uso demasiado dessas tecnologias (Svicher, Fioravani, Casale; 2021; Doan *et al.*, 2022).

1.2 A adicção em redes sociais

As redes sociais têm se tornado parte integrante da vida cotidiana das pessoas, desempenhando diferentes papéis de função. No entanto, o uso desequilibrado delas pode se converter em um comportamento disfuncional e viciante, podendo acarretar diversos problemas de saúde física e mental (Silva; Santos; Saloti; Medeiros, 2023). Desse modo, no cenário em que a *internet* oferece oportunidade de acesso à ampla gama de informação e entretenimento, é necessário atentar para as ideias ali disseminadas, uma vez que podem ser prejudiciais para os indivíduos (Sedgwick *et al.*, 2019).

As primeiras observações clínicas da existência da dependência em *internet* foram constatadas, na década de 90, por Kimberly Young, que fundou a primeira clínica para internação e tratamento da adicção em *internet* (Young, 1998). Desde então, identificou-se uma nova modalidade de vício: o uso patológico de *internet*, ou transtorno de adicção à *internet* (Vaz, 2021), o qual pode ser entendido como o uso problemático e compulsivo da rede que resulta em prejuízo significativo das funções de vida diária (Mesh, 2023).

O transtorno de adicção em *internet* caracteriza-se por um padrão desadaptativo, em que ocorre o uso exagerado dessa ferramenta, a qual impede que a pessoa desenvolva outras atividades, podendo se desdobrar em danos físicos ou sofrimento emocional (Elhai *et al.*, 2017; Moromizato *et al.*, 2017). O transtorno de adicção em *internet* é um termo amplo que abrange

vários estados de adicção, como por exemplo, a adicção em *smartphone*, adicção em jogos *online* e a adicção em redes sociais (Mesh, 2023). Essa última é conhecida também como vício em mídias sociais, uma subcategoria do vício em *internet*, a qual trata especificamente dos *sites* de redes sociais (Longstreet; Brooks, 2017).

Nesse contexto, para conceituar o uso problemático das redes sociais, existentes na *internet*, a literatura apresenta variação na forma de abordagem (Rouleau; Beauregard; Beaudry, 2020), sendo a mais aceita aquelas definições que envolvem o chamado “modelo de dependência comportamental” (Bányai *et al.*, 2017). Esse modelo apresenta sinais e sintomas percebidos pelos indivíduos semelhantes àqueles experimentados por pessoas viciadas em drogas e em jogos de azar (Griffiths, 2005), uma vez que, no comportamento aditivo, o indivíduo apresenta alteração no processo de tomada de decisão com prejuízo de reconhecimento sobre malefícios a curto e a longo prazo, o que colabora para a manutenção da adicção (Vaz, 2021). Assim, a adicção em redes sociais pode ser caracterizada pela fixação e impulso para o uso de redes sociais de modo que o indivíduo não consegue se controlar, o que se torna prejudicial à saúde (Tullet-Prado *et al.*, 2023).

Diante disso, os efeitos nocivos relacionados à adicção em *internet* são vários, e estão relacionados às alterações na qualidade do sono, na alimentação, na atividade física, na produtividade acadêmica ou profissional, e aos prejuízos nos relacionamentos interpessoais (Moromizato *et al.*, 2017). Pode-se, ainda, incluir nessa lista dificuldade em controlar o tempo gasto *online*, pensamentos compulsivos sobre estar *online*, dificuldade em resistir ao impulso de usar as redes sociais e a preferência por comunicação *online* em vez de face a face. Também pode envolver a necessidade de autoapresentação em plataformas de compartilhamento de fotos e vídeos, como o *Instagram* (Svicher; Fioravanti; Casale, 2021) e a diminuição do bem-estar (Maartje Boer *et al.*, 2020). Acrescenta-se a esses prejuízos vinculados à adicção em redes sociais e uso das telas e tecnologias, as lesões posturais, como por exemplo, as dores cervicais, as dificuldades na realização de atividades diárias (Benini *et al.*, 2022) e as lombalgias (Bento *et al.*, 2020).

Para além dos prejuízos físicos, é importante ter consciência dos possíveis impactos emocionais desencadeados pelo uso aditivo das redes sociais. Embora possa proporcionar uma sensação de aceitação e elevação da autoestima, esse uso pode contribuir para comparações prejudiciais e

estabelecimento de padrões irreais de imagem corporal, que podem contribuir para o desenvolvimento de transtornos alimentares, tais como anorexia e bulimia nervosas, e transtorno de compulsão alimentar periódica (Yael Latzer; Zoahar Spivak-Lavi; Ruth Katz, 2015). Assim, é necessário equilibrar o uso e cuidar da saúde mental ao utilizar essas plataformas digitais (Jeri-Yabar *et al.*, 2019).

Isso porque, em tais mídias digitais, é predominante a existência de formas de censura da imagem corporal, abarcando vários níveis de insatisfação corporal entre os usuários que são influenciados por idealizações de estilo de vida e beleza muitas vezes irreais. A mídia apresenta o corpo magro como sendo o ideal, o que gera conflitos mentais, físicos e faz com que corpos, que antes eram considerados normais, passem a ser vistos como corpos obesos, e corpos que eram sinônimos de desnutrição e doença sejam desejados e vistos como belos; invertendo valores dados aos sinais de boa saúde e beleza. Esse efeito aparece em conformidade com os tipos de imagens, mensagens e atividades que estão sendo compartilhados no cyberspaço, apontando para a complexidade do problema (Silva *et al.*, 2020).

É importante para a compreensão do tema que a construção da autoimagem de um determinado sujeito perpassa pela identificação com e entre os grupos de iguais. De tal modo, entrar nas redes sociais, o indivíduo sofre a pressão de cumprir as normas da comunidade e usa as redes sociais para obter apoio social, buscar a aprovação dos colegas e formar consenso, o que pode aumentar a vulnerabilidade dos indivíduos ao vício em redes sociais (Cheng *et al.*, 2021). Esses grupos buscam se identificar com outros semelhantes e utilizam sua imagem (*selfie*) nas redes sociais para se adequarem e se encaixarem aos círculos e associações com os quais se identificam. Desse modo, é expondo-se nos meios digitais que o indivíduo se coloca na visão do outro, ajustando a sua imagem de maneira a conseguir a aprovação ou a desaprovação das outras pessoas da comunidade, com o objetivo de enquadrar-se em um grupo que o represente (Cordeiro *et al.*, 2022).

Além disso, nota-se também a influência das telas digitais no ciclo circadiano do indivíduo, pois o uso das redes sociais no período noturno, ao colocar o usuário em constante exposição à luz das telas dos aparelhos usados para a navegação em tais redes, provoca efeitos adversos na qualidade e duração do sono (Alimoradi *et al.*, 2019; Arantes Junior *et al.*, 2021). De tal forma, as boas práticas de higiene do sono, como não usar telas e não acessar a *internet* ou usar o

smartphone antes de dormir, ficam comprometidas, e, nesse caso, têm efeitos deletérios no repouso (Alimoradi *et al.*, 2019), prejudicando o ânimo para executar as tarefas diárias (Arantes Junior *et al.*, 2021).

Em sequência, estudos recentes apontam que o uso excessivo e problemático das redes sociais, assim como o comportamento viciante associado a elas, está significativamente ligado a sintomas depressivos (Sserunkuuma *et al.*, 2023; Piteo; Ward, 2020). Explicação para isso é que, o acesso constante às redes sociais, facilitado pelo uso dos dispositivos *smartphones*, tem sido associado a prejuízos como transtornos psiquiátricos, queda no rendimento acadêmico e impactos negativos na qualidade de vida (Vaz, 2021). Logo, é importante estar atento a esses aspectos e promover um uso saudável e equilibrado da presente tecnologia.

Quando se pensa na relação existente entre as redes sociais e a depressão é importante lembrar que pode ocorrer a situação em que os indivíduos que apresentam sintomas depressivos procuram receber atenção por meio das redes sociais, utilizando, para isso, as ferramentas de publicação seja no *Facebook*, *Instagram* ou *X (Twitter)*, assim como esses indivíduos podem também estar em busca de aceitação em um grupo ou *site* em que o público poste fotos frequentemente (Jeri-Yabar *et al.*, 2019).

Nesse cenário, outro estudo mostra associação entre o vício em redes sociais, o estresse percebido pelos indivíduos adictos e o “medo de perder” algo, entendido como “apreensão generalizada de que os outros possam estar tendo experiências gratificantes quando se está ausente” (Doan *et al.*, 2022). Essa associação leva os indivíduos adictos à necessidade incontrolável de ficar *online* para monitorarem as redes sociais devido ao medo de perderem mensagens e novas histórias publicadas nas redes pelas pessoas seguidas (Chen *et al.*, 2022).

É imprescindível apontar que o uso das mídias interativas digitais por um período igual ou superior a duas horas tem sido o preditivo para que o indivíduo apresente sintomas de adicção em redes sociais (Alzougool, Wishah, 2019). O problema amplia-se quando se evidencia o acesso às redes sociais, em sua maioria das vezes, por meio de *smartphones*, facilitando cada vez mais aos jovens o acesso às navegações por essas redes. Através disso, inclui-se na discussão a dependência em *smartphone*, pode estar associada com a idade, a quantidade de

horas de sono dormida, o tempo de uso no final de semana, a queixa de dor cervical e a suspeita de transtorno mental (Nunes *et al.*, 2021).

O uso problemático da *internet* parece estar mais presente no meio masculino, pois os homens demoram um pouco mais do que as mulheres para se perceberem em risco (Chen; Yang; Nie, 2021). Quanto à faixa etária, os adolescentes são os de maior risco para sofrerem de dependência das redes sociais (Jeri-Yabar *et al.*, 2019; Cheng *et al.*, 2021). Isso ocorre devido à facilidade com que os adolescentes se adaptam às novas tecnologias e ao fato de estarem frequentemente em busca de novas experiências e sensações (Jeri-Yabar *et al.*, 2019), o que torna, as crianças, os adolescentes e os jovens adultos os mais suscetíveis à adicção em redes sociais, pois ainda estão em fase de desenvolvimento da maturidade (Alimoradi *et al.*, 2019). Nesse cenário, é importante ressaltar a necessidade de políticas públicas para prevenir ou tratar o vício tecnológico e em redes sociais desses grupos (Cheng *et al.*, 2021).

Por fim, a literatura apresenta ainda que as mídias sociais, apesar de facilitarem a comunicação, exercem influência direta na maneira como as pessoas se relacionam pessoalmente (Fermann *et al.*, 2021), visto que vários usuários de mídia social não sentem a necessidade de conhecer outras pessoas fora do mundo virtual. Esse problema de socialização impacta os relacionamentos socioafetivos mantidos por eles, pois implicam negativamente na saúde sexual das mulheres (Pawlikowska *et al.*, 2022) e no funcionamento sexual dos homens (Pawlikowska *et al.*, 2023). Isso porque, estudo de metanálise aponta que, com o surgimento das redes sociais de namoro, surgiram também os riscos associados ao uso desses aplicativos, dentre os quais aparecem a preocupação com a imagem corporal, comportamentos agressivos e a adoção de condutas sexuais de risco (Castro; Barrada, 2020).

Diante disso, nota-se a necessidade de equilibrar o uso e cuidar da saúde mental ao utilizar essas plataformas digitais (Jeri-Yabar *et al.*, 2019), compreendendo que as redes sociais podem mostrar apenas uma versão idealizada da realidade (Jeri-Yabar *et al.*, 2019).

1.3 Estudantes universitários no contexto da adicção em redes sociais

No âmbito universitário, a *internet* e as redes sociais têm um papel significativo, já que oferecem oportunidade de comunicação, recursos educacionais, comunidades de estudo publicação de textos, opiniões e oportunidades de *networking* (Fermann *et al.*, 2021). No entanto, é importante que os estudantes usem essas ferramentas de forma equilibrada, evitando distrações e garantindo que o tempo *online* seja produtivo à formação educacional.

No âmbito universitário, o uso excessivo da *internet* e das redes sociais favorece o surgimento da ansiedade (Stockdale; Coyne, 2020), exaustão, fadiga mental e física, esgotamento acadêmico, incongruência no grupo de convivência, queda no desempenho acadêmico e interferência nas interações sociais (Zhou *et al.*, 2022). Além disso, o uso excessivo das redes sociais pode afetar a autoestima, a percepção da vida (Jeri-Yabar *et al.*, 2019) e predispõe a ocorrência de sintomas depressivos em estudantes universitários (Chen *et al.*, 2022). Estima-se que aqueles alunos que não têm bons relacionamentos na escola têm maior probabilidade de se envolver em relacionamentos *online*, favorecendo o desenvolvimento do uso problemático da *internet* (Chen; Yang; Nie, 2021).

Durante a pandemia da Covid-19, as instituições de ensino precisaram se adaptar à suspensão das atividades acadêmicas presenciais devido à necessidade de reduzir a circulação do novo coronavírus. Isso resultou em mudanças significativas no processo educacional, com a ampla utilização do ensino remoto emergencial. Tal adaptação impulsionou entre os alunos o uso crescente de tecnologias *online*, incluindo plataformas de educação a distância, palestras virtuais, videoconferências, *webcasting*, bibliotecas virtuais e salas de bate-papo *online*, além da comunicação por meio das mídias sociais (Silva *et al.*, 2022). Esse cenário gerou a aceleração nos processos de transformação da educação aliado ao incentivo cada vez maior do uso, por estudantes universitários, de *sites* e redes sociais, expondo, mais ainda, a necessidade de estudar as consequências do uso excessivo das redes sociais entre graduandos do ensino superior.

1.4 Prevalência de adicção em redes sociais e fatores associados

A adicção em redes sociais é uma temática alarmante a nível mundial, já considerada como um problema de saúde pública. Diante disso, um estudo de metanálise, no já considerada qual foram incluídas pesquisas referentes à população geral nas regiões da América do Norte, Europa Ocidental, Europa Oriental, Ásia, Oriente Médio, África e América Latina, observou que há uma prevalência de 31% de pessoas adictas em redes sociais (Cheng *et al.*, 2021). A título de exemplificação dessas taxas, o Líbano mostrou uma prevalência de 40% de pessoas com o uso patológico de mídias sociais (Awad *et al.*, 2022), enquanto, na Europa, estima-se que 7,38% dos adolescentes apresentam algum grau de uso problemático das redes sociais (Maartje Boer *et al.*, 2020). Contudo, vale ressaltar que tais estimativas de prevalência podem sofrer variações de acordo com as amostras estudadas, os fatores culturais da amostra e a classificação utilizada (Cheng *et al.*, 2021).

Nesse cenário, tendo em vista a vulnerabilidade a qual estão submetidos os estudantes universitários quanto ao contexto da adicção em redes sociais, a temática tem começado a ser estudada entre esse público, em todo o mundo. O quadro 1 apresenta um resumo das prevalências e fatores associados à problemática que permeiam o público universitário, identificados na literatura, entre os anos de 2019 a 2023. Os artigos foram selecionados nas bases de dados da *PubMED*, *SciELO* e *LILACS*, utilizando os descritores “*students*” “*internet addiction*” e o operador booleano “*and*” em diferentes combinações, nos idiomas inglês e espanhol.

Quadro 1. Prevalência e fatores associados à adicção em redes sociais entre estudantes do ensino superior identificados na literatura internacional e nacional, no período entre os anos de 2019 a 2023.

| Autores, Ano e Revista | Título | Cenário de estudo | População | Objetivo | Instrumento de avaliação | Prevalência de adicção em redes sociais | Fatores associados |
|--|--|---|---|---|---|--|---|
| Jeri-Yabar, A., Sanchez-Carbonel, A., Tito, K., Ramirez-Del Castillo, J., Torres-Alcantara, A., Denegri, D., & Carreazo, Y. 2019. The International Journal of Social Psychiatr. | Association between social media use (<i>Twitter</i> , <i>Instagram</i> , <i>Facebook</i>) and depressive symptoms: Are <i>Twitter</i> users at higher risk? | Peru | 212 estudantes dos cursos de Psicologia, Arquitetura e Engenharia Civil | Determinar a associação entre dependência de redes sociais e sintomas depressivos e caracterizar o nível de dependência. | Social Media Addiction Test | 38,70% | -Sintomas depressivos. - Preferir o uso do <i>Twitter</i> ao <i>Instagram</i> está associado a sintomas depressivos quando comparado ao uso do <i>Facebook</i> . |
| Tang CSK, Wu AMS, Yan ECW, Ko JHC, Kwon JH, Yogo M, Gan YQ, Koh YYW. 2018. Public Health. | Relative risks of Internet-related addictions and mood disturbances among college students: a 7-country/region comparison. | Singapura, Hong Kong/Macau, China, Coreia do Sul, Taiwan e Japão. | 8067 estudantes universitários | Determinar os riscos relativos à dependência em Internet, jogos <i>online</i> e redes sociais <i>online</i> de estudantes universitários, em seis países/regiões asiáticas em comparação com estudantes nos | Bergen <i>Facebook</i> Addiction Scale. | 33,1% | - Sexo - Depressão e ansiedade. |

| | | | | | | | |
|---|---|------------------------|--|--|---|--------|--|
| | | | | Estados Unidos. | | | |
| Žmavc M, Šorgo A, Gabrovec B, Crnkovič N, Cesar K, Selak Š. 2022. Int J Environ Res Public Health. | The Protective Role of Resilience in the Development of Social Media Addiction in Tertiary Students and Psychometric Properties of the Slovenian Bergen Social Media Addiction Scale (BSMAS). | Eslovênia | 4.868 estudantes universitários | Avaliar as propriedades psicométricas da versão eslovena do BSMAS, e investigar se a resiliência funciona como um importante preditor de sintomas de dependência de redes sociais. | Escala de Dependência de Mídia Social de Bergen (BSMAS) | 4,5% | <ul style="list-style-type: none"> - A resiliência apresenta papel protetor indireto no desenvolvimento do vício em mídias sociais. - Há efeito positivo direto e significativo da depressão e do estresse no vício em mídias sociais. |
| Sserunkuuma, J., Kaggwa, M. M., Muwanguzi, M., Najjuka, S. M., Murungi, N., Kajjimu, J., Mulungi, J., Kihumuro, R. B., Mamun, M. A., Griffiths, M. D., & Ashaba, S. 2023. <i>PloS one</i> . | Problematic use of the internet, smartphones, and social media among medical students and relationship with depression: An exploratory study. | Uganda - Sul da África | 269 estudantes de medicina de uma universidade pública de Uganda | Explorar a associação entre o uso problemático da internet, mídias sociais e smartphones com sintomas de depressão entre estudantes de medicina de Uganda. | Escala de Dependência de Mídia Social de Bergen (BSMAS) | 74,34% | <ul style="list-style-type: none"> - Sintomas de depressão. - Problemas de relacionamento amoroso. - Problemas de desempenho acadêmico. |

Fonte: Autoria própria (2023)

É perceptível, então, que a literatura já descreve vários fatores que são entendidos como risco para a adicção em internet, no entanto, são escassos os estudos que buscam avaliar os fatores e as repercussões do uso excessivo das redes sociais. Essa lacuna destaca a necessidade de mais informações sobre o assunto, especialmente em um mundo cada vez mais conectado (Ahmer; Tanzil, 2018), justificando a necessidade da realização da presente pesquisa e sua relevância

Diante disso, há que se considerar que a cidade onde ocorreu a organização do presente estudo destaca-se por ser um polo educacional (França *et al.*, 2011) e também por conter o segundo maior entroncamento rodoviário do Brasil. Além disso, as demais cidades participantes da pesquisa – Almenara, Araçuaí, Arinos, Diamantina, Januária, Pirapora, Porteirinha, Salinas e Teófilo Otoni – são regiões de maior vulnerabilidade socioeconômica, o que, em soma, abarca estudantes de várias regiões do país, apontando para a importância de compreender o fenômeno das redes sociais na área e entre a população investigada.

Assim, esse trabalho justifica-se pela necessidade de conhecer a prevalência da adicção em redes sociais entre estudantes universitários no norte de Minas Gerais e dos possíveis fatores associados a esse problema. É imprescindível pontuar que esse conhecimento poderá embasar as ações de bem-estar dos discentes, a serem desenvolvidas pela gestão da comunidade acadêmica.

2 OBJETIVOS

2.1 Objetivo Geral

Estimar a prevalência de adicção em redes sociais entre estudantes universitários e analisar os fatores associados a isso.

2.2 Objetivos Específicos

- Conhecer o perfil dos estudantes universitários quanto aos aspectos sociodemográficos, escolares e comportamentais;
- Verificar quais as redes sociais mais utilizadas pelos estudantes universitários;
- Estimar a prevalência de adicção em redes sociais entre estudantes universitários;
- Analisar as possíveis associações dos aspectos demográficos, socioeconômicos, comportamentais, escolares e emocionais com a adicção em redes sociais entre estudantes universitários;
- Investigar a relação do uso de diferentes redes sociais entre os estudantes universitários com e sem adicção.

3 METODOLOGIA

3.1 Apresentação do estudo

O presente estudo é um recorte de uma pesquisa maior, intitulada “IFNMG *online*: estudantes e adicção em *internet*”. A pesquisa teve como objetivo investigar a adicção em *internet* entre estudantes dos cursos técnicos integrados e superiores do Instituto Federal do Norte de Minas Gerais (IFNMG). Espera-se que o conhecimento produzido por este estudo possa embasar políticas públicas e ações voltadas ao bem-estar do discente.

3.2 Delineamento do estudo

Trata-se de um estudo epidemiológico, transversal e analítico, do tipo *websurvey*, realizado com estudantes dos cursos técnicos integrados ao ensino médio e nível superior do Instituto Federal do Norte de Minas Gerais - IFNMG.

3.3 Caracterização do local do estudo

A pesquisa foi desenvolvida no município de Montes Claros – MG e em outras áreas que abrigam o polo educacional da região com estudantes de cursos superiores do Instituto Federal do Norte de Minas Gerais. Esses municípios estão localizados ao norte do estado de Minas Gerais e no Vale do Jequitinhonha, quais sejam: Almenara, Araçuaí, Arinos, Diamantina, Januária, Pirapora, Porteirinha, Salinas e Teófilo Otoni. Estas são regiões distintas de grandes centros urbanos, caracterizados por alta vulnerabilidade social.

O IFNMG foi estabelecido em 29 de dezembro de 2008, pela Lei nº 11.892, resultando na fusão do Centro Federal de Educação Tecnológica (CEFET) de Januária e da Escola Agrotécnica Federal de Salinas (EAF), ambas com mais de 60 anos de experiência na oferta de educação profissional. Nele, oferece-se cursos técnicos, superiores, pós-graduação e programas de extensão, os quais tem como compromisso desenvolver pesquisa aplicada, produzir cultura e estimular o empreendedorismo e o desenvolvimento científico e tecnológico dos residentes da região. É necessário ainda apontar que os Institutos Federais têm a missão de formar cidadãos qualificados para atuar nos diversos setores da economia, com ênfase no desenvolvimento socioeconômico local, regional e nacional (IFNMG, 2009).

3.4 População e plano amostral

A quantidade total de alunos matriculados no IFNMG, no período da coleta de dados, era de 8021 estudantes em cursos técnicos integrados ao ensino médio e nível superior, distribuídos em 11 campi do IFNMG, no ano de 2020.

Para o cálculo do tamanho amostral, foram considerados os seguintes parâmetros: prevalência estimada de 60% (Brito *et al*, 2023), nível de confiança de 95% e margem de erro de 2%. Foi realizada correção para população finita ($N=8.021$ alunos) e acréscimo de 10% para compensar possíveis perdas. Os cálculos evidenciaram um tamanho amostral de no mínimo 1.970 estudantes, estratificados proporcionalmente por nível de ensino (ensino técnico integrado ao ensino médio= 1.300 e ensino superior = 670).

Para o presente estudo, utilizou-se somente a amostra de estudante dos cursos de nível superior.

3.5 Coleta de Dados

Inicialmente, os pesquisadores responsáveis por este estudo reuniram-se com a gestão superior da instituição de ensino para a apresentação e a explicação sobre a pesquisa. Após a anuência para realização da pesquisa naquela instituição, foi realizado contato com os coordenadores dos 11 campi, os quais indicaram um professor responsável pela coleta dos dados em cada campus. Nessa ocasião, foram apresentados os objetivos e os procedimentos para o desenvolvimento da pesquisa.

Devido à pandemia da COVID-19, a coleta dos dados foi realizada por meio de um questionário digital *online* (*Google forms*) entre março e dezembro de 2021. Em cada campi, o professor responsável pela coleta de dados enviou o link do questionário para o aplicativo *Google Sala de Aula* das turmas. Esse formulário ficou disponível até atingir o tamanho amostral definido para cada nível de ensino.

Considerou-se como critério de inclusão do participante na pesquisa, estar matriculado nos anos em que a pesquisa foi realizada, e, como critério de exclusão, aqueles estudantes que não responderam ao questionário no período da coleta.

3.6 Variáveis e instrumentos do estudo

Para coleta de dados, utilizou-se um questionário sociodemográfico e comportamental (APÊNDICE A) que contemplava a variável dependente “Adicção em redes sociais” e as variáveis de gênero (dicotomizadas em Feminino ou Masculino), faixa etária (dicotomizada com base na média: Abaixo de 23 anos ou Maior ou igual a média de 23 anos), local que reside (dicotomizado em Zona rural e Zona urbana), atividade remunerada (dicotomizada em Não e Sim), período em curso no momento da participação (dicotomizado em dois grupos: 1º ao 5º período e do 6º ao 10º período), área de conhecimento do curso (categorizadas em Sociais e Humanas, Exatas e Tecnológicas, Biológicas e da Saúde), consumo abusivo de álcool

(dicotomizado em Raramente/Quase nunca/Nunca e em Ocasionalmente/Frequentemente), prática de atividade física (dicotomizada em Menos de três vezes por semana ou Três vezes ou mais por semana), interação afetiva e interação dialogada (dicotomizadas em: Frequentemente/Sempre e Raramente/Quase nunca/Nunca) e síndrome de *Burnout* (dicotomizada em Com *Burnout* e Sem *Burnout*).

O instrumento utilizado para informações relativas à Adicção em Redes Sociais foi a Escala de Adicção a Redes Sociais - EARS. Este instrumento foi validado para estudantes portugueses, utilizado para medir o nível de dependência e do vício em redes sociais. A Escala de Adicção às Redes Sociais (Al-Menayes, 2015) é uma adaptação da escala de adicção à *internet* de Young, formada por 14 itens, em que cada item é avaliado de acordo com uma escala de concordância (tipo *Likert*) com a seguinte pontuação: 1. Discordo totalmente, 2. Discordo, 3. Às vezes concordo, 4. Concorde e 5. Concorde totalmente.

A EARS avalia os sintomas de adicção às redes sociais por meio de três fatores: consequências sociais, deslocamento de tempo e sentimento compulsivo. O primeiro fator, *Social Consequences*, consiste na deterioração do desempenho escolar, na privação do contato social e pensamentos sobre as redes sociais enquanto não as utiliza. O segundo fator, *Time Displacement*, diz respeito ao uso excessivo das redes sociais, adiamento de tarefas escolares, irritabilidade e falta de sono devido ao uso delas, e, o terceiro fator, *Compulsive Feeling*, diz respeito às necessidades da utilização das redes sociais e os sentimentos que delas advém (Al-Menayes, 2015). A identificação da adicção em redes sociais ocorreu por meio da média dos escores da EARS como ponto de corte, uma vez que não foi identificado na literatura um ponto de corte para essa escala.

Para investigar as variáveis relacionadas aos aspectos comportamentais e emocionais, utilizou-se algumas questões do instrumento validado “Estilo de Vida Fantástico”, o qual considera o comportamento dos indivíduos nos últimos 30 dias (Anez; Reis; Petroski, 2008). As variáveis selecionadas foram o consumo de álcool, a prática de atividade física, a interação afetiva e a interação dialogada. A investigação sobre o consumo de bebidas alcoólicas fez referência à ingestão média de doses, sendo avaliado o consumo de mais de quatro doses - agrupadas em:

diariamente/ frequentemente e nunca/ raramente. A prática de atividade física foi investigada pela frequência semanal de realização de atividades moderadas durante pelo menos 30 minutos por dia, as respostas a este item foram categorizadas em: três ou mais vezes por semana e menos de 3 vezes por semana.

A interação afetiva foi averiguada a partir da frequência em que o entrevistado relatava doar e receber afeto de familiares e amigos, de modo que as respostas foram agrupadas em: quase nunca/raramente/algumas vezes e preservadas com relativa frequência/quase sempre. A interação dialogada se referiu à frequência em que o entrevistado conversava assuntos importantes para ele com familiares e amigos, contando com respostas categorizadas em quase nunca/raramente/algumas vezes e em com relativa frequência/quase sempre.

A variável da Síndrome de *Burnout* foi avaliada por meio do instrumento *Maslach Burnout Inventory/Student Survey* - MBI-SS. Esse instrumento consiste em 15 perguntas que se subdividem em três subescalas: Exaustão Emocional (5 itens); Descrença (4 itens) e Eficácia Profissional (6 itens). Todos os itens são avaliados pela frequência, variando de 0 a 6, sendo 0 (nunca), 1 (uma vez ao ano ou menos), 2 (uma vez ao mês ou menos), 3 (algumas vezes ao mês), 4 (uma vez por semana), 5 (algumas vezes por semana) e 6 (todos os dias) (Carlotto; Camara, 2006). O critério utilizado para a definição diagnóstica da presença de Síndrome de *Burnout* foi apresentar, simultaneamente, escores acima de 14 para exaustão emocional, acima de 6 para descrença e abaixo de 23 para redução da eficácia profissional (Campos *et al.*, 2020). Assim, para a análise da variável síndrome de *Burnout*, as respostas foram dicotomizadas em “Com *Burnout*” e “Sem *Burnout*”.

3.7 Análise dos dados

As análises foram realizadas utilizando o *software* SPSS versão 23.0. As análises descritivas foram realizadas por meio de suas distribuições de frequências. Já para avaliar a associação das variáveis sexo, faixa etária, local em que reside, exercício de atividade remunerada, período em que estuda, área de conhecimento do curso, consumo abusivo de álcool, prática de atividade física, interação afetiva, interação dialogada e síndrome de *burnout* com a EARS foi adotado o Teste Qui-quadrado. As variáveis que apresentaram associação com a EARS ao nível de $p \leq 0,25$ foram selecionadas para a análise múltipla.

Na análise múltipla, foi adotado o modelo de regressão de *Poisson*, com variância robusta e foram estimadas as Razões de Prevalência (RP) ajustadas, com IC de 95%. Permaneceram no modelo final as variáveis que apresentaram associação significativa ao nível de $p \leq 0,05$ com a EARS. Foi adotado teste de *Deviance* para avaliar a qualidade de ajuste do modelo múltiplo final. Em seguida, para identificar qual das redes sociais mais se associa ao escore de EARS, realizou-se a análise por meio do teste exato de *fischer* e teste Qui-quadrado.

3.8 Aspectos éticos

O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário das Faculdades Unidas Pitágoras de Montes Claros (UNIFIPMoc) com Parecer Consubstanciado nº. 4.076.460/2020 (Anexo A).

A anuência para a realização da pesquisa na instituição de ensino foi firmada pelo Termo de Concordância Institucional (Apêndice B). Os participantes com idade maior ou igual a 18 anos deram seu consentimento para participarem da pesquisa por meio do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido - TCLE (Apêndice C) digital, em que assinalaram “sim” à questão relativa à concordância em participar da pesquisa. Em relação aos participantes com idade inferior a 18

anos, eles receberam o TCLE e o Termo de Assentimento Livre e Esclarecido – TALE (Apêndice D), também digitais, e responderam “sim” à questão relativa ao assentimento, enquanto seus pais ou responsáveis assinalaram “sim” à questão relativa à concordância em participar da pesquisa.

4 PRODUTOS CIENTÍFICOS

4.1 Artigo

1. Prevalência de adicção em redes sociais entre estudantes universitários e fatores associados. Artigo formatado de acordo com as normas da Revista Estudos de Psicologia (Campinas). ISSN 0103-166X. Qualis A1 - Interdisciplinar.

4.2 Resumos simples e expandidos

Resumo 1 - Desconfortos corporais associados ao uso do *Smartphone*. IIº Congresso de Nutrição e Saúde, evento *online*. 2022.

Resumo 2 - Influência da Adicção ao *Smartphone* no contexto da interação familiar. IIº Congresso de Nutrição e Saúde, evento *online*. 2022.

Resumo 3 - Distúrbios do sono associados ao uso de *smartphone*. In: 16º Fórum de Ensino Pesquisa, Extensão e Gestão (FEPEG). Universidade Estadual de Montes Claros (Unimontes), 2022.

Resumo 4 - *Smartphone versus* amigos no contexto de adição à internet. In: 16º Fórum de Ensino Pesquisa, Extensão e Gestão (FEPEG). Universidade Estadual de Montes Claros (Unimontes), 2022.

Resumo 5 - *Smartphone*: as desvantagens do uso excessivo durante a noite. In: 16º Fórum de Ensino Pesquisa, Extensão e Gestão (FEPEG). Universidade Estadual de Montes Claros (Unimontes), 2022.

| |
|---|
| Resumo 6 - Influência do uso de <i>smartphone</i> nas atividades de lazer. In: 16º Fórum de Ensino Pesquisa, Extensão e Gestão (FEPEG). Universidade Estadual de Montes Claros (Unimontes), 2022. |
| Resumo 7 - Adicção a <i>smartphone</i> e interferência nas refeições. In: 16º Fórum de Ensino Pesquisa, Extensão e Gestão (FEPEG). Universidade Estadual de Montes Claros (Unimontes), 2022. |
| Resumo 8 - Uso do cinto de segurança e adicção em internet. In: 1º Congresso de Vigilância Epidemiológica de Montes Claros. 2022. |
| Resumo 9 - Adicção em Internet, bebida alcoólica e direção automotiva. In: 1º Congresso de Vigilância Epidemiológica de Montes Claros. 2022. |
| Resumo 10 - Adicção em redes sociais e aborrecimento dos estudantes. In: <i>Conferência Binneal Latin America & Caribbean 2023 - Inovação, Pesquisa, Economia, Conservação e Cuidado: Contribuições para a Excelência, evento online. 2023.</i> |
| Resumo 11 - Distúrbios do sono associado ao uso de redes sociais. In: <i>Conferência Binneal Latin America & Caribbean 2023 - Inovação, Pesquisa, Economia, Conservação e Cuidado: Contribuições para a Excelência, evento online. 2023.</i> |
| Resumo 12 - Dependência em redes sociais entre estudantes do ensino técnico do Instituto Federal do Norte de Minas Gerais - In: I Congresso Internacional de Educação e Inovação. 2023. |
| Resumo 13 - Redes sociais: abdicação nos estudos - In: I Congresso Internacional de Educação e Inovação. 2023. |
| Resumo 14 - Uso excessivo das redes sociais: só mais um minuto - In: I Congresso Internacional de Educação e Inovação. 2023. |
| Resumo 15 - Influência das redes sociais na forma de perceber a vida. In: I Congresso Internacional de Educação e Inovação. 2023. |
| Resumo 16 - Cada toque, um sinal: explorando a tolerância crescente no uso de <i>smartphones</i> entre estudantes. In: I Congresso Internacional de Educação e Inovação. 2023. |
| Resumo 17 - Adicção em redes sociais: uma pesquisa ação. In: I Congresso Internacional de Educação e Inovação. 2023. |

5 PRODUTOS TÉCNICOS

5.1 Minicursos

| |
|---|
| Minicurso 1: Adicção em redes sociais e transtornos mentais. Programa Biotemas nas Escolas. Município de Montes Claros, 1º Semestre/2023. |
| Minicurso 2: Redes sociais – adicção em foco. Programa Biotemas nas Escolas. Município de Montes Claros, 1º Semestre/2023. |
| Minicurso 3: Vamos falar sobre o vício em <i>smartphone</i> e redes sociais? Programa Biotemas nas Escolas. Município de Montes Claros, 2º Semestre/2023. |
| Minicurso 4: Adicção em <i>smartphones</i> e redes sociais: tudo o que você precisa saber. Programa Biotemas nas Escolas. Município de Montes Claros, 2º Semestre/2023. |

5.2 Oficinas

| |
|--|
| Oficina 1: Adicção em redes sociais e a vida escolar. Programa Biotemas nas Escolas. Município de Montes Claros. Universidade Estadual de Montes Claros (Unimontes), 1º Semestre/2023. |
| Oficina 2: Adicção em redes sociais e estilo de vida. Programa Biotemas nas Escolas. Município de Montes Claros, Universidade Estadual de Montes Claros (Unimontes), 1º Semestre/2023. |

5.3 Educação em saúde

Educação em Saúde 1: Adicção em redes sociais. Educação em saúde com Alunos do curso técnico de Enfermagem. Atenção Primária à Saúde. Município de Montes Claros. 2022.

Educação em Saúde 2: Adicção em redes sociais e *smartphones*: a importância do olhar investigativo do Agente Comunitário de Saúde. Atenção Primária à Saúde. Município de Montes Claros. 2022.

5.4 Pitch

Pitch: Adicção em redes sociais e *smartphones* - Núcleo de Pesquisa em Saúde do Estudante. Post no canal do Youtube 'NuPeSe - Montes Claros'.

Link de acesso: <https://www.youtube.com/watch?v=PWK2g3awPfw>

5.5 Instagram

Instagram: NuPeSeMOC – Unimontes. @nupesemoc. Link de acesso:

<https://www.Instagram.com/nupesemoc?igsh=NHRyaWVoMXBobXR2>

5.6 Podcast

Podcast: Agente comunitário de Saúde na APS: um olhar para os desafios da saúde do estudante. *Link* de acesso: <https://www.youtube.com/watch?v=dW80q-3AmBc>

5.7 Seminário

Seminário: Estrutura de artigo científico. Seminário da Iniciação Científica (*Online*). SIC Unimontes. 2022.

ARTIGO 1

Prevalence of addiction to social networks in college students and associated factors

Prevalência de adicção em redes sociais entre estudantes universitários e fatores associados

ADICÇÃO EM REDES SOCIAIS EM GRADUANDOS

¹AUTOR DE CORRESPONDÊNCIA: Universidade Estadual de Montes Claros, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Programa de Pós-Graduação Cuidado Primário em Saúde. Avenida Rui Braga, Vila Mauricéia, 39401089 - Montes Claros, MG, Brasil. Correspondence to: E-mail: < mfatimafss29@gmail.com >

How to cite this article (Preenchimento da Revista)

Autor. (ano). Título. *Estudos de Psicologia* (Campinas), XX, eXXXX. <https://doi.org/10.1590/1982-027520XXXXX>

Abstract

It aims to understand the prevalence of addiction to social networks and associated factors. This is a websurvey study carried out with 677 university students. The data collection instrument includes a sociodemographic questionnaire and other validated and specific instruments. The most used social networks were WhatsApp (99.0%), Instagram (86.4%), Facebook (64.2%) and X (Twitter - 20.9%). Addition to social networks was present in 46.4% of the sample, with an association between the age group under 23 years old (PR 1.32; CI 1.09-1.59); absence of paid work (PR 1.28; CI 1.04-1.56); practicing physical activity less than three times a week (RP 1.24; CI 1.06-1.45); the lower frequency of affective interaction (RP 1.28; CI 1.09-1.50) and the presence of Burnout Syndrome (RP 1.44; CI 1.16-1.79). There is a perceived need to promote actions to prevent and control addiction on social networks.

Keywords: Social Media Addiction; Addictive Behavior; Students; Online Social Networking; Student Health; Internet Addiction Disorder.

Resumo

Objetiva-se conhecer a prevalência da adicção em redes sociais e fatores associados. Trata-se de um estudo *websurvey* realizado com 677 universitários. O instrumento de coleta de dados contempla um questionário sociodemográfico e outros instrumentos validados e específicos para atingir os objetivos da presente pesquisa. As redes sociais mais utilizadas pelos participantes da investigação realizada foram *WhatsApp* (99,0%), *Instagram* (86,4%), *Facebook* (64,2%) e *X (Twitter - 20,9%)*. A adicção em redes sociais esteve presente em 46,4% da amostra, com associação entre a faixa etária menor de 23 anos (RP 1,32; IC 1,09-1,59), ausência de atividade remunerada (RP 1,28; IC 1,04-1,56), prática de atividade física menor que três vezes por semana (RP 1,24; IC 1,06-1,45), menor frequência de interação afetiva (RP 1,28; IC 1,09-1,50) e a presença de Síndrome de *Burnout* (RP 1,44; IC 1,16-1,79). Percebe-se a necessidade de fomentar ações de prevenção e controle de adicção em redes sociais.

Palavras-chaves: Adicção às Redes Sociais *Online*, Comportamento aditivo; Estudantes; Redes Sociais *Online*; Saúde do estudante, Transtorno de Adicção à Internet.

A *internet* tem desenvolvido um expressivo papel na sociedade, uma vez que grande parte dos serviços, bem como a vida das pessoas, têm sido envolvidos pela tecnologia digital. Tal fato tem provocado mudanças nas organizações sociais, na economia, nos meios de comunicação e informação, na oferta de serviços, nas relações sociais e culturais, as quais têm impactado significativamente o modo de viver e de interagir dos indivíduos (Lemos; Coelho, 2022). Hoje, estima-se que há 5,16 bilhões de usuários de *internet* no mundo, o que equivale a 64,4% da população (We Are Social, 2023).

Após o advento da internet, surgiram os *sítes* de redes sociais. Estes são conexões públicas que permitem ao indivíduo criar um perfil pessoal, formar uma lista com outros usuários com quem dividem uma conexão - popularmente conhecida como "lista de amigos" e ter acesso a esse rol de conexões construída por ele dentro da rede (Boyd e Ellison; 2007), o que impulsiona a popularidade da rede e representa a principal forma de comunicação (Alzougool; Wishah, 2019). Desse modo, o relatório *Digital 2023 - Global Overview Report: The essential guide to the world's connected behaviours* (2023) mostrou que há 4,76 bilhões de usuários de *sítes* de redes sociais em todo o mundo, o que equivale a quase 60% da população global total (We Are Social, 2023).

Nesse sentido, é necessário apontar que uso da mídia social vai além do desejo do indivíduo, pois perpassa também pela forma como as redes sociais são vistas no grupo em que se vive (Cheng *et al.*, 2021), e inclui a formação de laços afetivos (Moromizato *et al.*, 2017), a conexão com outras pessoas e o fato de ser fonte de informação e entretenimento (Stockdale; Coyne, 2020). Por integrar a socialização e a conexão estendidos do mundo, há uma necessidade de manter-se atento às notificações das redes sociais, o que reforça a sensação de segurança social com os amigos e parceiros, a chamada 'busca de reafirmação' relacionada com o medo da perda (Elhai *et al.*, 2017).

As significativas mudanças de integração e socialização vindas do estabelecimento da virtualização das relações a partir dessas mídias podem levar o indivíduo a sofrer pressão de cumprir as normas da comunidade e usar as redes sociais para obter apoio social, buscar a aprovação dos colegas e formar consenso (Cheng *et al.*, 2021). A partir disso, a vontade de estar conectado continuamente

impulsiona o uso excessivo das redes sociais (Elhai *et al.*, 2017), o que pode aumentar a vulnerabilidade dos indivíduos ao vício em redes sociais (Cheng *et al.*, 2021).

Com a popularidade crescente das redes sociais, avalia-se que também irá ocorrer o aumento e o aparecimento de problemas do uso excessivo e dependência das redes, em quantidade e gravidade, o que tem despertado estudos com a finalidade de conhecer os impactos e consequências advindas dessas tecnologias (Svicher; Fioravanti; Casale, 2021; Doan *et al.*, 2022).

Portanto, a adicção em redes sociais pode ser caracterizada pela fixação e impulso para o uso de redes sociais, de modo que o indivíduo não consegue se controlar, sendo prejudicial à saúde (Tullet-Prado *et al.*, 2023). É possível apontar que o uso das redes sociais por um período igual ou maior a duas horas tem sido indicativo de predisposição para que o indivíduo apresente sintomas de adicção pelas redes sociais (Alzougool; Wishah, 2019; Côte-Real *et al.*, 2022).

A partir disso, evidencia-se os sinais predominantes do uso problemático das redes sociais, como a deficiência de autorregulação e a preferência pela comunicação *online*. Entre os sintomas indicativos do vício em tais mídias, são comuns também a dificuldade de controlar o próprio uso das mídias sociais, a propensão de pensar compulsivamente em ficar *online*, as dificuldades em resistir ao impulso de usar as mídias sociais e a preferência por se comunicar com pessoas *online* em vez de face a face (Svicher; Fioravanti; Casale, 2021).

A presença de adicção em redes sociais pode ainda repercutir em alterações na qualidade do sono (Moromizato *et al.*, 2017, Alimoradi *et al.*, 2019), na alimentação, na atividade física, em menor produtividade acadêmica ou profissional, em prejuízo nos relacionamentos interpessoais (Moromizato *et al.*, 2017), em sintomas depressivos (Piteo; Ward, 2020), em disfunções sexuais (Pawlikowska *et al.*, 2022), em dificuldades na realização de atividades diárias (Benini, *et al.*, 2022), em dores cervicais e lombalgias (Bento, *et al.*, 2020).

Logo, ainda que haja estudos sobre essa problemática contemporânea, os quais delineiam alguns prejuízos causados pela adicção em redes sociais, a literatura apresenta ainda carência de estudos sobre os impactos do uso excessivo das redes sociais, especialmente no cenário nacional. Isso destaca a necessidade de mais informações sobre o assunto, diante de um mundo cada vez mais conectado (Ahmer; Tanzil, 2018). Assim, esse trabalho tem como objetivo estimar a prevalência da

adição em redes sociais entre estudantes universitários e os possíveis fatores associados a ela.

Método

Participantes

O presente estudo faz parte da pesquisa intitulada “IFNMG *online*: estudantes e adicção na internet”. Trata-se de um estudo do tipo *websurvey*, realizado com estudantes de cursos técnicos integrados e superiores de uma instituição pública de ensino no norte do estado de Minas Gerais-Brasil.

Para o cálculo do tamanho amostral foram considerados os seguintes parâmetros: prevalência estimada de 60% (BRITO *et al.*, 2023), nível de confiança de 95% e margem de erro de 2%. Para esta estimativa, foi realizada correção para população finita (N=8.021 alunos) e acréscimo de 10% para compensar possíveis perdas. Os cálculos evidenciaram um tamanho amostral de no mínimo 1.970 estudantes, estratificados proporcionalmente por nível de ensino (ensino técnico integrado ao ensino médio= 1.300 e ensino superior = 670 estudantes), considerando somente a amostra de estudantes dos cursos superiores.

A amostragem foi do tipo por conglomerado, em dois estágios. No primeiro, verificou-se a probabilidade proporcional ao tamanho, feito o sorteio dos cursos, estratificado por nível dos cursos (integrado e superior). No segundo estágio, foi realizado o sorteio das turmas, por amostragem aleatória simples, de modo que todos os alunos das turmas selecionadas foram convidados a participarem da pesquisa. Considerou-se critério de inclusão estar regularmente matriculado no ano em que pesquisa foi realizada, e como critério de exclusão aqueles estudantes que não responderam ao questionário no período da coleta.

Instrumentos

Utilizou-se um questionário que contemplava a variável dependente adicção em redes sociais e as variáveis independentes gênero (dicotomizada em feminino e masculino), faixa etária (dicotomizada com base na média: abaixo de 23 anos e maior

ou igual a média de 23 anos), local que reside (dicotomizada em zona rural e zona urbana), atividade remunerada (dicotomizada em não e sim), período em curso (dicotomizada em dois grupos: 1º ao 5º período e do 6º ao 10º período), área de conhecimento do curso (categorizadas em Sociais e Humanas, Exatas e Tecnológicas, Biológicas e da Saúde), consumo abusivo de álcool (dicotomizado em raramente/quase nunca/nunca e em ocasionalmente/frequentemente), prática de atividade física (dicotomizada em menos de três vezes por semana e em três vezes ou mais que três vezes por semana), interação afetiva e interação dialogada (dicotomizadas em: frequentemente/sempre e raramente/quase nunca/nunca) e síndrome de *Burnout* (dicotomizada em “com *Burnout*” e “sem *Burnout*”).

O instrumento utilizado para informações relativas à adicção em redes sociais foi a Escala de Adicção a Redes Sociais - EARS. Este instrumento foi validado para estudantes portugueses, utilizado para medir o nível de dependência e vício em redes sociais. A Escala de Adicção às Redes Sociais (Al-Menayes, 2015) é uma adaptação da escala de adicção à *internet* de Young, formada por 14 itens, em que cada item é avaliado de acordo com uma escala de concordância (tipo *Likert*) com a seguinte pontuação: 1. discordo totalmente, 2. discordo, 3. às vezes concordo, 4. concordo e 5. concordo totalmente. A identificação da adicção em redes sociais ocorreu por meio da média dos escores da EARS como ponto de corte, uma vez que não foi identificado na literatura um ponto de corte para essa escala.

A EARS avalia os sintomas de adicção às redes sociais por meio de três fatores: consequências sociais, deslocamento de tempo e sentimento compulsivo. O primeiro fator, *Social Consequences* consiste na deterioração do desempenho escolar, na privação do contato social e em pensamentos sobre as redes sociais enquanto não as utiliza. O segundo fator, *Time Displacement*, diz respeito ao uso excessivo das redes sociais, adiamento de tarefas escolares, irritabilidade e falta de sono devido ao uso das redes sociais; enquanto o terceiro fator, *Compulsive Feeling*, diz respeito à necessidade de utilização das redes sociais e os sentimentos que dela advém (Al-Menayes, 2015).

Para investigar as variáveis relacionadas aos aspectos comportamentais e emocionais, utilizou-se algumas questões do instrumento validado “Estilo de Vida Fantástico”, o qual considera o comportamento dos indivíduos nos últimos 30 dias. As questões que compõem esse instrumento estão em uma escala de frequência do tipo

likert, que variam de zero a quatro pontos (Anez; Reis; Petroski, 2008). Nela, as variáveis selecionadas foram o consumo de álcool, a prática de atividade física, a interação afetiva e a interação dialogada.

Além disso, a investigação sobre o consumo de bebidas alcoólicas fez referência à ingestão média de doses, sendo avaliado o consumo de mais de quatro doses agrupadas em: diariamente/ frequentemente e nunca/ raramente. Já a prática de atividade física foi investigada pela frequência semanal de realização de atividades moderadas durante pelo menos 30 minutos por dia, com possíveis respostas categorizadas em: três vezes ou mais vezes por semana e menos de 3 vezes por semana.

A interação afetiva foi averiguada a partir da frequência em que o entrevistado relatava doar e receber afeto de familiares e amigos, com respostas agrupadas em: quase nunca/raramente/algumas vezes, e preservadas com relativa frequência/quase sempre. A interação dialogada referiu-se à frequência em que o entrevistado conversava assuntos importantes para ele com familiares e amigos, as respostas para isso foram categorizadas em: quase nunca/raramente/algumas vezes, e com relativa avaliada em frequência/quase sempre.

A variável da Síndrome de *Burnout* foi avaliada por meio do instrumento *Maslach Burnout Inventory/Student Survey* - MBI-SS. Esse Instrumento consiste em 15 perguntas que se subdividem em três subescalas: Exaustão Emocional (5 itens), Descrença (4 itens) e Eficácia Profissional (6 itens). Todos os itens são avaliados pela frequência, variando de 0 a 6, sendo 0 (nunca), 1 (uma vez ao ano ou menos), 2 (uma vez ao mês ou menos), 3 (algumas vezes ao mês), 4 (uma vez por semana), 5 (algumas vezes por semana) e 6 (todos os dias) (Carlotto; Camara, 2006).

Por fim, o critério utilizado para a definição diagnóstica da presença de Síndrome de *Burnout* foi apresentar, simultaneamente, escores acima de 14 para exaustão emocional, acima de 6 para descrença e abaixo de 23 para redução da eficácia profissional (Campos *et al.*, 2020). Assim, para a análise da variável síndrome de *Burnout*, as respostas foram dicotomizadas em “com *Burnout*” e “sem *Burnout*”.

Procedimentos

Inicialmente, os pesquisadores responsáveis reuniram-se com a gestão

superior da instituição de ensino para apresentação e explicação sobre a pesquisa. Após a sua anuência, realizou-se contato com os coordenadores dos *Campi* para apresentação dos objetivos e dos procedimentos para o desenvolvimento da pesquisa. Após a autorização e a concordância dos respectivos coordenadores, um formulário digital (*Google Forms*) foi disponibilizado aos estudantes para a coleta dos dados, com link enviado para o aplicativo *Google Sala de Aula (Classroom)* das disciplinas dos cursos superiores. Assim, a coleta de dados ocorreu entre agosto de 2020 a outubro de 2021, com garantia de anonimato dos participantes.

Os dados obtidos através desse formulário foram organizados no *software* SPSS versão 23.0. Para avaliar a associação das variáveis gênero, faixa etária, local em que reside, exercício de atividade remunerada, período em que estuda, área de conhecimento do curso, consumo abusivo de álcool, prática de atividade física, interação afetiva, interação dialogada e síndrome de *burnout* com a EARS, para isso foi adotado o Teste Qui-quadrado. A partir dessa organização, as variáveis que apresentaram associação com a EARS ao nível de 0,25 foram selecionadas para a análise múltipla.

Na análise múltipla, foi adotado o modelo de regressão de *Poisson*, com variância robusta. Foram estimadas as Razões de Prevalência (RP) ajustadas com IC de 95%, de modo que permaneceram no modelo final as variáveis que apresentaram associação significativa, ao nível de 0,05, com a EARS. Para o refinamento da coleta e processamento desses dados, foi adotado teste de *Deviance* para avaliar a qualidade de ajuste do modelo múltiplo final.

É importante, por fim, frisar que este estudo foi realizado seguindo as normas éticas da resolução 466 de 12 de dezembro de 2012, e só foi realizado após o projeto de pesquisa ter sido aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário das Faculdades Unidas Pitágoras de Montes Claros (UNIFIPMoc), por meio do Parecer Consubstanciado nº. 4.076.46/2020.

Resultados

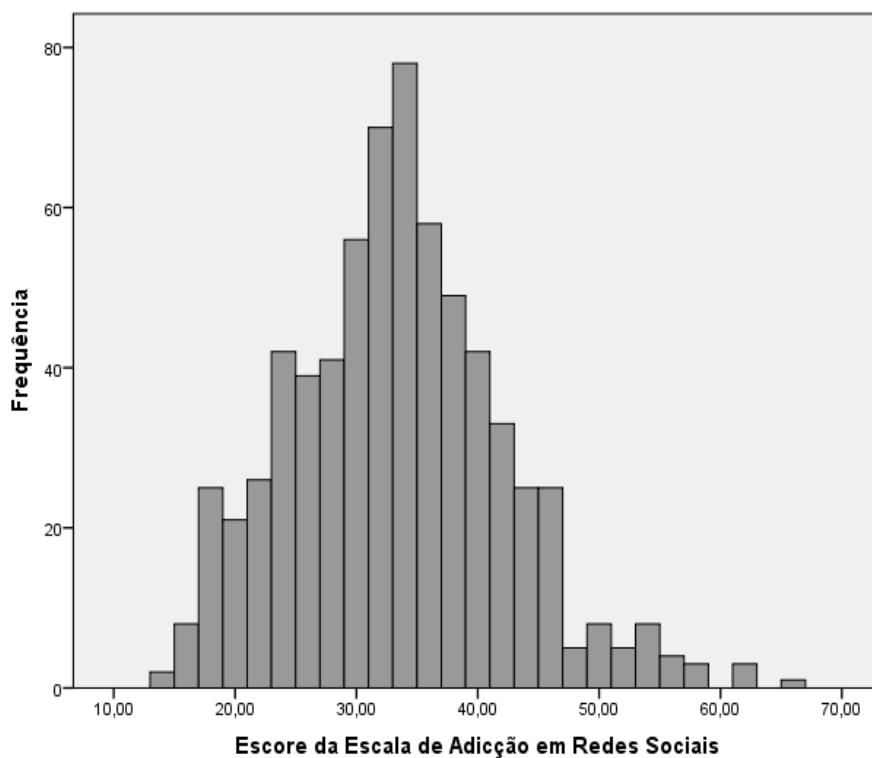
Participaram do estudo 677 estudantes do ensino superior. A idade dos estudantes variou de 16 a 60 anos, com média de 23 anos ($DP=\pm 5,6$). A maioria deles pertence ao sexo feminino, e reside na zona urbana. As demais características

sociodemográficas e dados dos escolares estão apresentadas na Tabela 1. Foi constatado na coleta dos dados que a maioria dos estudantes que participaram da pesquisa raramente/quase nunca/nunca fez uso abusivo de álcool, praticava atividade física regularmente e não apresentou sintomas da síndrome de *Burnout*. As demais características relativas ao estilo de vida, socioafetivas e condições emocionais estão descritas na Tabela 2.

Foi possível mapear que entre as redes sociais mais comumente utilizadas pelos estudantes, destacam-se: *WhatsApp* (99,0%), *Instagram* (86,4%), *Facebook* (64,2%), e *X (Twitter)* (20,9%). Quanto aos escores da Escala de Adicção em Redes Sociais (EARS), a média foi estimada em de 33,0 (DP= $\pm 8,8$), valor mínimo = 14,0 e máximo= 66,0 (Figura 1). Observou-se, ainda, que 314 (46,4%) dos estudantes apresentaram escores da EARS ≥ 33 , com IC 95% [42,6; 50,1].

Figura 1

Distribuição dos escores da Escala de Adicção em Redes Sociais (EARS). IFNMG, Brasil, 2020-2021.



A Tabela 1 apresenta a distribuição dos estudantes segundo escores da EARS e características sociodemográficas e educacionais. Ao nível de 0,25, as seguintes variáveis apresentaram associação com a EARS: sexo, faixa etária, exercício de atividade remunerada, período em que estuda e área de conhecimento do curso. Essas variáveis foram selecionadas para o modelo múltiplo.

Tabela 1

Distribuição dos estudantes segundo variáveis demográficas e escores da EARS. IFNMG, Brasil, 2020-2021.

| Variáveis | n (%) | EARS | | Valor-p* |
|----------------------------------|------------|-----------|-----------|----------|
| | | < 33,0 | ≥ 33,0 | |
| | | n (%) | n (%) | |
| Sexo | | | | 0,109 |
| Masculino | 283(41,8) | 162(57,2) | 121(42,8) | |
| Feminino | 394(58,2) | 201(51,0) | 193(49,0) | |
| Faixa etária | | | | <0,001 |
| Abaixo da média (23 anos) | 445(65,7) | 216(48,5) | 229(51,5) | |
| Maior ou igual à média (23 anos) | 232(34,3) | 147(63,4) | 85(36,6) | |
| Local em que reside | | | | 0,661 |
| Zona rural | 167 (24,7) | 92 (55,1) | 75 (44,9) | |
| Zona urbana | 510 (75,3) | 271(53,1) | 239(46,9) | |
| Exerce atividade remunerada | | | | 0,004 |
| Não | 485(71,6) | 243(50,1) | 242(49,9) | |
| Sim | 192(28,4) | 120(62,5) | 72(37,5) | |
| Período em que estuda | | | | 0,217 |
| 1º- 5º período | 509(75,2) | 266(52,3) | 243(47,7) | |
| 6º - 10º período | 168(24,8) | 97(57,7) | 71(42,3) | |
| Área de conhecimento do curso | | | | 0,164 |
| Ciências Sociais e Humanas | 73(10,8) | 39(53,4) | 34(46,6) | |

| | | | |
|-----------------------------------|-----------------|------------------|------------------|
| Ciências Exatas e Tecnológicas | 496(73,3) | 275(55,4) | 221(44,6) |
| Ciências da Biológicas e da Saúde | 108(15,9) | 49(45,4) | 59(54,6) |
| Total | 677(100) | 363(53,6) | 314(46,4) |

EARS: Escala de Adicção em Redes Sociais; *Teste Qui-quadrado. Os totais variam devido às perdas de informações.

Na tabela 2, está apresentada a distribuição dos estudantes segundo escores da EARS e as variáveis de estilo de vida, socioafetivas e condições emocionais. A maioria das variáveis analisadas apresentou associação significativa, ao nível de 0,25, com a EARS e foram selecionadas para o modelo múltiplo.

Tabela 2

Distribuição dos estudantes do ensino superior segundo variáveis de estilo de vida, socioafetivas e condições emocionais. IFNMG, Brasil, 2020-2021.

| Variáveis | n (%) | EARS | | Valor-p* |
|-------------------------------|-----------|-----------|-----------|----------|
| | | < 33,0 | ≥ 33,0 | |
| | | n (%) | n (%) | |
| Consumo abusivo de álcool | | | | 0,198 |
| Raramente/Quase nunca/Nunca | 636(93,9) | 345(54,2) | 291(45,8) | |
| Ocasionalmente/Frequentemente | 41(6,1) | 18(43,9) | 23(56,1) | |
| Prática de atividade física | | | | 0,014 |
| Três vezes ou mais por semana | 432(63,8) | 247(57,2) | 185(42,8) | |

| | | | | |
|--------------------------------|-----------------|------------------|------------------|-------|
| Menos de três vezes por semana | 245(36,2) | 116(47,3) | 129(52,7) | |
| Interação afetiva | | | | 0,001 |
| Frequentemente/Sempre | 465(68,7) | 269(57,8) | 196(42,2) | |
| Raramente/Quase nunca/Nunca | 212(31,3) | 94(44,3) | 118(55,7) | |
| Interação dialogada | | | | 0,007 |
| Frequentemente/Sempre | 412(60,9) | 238(57,8) | 174(42,2) | |
| Raramente/Quase nunca/Nunca | 265(39,1) | 125(47,2) | 140(52,8) | |
| Síndrome de <i>Burnout</i> | | | | 0,001 |
| Sem <i>Burnout</i> . | 631(93,2) | 349(55,3) | 282(44,7) | |
| Com <i>Burnout</i> | 46(6,8) | 14(30,4) | 32(69,6) | |
| Total | 677(100) | 363(53,6) | 314(46,4) | |

EARS: Escala de Adicção em Redes Sociais; *Teste Qui-quadrado. Os totais variam devido às perdas de informações.

Na Tabela 3, estão apresentados os resultados da análise múltipla. Após ajuste, as seguintes variáveis mantiveram associação à EARS: faixa etária, exercício de atividade remunerada, prática de atividade física, interação afetiva e síndrome de *Burnout*. A prevalência de maiores escores da EARS ($\geq 33,0$) foi entre os estudantes com idade abaixo da média (RP=1,32), que não exercem atividade remunerada (RP=1,28), praticam atividade física menos de três vezes/semana (RP=1,24), raramente/quase nunca/nunca dão e recebem afeto (RP=1,28) e com sintomas da síndrome de *Burnout* (RP= 1,44). O modelo apresentou qualidade de ajuste adequada (Teste *Deviance*: p-valor= 0,327).

Tabela 3

Resultado da análise múltipla: modelo de regressão de Poisson, Razão de prevalência ajustada, com intervalo de 95% de confiança para os fatores associados à EARS entre estudantes do Ensino Superior. IFNMG, Brasil, 2020-2021.

| | RP _{ajustada} | IC95% | Valor-p |
|--|------------------------|-------|---------|
|--|------------------------|-------|---------|

| | | | |
|----------------------------------|------|-------------|-------|
| Faixa etária | | | 0,005 |
| Abaixo da média (23 anos) | 1,32 | 1,09-1,59 | |
| Maior ou igual à média (23 anos) | 1,00 | | |
| Exerce atividade remunerada | | | 0,018 |
| Não | 1,28 | 1,04 – 1,56 | |
| Sim | 1,00 | | |
| Prática de atividade física | | | 0,007 |
| Menos de três vezes por semana | 1,24 | 1,06-1,45 | |
| Três vezes ou mais por semana | 1,00 | | |
| Interação afetiva | | | 0,002 |
| Raramente/Quase nunca/Nunca | 1,28 | 1,09-1,50 | |
| Frequentemente/Sempre | 1,00 | | |
| Síndrome de <i>Burnout</i> | | | 0,001 |
| Sim | 1,44 | 1,16-1,79 | |
| Não | 1,00 | | |

RP_{ajustada}: Razão de prevalência; IC95%: intervalo de 95% de confiança; Teste *Deviance*: p-valor= 0,327

Quando as redes sociais são avaliadas isoladamente em comparação aos escores da EARS, é possível observar que o *Instagram* é a rede social que mais associa-se com o escore adicção em redes sociais, conforme descrito na tabela 4.

Tabela 4

Distribuição dos estudantes do ensino superior segundo a Rede Social utilizada e os escores da EARS. IFNMG, Brasil, 2020-2021.

| Variáveis | n (%) | EARS | | Valor-p* |
|-----------|-------|--------|--------|----------|
| | | < 33,0 | ≥ 33,0 | |
| | | n (%) | n (%) | |
| WhatsApp | | | | 0,137 |

| | | | | | |
|--------------|----------|--------------------|------------|------------|---------|
| | Usam | 670 (99) | 0 (0) | 670 (100) | |
| | Não Usam | 7 (1) | 7 (100) | 0 (0) | |
| Instagram | | | | | <0,001* |
| | Usam | 591 (86,4) | 33 (5,6) | 558 (94,4) | |
| | Não Usam | 86 (13,6) | 17 (80,3) | 69 (19,7) | |
| Facebook | | | | | 0,238 |
| | Usam | 435 (64,2) | 142 (32,6) | 293 (67,4) | |
| | Não Usam | 242 (35,8) | 150 (61,8) | 92 (38,2) | |
| X (Twitter) | | | | | 0,500 |
| | Usam | 141 (20,9) | 109 (77,5) | 32 (22,5) | |
| | Não Usam | 536 (79,1) | 106 (19,7) | 430 (80,3) | |
| Total | | 677 (100,0) | | | |

EARS: Escala de Adicção em Redes Sociais. Os totais variam devido às perdas de informações.

*Associação do valor P com a variável.

.

Discussão

Este estudo evidenciou que as redes sociais são acessadas pela maioria dos estudantes universitários, e, que aproximadamente metade dos universitários apresentam adicção em redes sociais, o que esteve associado às características de faixa etária, exercício de atividade remunerada, prática de atividade física, interação afetiva e síndrome de *Burnout*.

Em relação à Escala de Adicção em Redes Sociais (EARS), esta pesquisa mostra alta prevalência de pessoas com adicção em redes sociais aproximando-se se pesquisas da mesma natureza conduzidos pelo mundo. Nesse mesmo parâmetro, um estudo realizado no Peru, utilizando de mesmo instrumento para coleta de dados (EARS), com estudantes universitários, identificou a prevalência de adicção em redes sociais em 38,7% dos entrevistados (Jeri-Yabar *et al.*, 2019). Já em um estudo para determinar os riscos relativos à dependência da internet, jogos e redes sociais *online* de estudantes universitários com amostragem em seis países diferentes (Singapura,

Hong Kong/Macau, China, Coreia do Sul, Taiwan e Japão), verificou-se uma prevalência de adicção em redes sociais *online* de 33,1% (Tang *et al.*, 2018). Em Uganda, um estudo com 269 graduandos de medicina em Uganda mostrou uma taxa de prevalência de dependência de mídias sociais de 74,34% (Sserunkuuma *et al.*, 2023).

Diante de tais dados, valida-se o argumento de que o aumento da digitalização global pode contribuir para altas prevalências de adicção em redes sociais, uma vez que facilita o acesso e o uso dessas plataformas, servindo como impulso para um aumento significativo na utilização da *Internet* ao longo dos anos (Sserunkuuma *et al.*, 2023). Há, contudo, que se ponderar que as diferenças de prevalências da adicção em redes sociais em diferentes populações podem ser atribuídas às especificidades relacionadas à etnia, à cultura, a fatores sociais e econômicos, à variação demográfica, e a diferentes critérios metodológicos utilizados no rastreamento desta condição.

No presente estudo, constatou-se que as redes sociais mais acessadas pelos estudantes universitários foram *WhatsApp*, *Instagram*, *Facebook* e *X (Twitter)*. Resultados semelhantes foram citados no relatório *Digital 2023 - Global Overview Report: The essential guide to the world's connected behaviours* (2023), no qual cita-se *Facebook*, *Youtube*, *WhatsApp* e *Instagram* como as redes sociais mais acessados no mundo. Entretanto, um estudo com estudantes universitários na Jordânia revelou que as redes sociais mais utilizadas pelos participantes foram *WhatsApp*, *Facebook* e *Snapchat*, nessa ordem, e que o *smartphone* foi apontado como o principal meio de acesso a essas plataformas (Alzougool; Wishah, 2019).

Através do rastreamento desses índices, há que se refletir que o uso e o tempo gasto com as mídias sociais têm aumentado gradualmente, o que pode expor ao risco de comportamento aditivo, principalmente aqueles indivíduos vulneráveis, que estão expostos a fatores como menor coesão e interação familiar em casa. Esta condição pode levar ao isolamento social, à queda no desempenho acadêmico (Ahmer; Tanzil, 2018), ao quadro de depressão (Jeri-Yabar *et al.*, 2019; Sserunkuuma *et al.*, 2023), a maior exposição e envolvimento em comportamentos autolesivos, favorecendo o surgimento de sofrimento psicológico, o que potencialmente pode culminar em ideação suicida (Memom *et al.*, 2018; Sedgwick *et al.*, 2019).

Neste estudo, o *Instagram* aparece como a mídia social com maior potencial viciante dentre as redes sociais, o que corrobora com o estudo realizado em Portugal com pessoas maiores de 18 anos e vários níveis de escolaridade (desde a educação básica até o título de doutorado). Os autores dessa pesquisa apontam que o uso do algoritmo da página no *Instagram*, que personaliza fotos e vídeos com base em pesquisas anteriores, facilita o aumento do tempo gasto na plataforma. Além disso, as histórias do *Instagram* – *stories* –, disponíveis por 24 horas, podem estar associadas a pontuações mais altas das escalas de avaliação da adicção em redes sociais, já que os usuários podem personalizar as fotos publicadas com adesivos, perguntas ou enquetes, a fim de obter respostas imediatas dos seguidores, reforçando positivamente comportamentos disfuncionais quando se tornam vícios (Côrte-Real *et al.*, 2022).

Torna-se imperativo salientar que as redes sociais trouxeram e disseminaram consigo uma cultura de exibicionismo e busca por aprovação, em que a imagem se tornou o centro das interações, enquanto os likes se transformaram em moeda de valor social. Isso faz com que plataformas digitais, como o *Instagram* e o *Facebook*, exerçam, no usuário, domínio visual, e estimulam-no à busca incessante por likes e visualizações, influenciando a forma como os sujeitos se relacionam com o outro. Diante disso, a necessidade de validação social por meio das redes sociais originou a uma cultura de compartilhamento da vida excessivo, em que as pessoas buscam constantemente a atenção de outros usuários que integram essas redes, exibindo detalhes do seu dia a dia, como comida, roupa, leitura e planos de viagem (Gomes; Pedrosa Filho; Teixeira; 2021).

A literatura ainda apresenta escassez de estudos no que tange a relação entre estudantes universitários com adicção em redes sociais e faixa etária. Este estudo mostrou a associação da adicção em redes sociais com a faixa etária e maior prevalência entre os indivíduos menores de 23 anos. Em concordância aos dados obtidos, outros autores apontam que os adolescentes apresentam maior risco para sofrerem de dependência das redes sociais (Jeri-Yabar *et al.*, 2019) e é a faixa etária em que se predomina tal adicção (Cheng *et al.*, 2021). Isso ocorre devido à facilidade com que os adolescentes se adaptam às novas tecnologias e ao fato de estarem frequentemente em busca de experiências e sensações (Jeri-Yabar *et al.*, 2019).

Nesse sentido, as crianças, os adolescentes e os jovens adultos são os mais suscetíveis à adicção em redes sociais, pois ainda estão em fase de desenvolvimento da maturidade (Alimoradi *et al.*, 2019). Nessa fase, é no processo de se expor ao olhar de outra pessoa que o sujeito busca se afirmar e se construir socialmente, o que lhe exige, com o advento da virtualização da socialização, de maneira constante, a autenticação de si nas redes sociais (Gomes; Pedrosa Filho; Teixeira, 2021). Esses aspectos ressaltam a importância de estudos futuros para compreender melhor a relação complexa entre faixa etária e adicção em redes sociais.

Por outro lado, a ausência da atividade remunerada, situação ainda pouco explorada pela literatura, mostrou-se, nesse estudo, capaz de impactar a adicção em redes sociais, ainda que um estudo sobre a temática realizado com graduandos do curso de Fisioterapia da PUC-Goiás não tenha observado a influência da atividade remunerada no uso de *internet* (Santos; Oliveira, 2020). Nesse contexto, recomenda-se que sejam desenvolvidos novos estudos que possam elucidar as lacunas que envolvem este recorte, principalmente quando se trata do público universitário.

Por conseguinte, os resultados deste estudo indicaram uma associação entre o uso excessivo de redes sociais com a prática de atividade física menor que três vezes por semana. Esse indicativo associa-se a outro estudo, em que foi observado que o exercício físico pode contribuir para a diminuição do vício em internet, pois regula a neurobiologia dos sistemas nervoso central e autônomo (Li *et al.*, 2020). Nesse mesmo íterim, uma pesquisa realizada em Taiwan mostrou que em indivíduos com baixo nível de dependência em redes sociais, o exercício físico regular colabora para a moderação e a redução do comportamento disfuncional no uso de tais mídias (Chen *et al.*, 2022).

No entanto, há que se ponderar que quanto mais exercício físico regular as pessoas altamente dependentes realizarem, mais farão uso da internet, pois os indivíduos adictos têm necessidade incontrolável de ficar *online*, monitorar as redes sociais por medo de perder mensagens, e que, somado a isso, a atividade física tornou-se um tema de compartilhamento nas redes, contando com a realização de *checkins online*, podendo gerar maior engajamento do público-alvo, o que resulta no fenômeno de que quanto mais se exercita, mais se utiliza a *internet* (Chen *et al.*, 2022). Diante disso, é importante compreender a complexidade do tema e considerar estratégias integradas que levem em conta tanto a promoção da atividade física

quanto a moderação do uso das redes sociais. Logo, diante de tal complexidade no possível tratamento da problemática, na presença de adicção em rede social significativa, é necessário, além do exercício físico, a inclusão de apoio psicológico e estratégias de mudanças de comportamento (Chen *et al.*, 2022).

Este estudo observou também uma maior prevalência de dependência em redes sociais entre os participantes que relataram que raramente, quase nunca ou nunca se envolvem em interações afetivas. Nota-se que os afetos exercem influência tanto na pertença social quanto na potencialidade individual (Pombo de Barros; Arruda, 2010). Em estudo realizado com graduandos dos cursos de licenciaturas, na Coreia do Sul, para identificar os principais determinantes do vício em redes sociais, revelou-se que o afeto positivo (o qual diz respeito ao quanto uma pessoa está se sentindo entusiasmada, ativa e alerta), o afeto negativo (entendido como emoções angustiantes) e a influência social desempenham um papel central no início da adicção em redes sociais e seus precursores (Jo; Baek, 2023).

Fato similar aparece em outro estudo, no qual aponta-se que a *Internet* pode apresentar efeitos duplos ou paradoxais no funcionamento social. Isso quer dizer que, embora as redes sociais possam melhorar a vida social de um estudante, elas podem, paradoxalmente, também promover o isolamento social e diminuir as interações sociais presenciais (Li *et al.*, 2015). Nesse contexto, é importante destacar que o prazer percebido pelo indivíduo, demonstrado tanto através do estado de êxtase quanto pelo hábito de usar as redes sociais, tem uma influência significativa no vício em redes sociais (Jo; Baek, 2023).

Para além disso, é interessante observar a relação entre a Síndrome de *Burnout* e a dependência em redes sociais, fato também constatado em pesquisa conduzida na Hungria, com estudantes do Ensino Médio, a qual mostrou que o uso problemático da *internet* tem associações com a síndrome de *Burnout* (Feher *et al.*, 2023). Desse modo, aponta-se que o uso excessivo e a importância pessoal atribuída à rede social podem contribuir para o avanço do *Burnout*, levando à exaustão e à autocrítica negativa, como pode ser evidenciado em estudo longitudinal realizado na Cracóvia, com jovens graduandos em psicologia e ensino (Tomaszek; Muchacka-Cymerman, 2021). Por isso, sugere-se que a exposição excessiva a telas influencia na percepção da exaustão emocional, uma vez que o *burnout* está ligado a este desgaste. Tal fato ressalta a importância de compreendermos os impactos do uso

excessivo das redes sociais na saúde mental dos usuários, e de criar estratégias de enfrentamento ao problema, especialmente em estudos nacionais, uma vez que há uma carência de estudos sobre essa temática.

Aliado aos fatores já discutidos, um estudo realizado com estudantes universitários em Hong Kong verificou a morbidade psicológica como fator de risco no desenvolvimento de uso adocido das mídias sociais, enquanto os atributos psicológicos positivos apresentam-se como fatores de proteção à adicção na internet. Dito isso, o bem-estar psicológico na era digital, entendido como a boa saúde mental e os atributos psicológicos positivos, sendo eles a satisfação com a vida, o florescimento, que descreve um estado de desenvolvimento ideal - no qual a pessoa experimenta sentimentos de competência, envolvimento em atividades significativas, senso de propósito e significado na vida, otimismo em relação ao futuro, autoaceitação e relacionamentos de apoio -, crenças de adversidade, competência emocional, resiliência e medidas de funcionamento familiar ajudam a reduzir os efeitos do estresse e da morbidade psicológica da adicção em *internet* (Shek; Chai; Zhou, 2023).

Destaca-se que, ainda, que no âmbito universitário, a *internet* e as redes sociais têm um papel significativo aos usuários, visto que oferecem oportunidades de comunicação, recursos educacionais, comunidades de estudo, publicação de textos, opiniões e oportunidades de *networking* (Fermann *et al.*, 2021). No entanto, é importante que os estudantes usem essas ferramentas de forma equilibrada, evitando distrações, garantindo que o tempo *online* seja produtivo à vida acadêmica.

Ao se pontuar alguns dos prejuízos vindos da adicção em redes sociais, os resultados dessa análise mostram, portanto, a importância de estimular as interações presenciais dos estudantes e de atentar às características intrínsecas do indivíduo com foco em prevenir, monitorar e controlar casos de adicção em redes sociais. Assim, é necessário implementar, na comunidade acadêmica, serviços que proporcionem o cuidado integral do estudante, incluindo cuidados com o bem-estar digital, que se desdobram em qualidade de vida. Logo, algumas das atividades que podem ser implementadas são a avaliação do quadro mental do estudante, com vista a identificar alguma morbidade psicológica preexistente (Shek; Chai; Zhou, 2023), a adoção de terapia em formato de grupo multifamiliar, a fim de facilitar a comunicação e o vínculo entre pais e filhos (Liu *et al.*, 2015), e o incentivo à realização da prática regular de atividade física (Li *et al.*, 2020).

Isso porque a abordagem equilibrada no tratamento de tal dependência envolve a promoção de um estilo de vida ativo e saudável e, ao mesmo tempo, estabelece medidas para conscientização e controle do uso excessivo das redes sociais. Além disso, é essencial oferecer suporte psicológico e estratégias de mudança de comportamento para aqueles discentes que apresentam sinais significativos de adicção em redes sociais, assim como é importante também promover a conscientização sobre os impactos do uso excessivo das redes sociais e incentivar uma relação saudável com a tecnologia, em que o equilíbrio entre atividades *online* e *offline* seja valorizado.

Diante de tais contribuições para ampliação do entendimento da problemática abordada, é necessário pautar que este estudo apresenta como limitação ter sido realizado em uma única instituição de ensino, apesar de ter agregado campis de diferentes cenários. Além disso, há que se considerar o uso do autorrelato para avaliar os aspectos comportamentais e emocionais dos participantes, o que foi minimizado por ter sido utilizado para o desenvolvimento e análise dos dados coletados um instrumento validado para abordar tais questões. Somado a isso, o modelo de *websurveys* oferece limitações quanto a amostragem probabilística, culminando em preponderância da autosseleção, o que, apesar de simplificar a amostragem, pode torná-la menos representativa. Contudo, o viés de subcobertura das *websurveys*, por sua vez, é minimizado nesta pesquisa frente a uma população jovem com amplo acesso à *internet* (Joncew; Cendón; Ameno, 2014).

Por fim, apesar dessas limitações, os resultados obtidos trazem informações relevantes sobre o tema, e utilizou uma amostra representativa da população, o que fortaleceu os resultados e as associações encontradas em relação à adicção em redes sociais. Recomenda-se, portanto, a futuros estudos dessa natureza que sejam realizados estudos longitudinais a fim de obter dados sobre as causas, e avaliar impactos gerados pelo uso exacerbado das redes sociais para que se possa, desse modo, sanar as lacunas ainda existentes.

Conclusão

Este estudo verificou elevada prevalência de adicção em redes sociais pelos estudantes universitários, evidenciando o Instagram como a rede social com o maior

potencial para a adicção. A partir desse estudo, observou-se, ainda, que a adicção em redes sociais entre universitários está associado à faixa etária menor que 23 anos, à ausência do exercício de atividade remunerada, à prática de atividade física menor que três vezes por semana, a menor frequência de interação afetiva e à presença de Síndrome de *Burnout*. Assim, percebe-se a necessidade de conscientização dos jovens usuários de mídias sociais sobre ações de promoção da saúde e prevenção de doenças, monitoramento e controle de adicção em redes sociais nos ambientes escolares, universidades e estabelecimentos de saúde, podendo estender as ações para o meio da televisão, rádio e mídias sociais.

Agradecimentos

Agradecemos à Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de Minas Gerais (FAPEMIG) pelo apoio financeiro durante a pesquisa.

Referências

- Ahmer, Z., & Tanzil, S. (2018). Internet addiction among social networking sites users: Emerging mental health concern among medical undergraduates of Karachi. *Pakistan journal of medical sciences*, 34(6), 1473–1477. <https://doi.org/10.12669/pjms.346.15809>
- Alimoradi, Z., Lin, C. Y., Broström, A., Bülow, P. H., Bajalan, Z., Griffiths, M. D., Ohayon, M. M., & Pakpour, A. H. (2019). Internet addiction and sleep problems: A systematic review and meta-analysis. *Sleep medicine reviews*, 47, 51–61. <https://doi.org/10.1016/j.smr.2019.06.004>
- Al-Menayes, J.J. (2015). Dimensions of Social Media Addiction among University Students in Kuwait. *Psychology and Behavioral Sciences*, 4, 23.
- Alzougool, B., Wishah, R (2019). Use and Addiction of Social Networking Applications by University Students in Jordan. *J. technol. behav. sci.* 4, 201–209. <https://doi.org/10.1007/s41347-018-0069-z>

Bento, T. P. F., Cornelio, G. P., Perrucini, P. de O., Simeão, S. F. A. P., de Conti, M. H. S., & de Vitta, A. (2020). Low back pain in adolescents and association with sociodemographic factors, electronic devices, physical activity and mental health. *Jornal De Pediatria*, 96(6), 717–724. <https://doi.org/10.1016/j.jped.2019.07.008>

Benini, F. M., Guidi, J. F., Campagnolo, M. T., Ciaccia, M. C. C., Ciaccia, F. R. D. A. S., & Rullo, V. E. V. (2022). Is cell phone use associated with neck pain and disability in skills of daily activities in young adults? *Brijs*, 5(2), 100–104. <https://doi.org/10.5935/2595-0118.20220023-en>

Boyd DM, Ellison NB. Social network sites: definition, history, and scholarship (2007). *Journal of Computer-Mediated Communication*. 13(1), 210-230. <https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2007.00393.x>

Brito, A. B.; Lima C.A.; Brito, K. D. P.; Freire RS; Messias R.B.; Rezende L.F.; Brito M.F.S.F.; PINHO L.; Silveira M.F. (2023). Prevalence of internet addiction and associated factors in students. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 40, e200242. 2023. <https://doi.org/10.1590/1982-0275202340e200242>

Campos, ICM, Pereira, SS, Schiavon, ICA, Alves, M. Maslach *Burnout* inventory - human services survey (Mbi-hss): revisão integrativa de sua utilização em pesquisas Brasileiras (2020). *Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR*. 24(03), 187-195. DOI: 10.25110/arqsaude.v24i3.2020.7875.

Carlotto, Mary Sandra, & Câmara, Sheila Gonçalves. (2006). Características psicométricas do Maslach *Burnout* Inventory - Student Survey (MBI-SS) em estudantes universitários brasileiros. *PsicoUSF*, 11(2), 167-173. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1413-82712006000200005&lng=pt&nrm=iso&tlng=en

Castro, Á., & Barrada, J. R. (2020). Dating Apps and Their Sociodemographic and Psychosocial Correlates: A Systematic Review. *International journal of environmental research and public health*, 17(18), 6500. <https://doi.org/10.3390/ijerph17186500>

Cerqueira, M. L. de O., Brito, M. C. V., Sousa, J. P. da S., Souza, C. D. F. de., & Correia, D. S. (2023). Transtorno de uso de internet entre graduandos de Medicina no

primeiro ano da pandemia de Covid-19. *Revista Brasileira De Educação Médica*, 47(2), e071. <https://doi.org/10.1590/1981-5271v47.2-2022-0213>

Chen, BC, Chen, MY., Wu, YF, Wu, YT (2022). The Relationship of Social Media Addiction with Internet Use and Perceived Health: The Moderating Effects of Regular Exercise Intervention. *Frontiers in public health*, 10, 854532. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.854532>

Cheng, C., Lau, Y. C., Chan, L., & Luk, J. W. (2021). Prevalence of social media addiction across 32 nations: Meta-analysis with subgroup analysis of classification schemes and cultural values. *Addictive behaviors*, 117, 106845. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2021.106845>

Côrte-Real, B., Cordeiro, C., Câmara Pestana, P., Duarte e Silva, I., & Novais, F. (2022). Addictive Potential of Social Media: A Cross Sectional Study in Portugal. *Acta Médica Portuguesa*, 36(3), 162–166. <https://doi.org/10.20344/amp.18470>

Doan, L. P., Le, L. K., Nguyen, T. T., Nguyen, T. T. P., Le, M. N. V., Vu, G. T., Latkin, C. A., Ho, C. S. H., Ho, R. C. M., & Zhang, M. W. B. (2022). Social Media Addiction among Vietnam Youths: Patterns and Correlated Factors. *International journal of environmental research and public health*, 19(21), 14416. <https://doi.org/10.3390/ijerph192114416>

Elhai, J. D., Dvorak, R. D., Levine, J. C., & Hall, B. J. (2017). Problematic smartphone use: A conceptual overview and systematic review of relations with anxiety and depression psychopathology. *Journal of affective disorders*, 207, 251–259. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2016.08.030>

Feher, A, Fejes, E., Kapus, K., Jancsak, C., Nagy, G. D., Horvath, L., Tibold, A., & Feher, G. (2023). The association of problematic usage of the internet with *Burnout*, depression, insomnia, and quality of life among Hungarian high school students. *Frontiers in public health*, 11, 1167308. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1167308>.

Gomes, A. C. D. C., Pedrosa Filho, R. B. D. A., & Teixeira, L. C. (2021). Nem ver, nem olhar: visualizar! Sobre a exibição dos adolescentes nas redes sociais. *Ágora: Estudos Em Teoria Psicanalítica*, 24(1), 91–99. <https://doi.org/10.1590/1809-44142021001011>

Jeri-Yabar, A., Sanchez-Carbonel, A., Tito, K., Ramirez-delCastillo, J., Torres-Alcantara, A., Denegri, D., & Carreazo, Y. (2019). Association between social media use (*Twitter, Instagram, Facebook*) and depressive symptoms: Are *Twitter* users at higher risk?. *The International journal of social psychiatry*, 65(1), 14–19. <https://doi.org/10.1177/0020764018814270>

Joncew, C. C., Cendon, B. V., & Ameno, N. (2014). Websurveys como método de pesquisa. *Informação & Informação*, 19(3), 192–218. <https://doi.org/10.5433/1981-8920.2014v19n3p192>

Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2011). Online social networking and addiction--a review of the psychological literature. *International journal of environmental research and public health*, 8(9), 3528–3552. <https://doi.org/10.3390/ijerph8093528>

Lemos, J. G. De; Coelho, D.M (2022). Who Controls the Internet?. *Journal of Psychology*. 13 (2), 10 - 25. DOI: 10.36517/revpsiufc.13.2.2022.1

Li W, O'Brien JE, Snyder SM, Howard MO (2015) Characteristics of Internet Addiction/Pathological Internet Use in U.S. University Students: A Qualitative-Method Investigation. *PLoS ONE* 10(2): e0117372. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0117372>

Li, S., Wu, Q., Tang, C., Chen, Z., & Liu, L. (2020). Exercise-Based Interventions for Internet Addiction: Neurobiological and Neuropsychological Evidence. *Frontiers in psychology*, 11, 1296. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01296>

Liu, Q. X., Fang, X. Y., Yan, N., Zhou, Z. K., Yuan, X. J., Lan, J., & Liu, C. Y. (2015). Multi-family group therapy for adolescent Internet addiction: exploring the underlying mechanisms. *Addictive behaviors*, 42, 1–8. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2014.10.021>

Luiz Fermann, I., Ledur, B., Ribeiro Beneton, E., Schmitt, M., Goulart Chaves, J., & Andretta, I. (2021). Uso de internet y redes sociales por estudiantes universitarios: un campo de estudio emergente. *Ciencias Psicológicas*, 15(1), e-2389. <https://doi.org/10.22235/cp.v15i1.2389>

Meltwater; We Are Social (2023). Digital 2023 - global overview report: The essential guide to the world's connected behaviours. Relatório. *We Are Social [Online]*. 2023. <https://wearesocial.com/uk/blog/2023/01/digital-2023/>

Memon, A. M., Sharma, S. G., Mohite, S. S., & Jain, S. (2018). The role of *Online* social networking on deliberate self-harm and suicidality in adolescents: A systematized review of literature. *Indian journal of psychiatry*, 60(4), 384–392. https://doi.org/10.4103/psychiatry.IndianJPsychiatry_414_17

Moromizato, M. S., Ferreira, D. B. B., Souza, L. S. M. de., Leite, R. F., Macedo, F. N., & Pimentel, D. (2017). The Use of the Internet and Social Networks and the Relationship with Symptoms of Anxiety and Depression among Medical Students. *Revista Brasileira De Educação Médica*, 41(4), 497–504. <https://doi.org/10.1590/1981-52712015v41n4RB20160118>

Nunes, P. P. de B., Abdon, A. P. V., Brito, C. B. de., Silva, F. V. M., Santos, I. C. A., Martins, D. de Q., Meira, P. M. F., & Frota, M. A. (2021). Factors related to smartphone addiction in adolescents from a region in Northeastern Brazil. *Ciência & Saúde Coletiva*, 26(7), 2749–2758. <https://doi.org/10.1590/1413-81232021267.08872021>

Pawlikowska, A., Szuster, E., Kostrzewska, P., Mandera, A., Biernikiewicz, M., Sobieszczkańska, M., Rożek-Piechura, K., Markiewicz, M., Rusiecka, A., & Kałka, D. (2022). Internet Addiction and Polish Women's Sexual Functioning: The Role of Social Media, *Online* Pornography, and Game Use during the COVID-19 Pandemic-*Online* Surveys Based on FSFI and BSMAS Questionnaires. *International journal of environmental research and public health*, 19(13), 8193. <https://doi.org/10.3390/ijerph19138193>

Piteo, E. M., & Ward, K. (2020). Review: Social networking sites and associations with depressive and anxiety symptoms in children and adolescents - a systematic review. *Child and adolescent mental health*, 25(4), 201–216. <https://doi.org/10.1111/camh.12373>

Pombo-de-Barros, C. F., & Arruda, A. M. S. (2010). Affection and social representations: contributions of a transdisciplinary dialogue. *Psicologia: Teoria E Pesquisa*, 26(2), 351–360. <https://doi.org/10.1590/S0102-37722010000200017>

Rodriguez Añez, C. R., Reis, R. S., & Petroski, E. L. (2008). Versão brasileira do questionário "estilo de vida fantástico": tradução e validação para adultos jovens. *Arquivos Brasileiros De Cardiologia*, 91(2), 102–109. <https://doi.org/10.1590/S0066-782X2008001400006>

Santos, GS; Oliveira, VRC (2020). Influence of Remunerated Activity in The Use of The Internet, Sleep Quality and Day Sleep in University. Pontifícia Universidade Católica de Goiás - PUC Goiás - Escola de Ciências Sociais e da Saúde. <https://repositorio.pucgoias.edu.br/jspui/handle/123456789/603>

Sedgwick, R., Epstein, S., Dutta, R., & Ougrin, D. (2019). Social media, internet use and suicide attempts in adolescents. *Current opinion in psychiatry*, 32(6), 534–541. <https://doi.org/10.1097/YCO.0000000000000547>

Shek, D. T. L., Chai, W., & Zhou, K. (2023). Risk Factors and Protective Factors of Internet Addiction in University Students during the Pandemic: Implications for Prevention and Treatment. *International journal of environmental research and public health*, 20(11), 5952. <https://doi.org/10.3390/ijerph20115952>

Sserunkuuma, J., Kaggwa, M. M., Muwanguzi, M., Najjuka, S. M., Murungi, N., Kajjimu, J., Mulungi, J., Kihumuro, R. B., Mamun, M. A., Griffiths, M. D., & Ashaba, S. (2023). Problematic use of the internet, smartphones, and social media among medical students and relationship with depression: An exploratory study. *PloS one*, 18(5), e0286424. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0286424>

Stockdale, L. A., & Coyne, S. M. (2020). Bored and *Online*: Reasons for using social media, problematic social networking site use, and behavioral outcomes across the transition from adolescence to emerging adulthood. *Journal of adolescence*, 79, 173–183. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2020.01.010>

Svicher, A., Fioravanti, G., & Casale, S. (2021). Identifying the central symptoms of problematic social networking sites use through network analysis. *Journal of behavioral addictions*, 10(3), 767–778. <https://doi.org/10.1556/2006.2021.00053>

Tang, C. S. K., Wu, A. M. S., Yan, E. C. W., Ko, J. H. C., Kwon, J. H., Yogo, M., Gan, Y. Q., & Koh, Y. Y. W. (2018). Relative risks of Internet-related addictions and mood disturbances among college students: a 7-country/region comparison. *Public health*, 165, 16–25. <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2018.09.010>

Tomaszek, K., & Muchacka-Cymerman, A. (2021). Be Aware of *Burnout!* The Role of Changes in Academic *Burnout* in Problematic *Facebook* Usage among University Students. *International journal of environmental research and public health*, 18(15), 8055. <https://doi.org/10.3390/ijerph18158055>

Tullett-Prado, D., Doley, J. R., Zarate, D., Gomez, R., & Stavropoulos, V. (2023). Conceptualising social media addiction: a longitudinal network analysis of social media addiction symptoms and their relationships with psychological distress in a community sample of adults. *BMC psychiatry*, 23(1), 509. <https://doi.org/10.1186/s12888-023-04985-5>

Yang, SC; Tung, CJ (2007). Comparison of Internet addicts and non-addicts in Taiwanese high school. *Computers in Human Behavior*, 23(1), 79-96. DOI:10.1016/j.chb.2004.03.037

Young, K. S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology & Behavior*, 1(3), 237–244. <https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237>

RESUMOS CIENTÍFICOS

Resumo 1



Resumo 2



Resumo 3



Resumo 4



Resumo 5



Resumo 6



Resumo 7



Resumo 8



Resumo 09

SECRETARIA MUNICIPAL
DE SAÚDE

I CONGRESSO DE VIGILÂNCIA EPIDEMIOLÓGICA DE MONTES CLAROS

CERTIFICADO

A Secretaria Municipal de Saúde de Montes Claros – MG, certifica que o trabalho intitulado **ADICÇÃO EM INTERNET, BEBIDA ALCOÓLICA E DIREÇÃO AUTOMOTIVA** de autoria de Sarah Martins Souza; Maria De Fátima Fernandes Santos Silva; Eduarda Lessa Lopes Barbosa; Mariana Gonçalves Lopes; Maria Elizangela Ferreira Santos; Maria Fernanda Santos Figueiredo Brito, foi apresentado no I CONGRESSO DE VIGILÂNCIA EPIDEMIOLÓGICA DE MONTES CLAROS, realizado no período de 28 de novembro a 01 dezembro de 2022, na modalidade de Resumo Simples (e-pôster).

Os trabalhos científicos deste evento foram publicados nos Anais da Revista Unimontes Científica.

Dulce Pimenta Gonçalves
Secretaria Municipal de Saúde
MONTES CLAROS - MG

Dulce Pimenta Gonçalves
Secretaria Municipal de Saúde
de Montes Claros

Aline Lara Cavalcante Oliva
Coordenadora da Vigilância Epidemiológica
e Imunização de Montes Claros

Resumo 10




Região da América Latina e Caribe
da Sigma Theta Tau Internacional,
Sociedade de Honra da Enfermagem



Biennial Latin
America &
Caribbean
Conference
2023

Innovation, Research, Economics,
Conservation, and Care:
**Contributions to
Excellence**
COLOMBIA, JUNE 23, 2023 | VIRTUAL

Certifica que:

**Maria De Fátima Fernandes Santos Silva, Sarah Martins
Souza, Maria Elizangela Ferreira Santos, Romerson
Brito Messias, Maria Fernanda Santos Figueiredo Brito**

Participaram com a apresentação **Oral:**
Adição Em Redes Sociais E Aborrecimento Dos Estudantes

Na Conferência Binneal Latin America & Caribbean 2023 - Inovação,
Pesquisa, Economia, Conservação e Cuidado: Contribuições para a
Excelência.

Realizado no dia 23 de junho de 2023, com intensidade de 18 horas.

Emitido em Bogotá D.C., Colômbia.



Sonia Patricia Carreño-Moreno
Coordenadora Região América Latina e Caribe
Sigma Theta Tau Internacional, Sociedade de Honra da Enfermagem



**REGIÓN AMÉRICA LATINA
Y EL CARIBE**




Região da América Latina e Caribe
da Sigma Theta Tau Internacional,
Sociedade de Honra da Enfermagem



Innovation, Research, Economics,
Conservation, and Care:
**Contributions to
Excellence**
BOGOTÁ, JUNE 23, 2023 | VIRTUAL

Certifica que:

**Sarah Martins Souza, Maria De Fátima Fernandes Santos
Silva, Maria Elizangela Ferreira Santos, Lucinéia De
Pinho, Maria Fernanda Santos Figueiredo Brito**

Participaram com a apresentação **Oral:**
Distúrbios Do Sono Associado Ao Uso De Redes Sociais

Na Conferência Binneal Latin America & Caribbean 2023 - Inovação,
Pesquisa, Economia, Conservação e Cuidado: Contribuições para a
Excelência.

Realizado no dia 23 de junho de 2023, com intensidade de 18 horas.

Emitido em Bogotá D.C., Colômbia.



Sonia Patricia Carreño-Moreno
Coordenadora Região América Latina e Caribe
Sigma Theta Tau Internacional, Sociedade de Honra da Enfermagem



**REGIÓN AMÉRICA LATINA
Y EL CARIBE**

Resumo 12

61 anos de história

Certificamos que o trabalho **DEPENDÊNCIA EM REDES SOCIAIS ENTRE ESTUDANTES DO ENSINO TÉCNICO DO INSTITUTO FEDERAL DO NORTE DE MINAS GERAIS** com autoria de **JULIA GONÇALVES FONSECA, GABRIEL GUIMARÃES SILVA, SARA MARTINS DE SOUZA, MARIA DE FÁTIMA FERNANDES SANTOS SILVA, ROMERSON BRITO MESSIAS, CELINA APARECIDA GONÇALVES LIMA E MARISE FAGUNDES SILVEIRA**, foi aprovado e apresentado no **I CONGRESSO INTERNACIONAL DE EDUCAÇÃO E INOVAÇÃO**, promovido pela Universidade Estadual de Montes Claros (Unimontes), no período de 24 a 27 de outubro de 2023.

Montes Claros/MG, 27 de outubro de 2023.

Código: 8b1f1fa3-dc42-422f-a33a-8b072df3902d
Verificação: <https://congresso2023.unimontes.br/certificates/8b1f1fa3-dc42-422f-a33a-8b072df3902d>

Wagner de Paulo Santiago
Reitor da Universidade Estadual de Montes Claros

Maria das Dores Magalhães Veloso
Pró-Reitora de Pesquisa da Unimontes e Presidente do Congresso

Resumo 13

61 anos de história

Certificamos que o trabalho **REDES SOCIAIS: ABDICAÇÃO NOS ESTUDOS** com autoria de **BRUNA RAYANE GOMES SILVA, SARAH MARTINS SOUZA, MARIA DE FÁTIMA FERNANDES SANTOS SILVA, MARIA FERNANDA ATHAYDE VASCONCELOS DE TOLEDO, PAULO EDUARDO GUIMARÃES CORDEIRO, ROMERSON BRITO MESSIAS E MARIA FERNANDA SANTOS FIGUEIREDO BRITO**, foi aprovado e apresentado no **I CONGRESSO INTERNACIONAL DE EDUCAÇÃO E INOVAÇÃO**, promovido pela Universidade Estadual de Montes Claros (Unimontes), no período de 24 a 27 de outubro de 2023.

Montes Claros/MG, 27 de outubro de 2023.

Código: f6328311-f371-474a-b693-c1a8c2a7a7a4
Verificação: <https://congresso2023.unimontes.br/certificates/f6328311-f371-474a-b693-c1a8c2a7a7a4>

Wagner de Paulo Santiago
Reitor da Universidade Estadual de Montes Claros

Maria das Dores Magalhães Veloso
Pró-Reitora de Pesquisa da Unimontes e Presidente do Congresso

Resumo 14



**CONGRESSO
INTERNACIONAL
de EDUCAÇÃO
e INOVAÇÃO**
Educação Digital: transformando pessoas e lugares.



61 anos
de história




**MINAS
GERAIS**
GOVERNO
ESTADUAL
ESTADO
DE MINAS GERAIS

Certificamos que o trabalho **USO EXCESSIVO DAS REDES SOCIAIS: SÓ MAIS UM MINUTO** com autoria de **BRUNA RAYANE GOMES SILVA, SARAH MARTINS SOUZA, MARIA DE FATIMA FERNANDES SANTOS SILVA, MARIA FERNANDA ATHAYDE VASCONCELOS DE TOLEDO, PAULO EDUARDO GUIMARÃES CORDEIRO, ROMERSON BRITO MESSIAS E MARIA FERNANDA SANTOS FIGUEIREDO BRITO**, foi aprovado e apresentado no **I CONGRESSO INTERNACIONAL DE EDUCAÇÃO E INOVAÇÃO**, promovido pela Universidade Estadual de Montes Claros (Unimontes), no período de 24 a 27 de outubro de 2023.

Montes Claros/MG, 27 de outubro de 2023.

Código: d5face51-5865-4f78-9046-d4bba4685f4e
Verificação: <https://congresso2023.unimontes.br/certificates/d5face51-5865-4f78-9046-d4bba4685f4e>


Wagner de Paulo Santiago
Reitor da Universidade Estadual de Montes Claros


Maria das Dores Magalhães Veloso
Pró-Reitora de Pesquisa da Unimontes e Presidente do Congresso

Resumo 15



**CONGRESSO
INTERNACIONAL
de EDUCAÇÃO
e INOVAÇÃO**
Educação Digital: transformando pessoas e lugares.



61 anos
de história




**MINAS
GERAIS**
GOVERNO
ESTADUAL
ESTADO
DE MINAS GERAIS

Certificamos que o trabalho **INFLUÊNCIA DAS REDES SOCIAIS NA FORMA DE PERCEBER A VIDA** com autoria de **SARAH MARTINS SOUZA, MARIA DE FATIMA FERNANDES SANTOS SILVA, BRUNA RAYANE GOMES SILVA, MARIA FERNANDA ATHAYDE VASCONCELOS DE TOLEDO, BIANCA BORGES MEIRELES, ROMERSON BRITO MESSIAS E MARIA FERNANDA SANTOS FIGUEIREDO BRITO**, foi aprovado e apresentado no **I CONGRESSO INTERNACIONAL DE EDUCAÇÃO E INOVAÇÃO**, promovido pela Universidade Estadual de Montes Claros (Unimontes), no período de 24 a 27 de outubro de 2023.

Montes Claros/MG, 27 de outubro de 2023.

Código: 44f3a015-0824-484b-b33d-cb580598f90b
Verificação: <https://congresso.unimontes.br/certificates/44f3a015-0824-484b-b33d-cb580598f90b>


Wagner de Paulo Santiago
Reitor da Universidade Estadual de Montes Claros


Maria das Dores Magalhães Veloso
Pró-Reitora de Pesquisa da Unimontes e Presidente do Congresso

Resumo 16







Certificamos que o trabalho **CADA TOQUE, UM SINAL: EXPLORANDO A TOLERÂNCIA CRESCENTE NO USO DE SMARTPHONES ENTRE ESTUDANTES**, com autoria de **PAULO EDUARDO GUIMARÃES CORDEIRO, BIANCA BORGES MEIRELES, ROMERSON BRITO MESSIAS, MARIA DE FÁTIMA FERNANDES SANTOS SILVA, ALEXANDRE BOTELHO BRITO, MARISE FAGUNDES SILVEIRA E MARIA FERNANDA SANTOS FIGUEIREDO BRITO**, foi aprovado e apresentado no I CONGRESSO INTERNACIONAL DE EDUCAÇÃO E INOVAÇÃO, promovido pela Universidade Estadual de Montes Claros (Unimontes), no período de 24 a 27 de outubro de 2023.

Montes Claros/MG, 27 de outubro de 2023.

Código: 3fc96024-e7e1-4469-b14a-e1310414ae5a
Verificação: <https://congresso.unimontes.br/certificates/3fc96024-e7e1-4469-b14a-e1310414ae5a>


Wagner de Paulo Santiago
Reitor da Universidade Estadual de Montes Claros


Maria das Dores Magalhães Veloso
Pró-Reitora de Pesquisa da Unimontes e Presidente do Congresso

Resumo 17







Certificamos que o trabalho **ADICÇÃO EM REDES SOCIAIS: UMA PESQUISA AÇÃO** com autoria de **MARIA DE FÁTIMA FERNANDES SANTOS SILVA, SARAH MARTINS SOUZA, ISABELLA CARDOSO BOA SANTOS, MARIA ELIZANGELA FERREIRA SANTOS, MERIELE SANTOS SOUZA, ROSÂNGELA VELOSO E MARIA FERNANDA SANTOS FIGUEIREDO BRITO**, foi aprovado e apresentado no I CONGRESSO INTERNACIONAL DE EDUCAÇÃO E INOVAÇÃO, promovido pela Universidade Estadual de Montes Claros (Unimontes), no período de 24 a 27 de outubro de 2023.

Montes Claros/MG, 27 de outubro de 2023.

Código: 03b01535-c3fb-48e4-af66-e3c1457eab22
Verificação: <https://congresso.unimontes.br/certificates/03b01535-c3fb-48e4-af66-e3c1457eab22>


Wagner de Paulo Santiago
Reitor da Universidade Estadual de Montes Claros


Maria das Dores Magalhães Veloso
Pró-Reitora de Pesquisa da Unimontes e Presidente do Congresso

Minicurso 1



CERTIFICADO

Certificamos que **Maria de Fátima Fernandes Santos Silva** desenvolveu o minicurso **"ADICÇÃO EM REDES SOCIAIS E TRANSTORNOS MENTAIS"** na(s) E.E. Augusta Valle durante a realização do Programa Biotemas nas Escolas, programa vinculado ao Departamento de Estágio e Práticas Escolares - DEPE e à Pró Reitoria de Extensão da Universidade Estadual de Montes Claros - UNIMONTES, realizado entre os dias 31/05 e 02/06, com carga horária de 35h.

Montes Claros - MG, 21 de junho de 2023


Prof.ª. Dra. Ellen Parrela
 Coordenadora do Programa BIOTEMAS






Minicurso 2



CERTIFICADO

Certificamos que **Maria de Fátima Fernandes Santos Silva** desenvolveu o minicurso **"REDES SOCIAIS - ADICÇÃO EM FOCO"** na(s) E.E. Antônio Figueira durante a realização do Programa Biotemas nas Escolas, programa vinculado ao Departamento de Estágio e Práticas Escolares - DEPE e à Pró Reitoria de Extensão da Universidade Estadual de Montes Claros - UNIMONTES, realizado entre os dias 31/05 e 02/06, com carga horária de 30h.

Montes Claros - MG, 21 de junho de 2023


Prof.ª. Dra. Ellen Parrela
 Coordenadora do Programa BIOTEMAS






Minicurso 3



CERTIFICADO

Certificamos que **Maria de Fátima Fernandes Santos Silva** desenvolveu o minicurso **Vamos falar sobre vício em smartphone e redes sociais?** na(s) Escola Estadual Monsenhor Gustavo durante a realização do Programa Biotemas nas Escolas, programa vinculado ao Departamento de Estágio e Práticas Escolares - DEPE e à Pró Reitoria de Extensão da Universidade Estadual de Montes Claros - UNIMONTES, realizado entre os dias 27 e 29 de Setembro, com carga horária de 30h.

Montes Claros - MG, 06 de Novembro de 2023


Profª. Dra. Ellen Parrela
 Coordenadora do Programa BIOTEMAS





Minicurso 4



CERTIFICADO

Certificamos que **Maria de Fátima Fernandes Santos Silva** desenvolveu o minicurso **Adicção em smartphones e redes sociais: tudo que você precisa saber** na(s) Escola Estadual Cristina Guimarães durante a realização do Programa Biotemas nas Escolas, programa vinculado ao Departamento de Estágio e Práticas Escolares - DEPE e à Pró Reitoria de Extensão da Universidade Estadual de Montes Claros - UNIMONTES, realizado entre os dias 27 e 29 de Setembro, com carga horária de 30h.

Montes Claros - MG, 06 de Novembro de 2023


Profª. Dra. Ellen Parrela
 Coordenadora do Programa BIOTEMAS





Oficina 1



Oficina 2



Educação em Saúde 1



UNIVERSIDADE ESTADUAL DE MONTES CLAROS – UNIMONTES

DECLARAÇÃO DE RELEVANTE PRODUTO TÉCNICO OU TECNOLÓGICO

Ano: 2022

| | |
|----------------------------------|--|
| Título do Trabalho/ Produto | Adicção em redes sociais |
| Autores/desenvolvedor do produto | Maria de Fátima Fernandes Santos Silva e Sarah Martins Souza |
| Co-autor(es) | Isabella Cardoso Boa Santos, Maria Elizangela Ferreira Santos, Meriele Santos Souza, Rosângela Veloso, Lucineia de Pinho e Maria Fernanda Santos Figueiredo Brito |
| Declarante | Isabella Cardoso Boa Santos |
| Cargo/Função | Coordenadora dos Cursos Técnicos de Enfermagem |
| Entidade/Instituição | Colégio Excelência |
| Descrição resumida do objeto | <p>Trata-se de uma educação em Saúde realizada com os alunos do curso Técnico de Enfermagem, visando sensibilizar os discentes quanto às consequências do uso exacerbado das redes sociais. O objeto da pesquisa partiu da solicitação dos coordenadores da Instituição, em que observaram alterações no comportamento dos estudantes, em especial, na turma em que foi feita a intervenção.</p> <p>A atividade desenvolveu-se em dois momentos. No primeiro, foi apresentado os facilitadores e descrito sobre o tema o qual seria discutido, em formato de minicurso com explanação da temática. No segundo momento, as facilitadoras apresentaram um vídeo curto sobre o tema. No terceiro momento, deu-se seguimento as discussões acerca do tema, direcionados por meio de perguntas aos participantes. Após as falas dos estudantes eram pontuados e mediados pelas facilitadoras.</p> <p>Como resultado, houve grande participação, envolvimento e interesse por parte dos alunos, apontando reflexão quanto ao tempo que passam navegando pelas redes sociais. Aparece também a preocupação de algumas mães com os filhos que passam grande parte do tempo dentro do quarto usando as redes sociais por meio do smartphone. Também surgem entre as falas, o fato dos alunos conhecerem parentes e mães que utilizam constantemente o celular e não escutam ou não dão atenção ao que os filhos falam, sendo que os filhos relataram sentir estranheza no comportamento dos pais. Faz-se saber que, alguns dos alunos desconheciam a existência do vício relacionado à internet e redes sociais.</p> <p>Pode-se concluir que o tema trabalhado é de grande relevância para a população escolar, visto que nesse ambiente exige foco, concentração e equilíbrio com o uso das tecnologias. Nesse sentido, a educação em saúde é uma estratégia de fundamental importância para levar o conhecimento até o público alvo e conscientizar pais, crianças e adolescentes sobre o tema pretendido. Sugere-se que a educação em saúde quanto às consequências da adicção a internet, ocorra periodicamente, desde o Ensino Fundamental, na rede básica, até os cursos profissionalizantes, uma vez que é meio para sensibilizar e promover hábitos de vida saudável, capaz de melhorar a qualidade de vida do indivíduo.</p> |

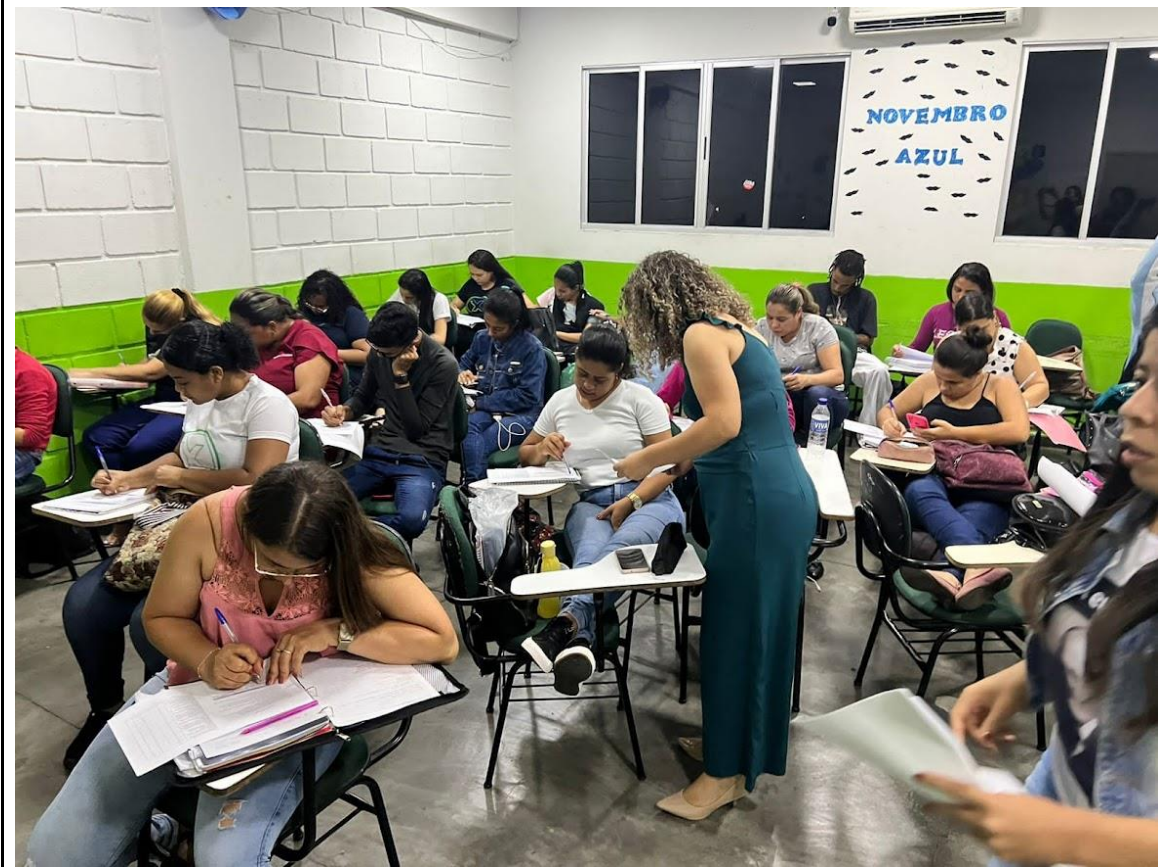
Declaramos que o produto descrito acima, desenvolvido pelo Programa de Pós-Graduação em Cuidado Primário em Saúde (Curso de Mestrado Profissional), da Universidade Estadual de Montes Claros, possui caráter de relevância e aplicabilidade concreta na melhoria dos processos internos relacionados ao mesmo na Atenção Primária à Saúde do município de Montes Claros, Minas Gerais, Brasil, sob nossa responsabilidade e gestão.

Montes Claros, 01 de dezembro de 2022.

ISABELLA C. B. SANTOS
COORDENADORA DE CURSOS
TÉCNICOS DE ENFERMAGEM

Assinatura do Declarante

(Para uso do Programa): Pode ser classificado como Produto: () Técnico () Tecnológico.



Educação em Saúde 2



UNIVERSIDADE ESTADUAL DE MONTES CLAROS – UNIMONTES

DECLARAÇÃO DE RELEVANTE PRODUTO TÉCNICO OU TECNOLÓGICO

Ano: 2022

| | |
|----------------------------------|---|
| Título do Trabalho/ Produto | Adicção em redes sociais e smartphones: a importância do olhar investigativo do Agente Comunitário de Saúde. |
| Autores/desenvolvedor do produto | Maria de Fátima Fernandes Santos Silva e Sarah Martins Souza |
| Co-autor(es) | Lucineia de Pinho e Maria Fernanda Santos Figueiredo Brito |
| Declarante | Daniela Cristina Martins Dias Veloso |
| Cargo/Função | Coordenadora do Núcleo de Atenção Primária à Saúde do Município de Montes Claros |
| Entidade/Instituição | Secretaria Municipal de Saúde |
| Descrição resumida do objeto | <p>Trata-se de uma educação continuada realizada com os Agentes Comunitários em Saúde (ACS), durante o evento "Dia do ACS: cuidar de quem cuida", evento promovido pelo Programa de Pós Graduação em Cuidados Primários à Saúde – PPGCP da UNIMONTES e parceria com a coordenação da Atenção Primária à Saúde do município de Montes Claros, realizado em 07 de outubro de 2022.</p> <p>O objetivo foi apresentar e sensibilizar os ACS quanto às consequências do uso exacerbado das redes sociais e smartphone, principalmente entre os estudantes. A atividade desenvolveu-se da seguinte maneira: no primeiro momento, foi feita uma explanação sobre o tema pelas facilitadoras, seguido por discussões entre os participantes, os quais relataram as suas impressões e experiências acerca do tema. Ao final, os ACS foram convidados a escreverem, em um cartaz, uma mensagem ou um fato que tivessem vivido relacionado ao tema ou fazer uma sugestão do que poderia ser feito de intervenção em caso de que percebessem o uso muito frequente das redes sociais por estudantes.</p> <p>Como resultado, houve grande participação, envolvimento e interesse por parte dos ACS, apontando para a reflexão do quanto de tempo que as pessoas e até mesmo eles próprios passam navegando pelas redes sociais, bem como a frequência de telas para crianças. Ressaltam o tanto que os aplicativos de comunicação, como o whatsapp, são utilizados como ferramenta de trabalho no cotidiano do ACS. Aparece também as falas de que algumas crianças e adolescentes passam grande parte do tempo dentro do quarto usando as redes sociais por meio do smartphone. Faz-se saber que, alguns dos ACS desconheciam a existência do vício relacionado à internet e redes sociais.</p> <p>Pode-se concluir que o tema trabalhado é de grande relevância para os profissionais ACS, visto que, como parte da atenção primária à saúde trabalham com a proposta de promoção da saúde e prevenção de doenças, o que sinaliza o estímulo à promoção de hábitos de vida saudável.</p> |

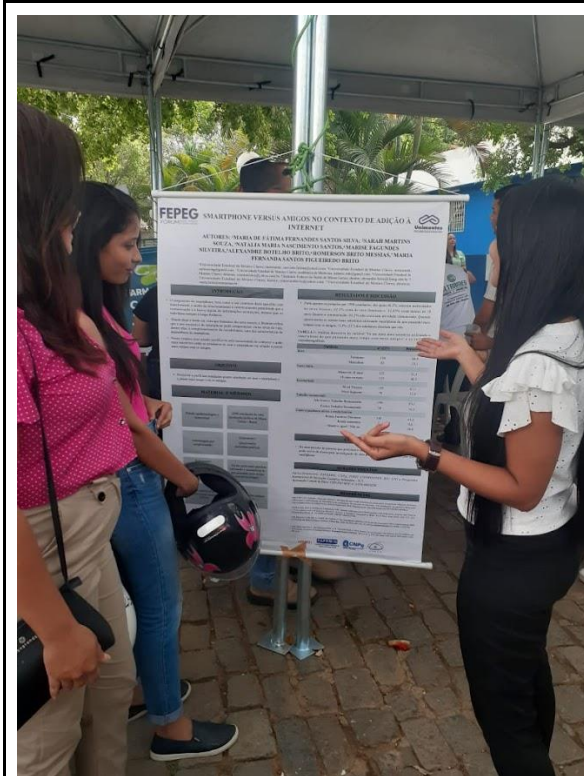
Declaramos que o produto descrito acima, desenvolvido pelo Programa de Pós-Graduação em Cuidado Primário em Saúde (Curso de Mestrado Profissional), da Universidade Estadual de Montes Claros, possui caráter de relevância e aplicabilidade concreta na melhoria dos processos internos relacionados ao mesmo na Atenção Primária à Saúde do município de Montes Claros, Minas Gerais, Brasil, sob nossa responsabilidade e gestão.

Montes Claros, 07 de outubro de 2022.

Daniela C. M. Dias Veloso
Coord. de Atenção Primária
SUS/SUS - Montes Claros-MG

Assinatura do Declarante

(Para uso do Programa): Pode ser classificado como Produto: () Técnico () Tecnológico.



Pitch

Instagram



Podcast



UNIVERSIDADE ESTADUAL DE MONTES CLAROS
PROGRAMA PÓS GRADUAÇÃO EM CUIDADO PRIMÁRIO EM SAÚDE



DECLARAÇÃO

Declaramos para os devidos fins que Maria de Fátima Fernandes Santos Silva participou da organização do Podcast "Agentes comunitários de saúde na Atenção Primária à Saúde: um olhar para os desafios da saúde do estudante" realizado nos dias 02 a 05 de outubro de 2023 durante o evento "III Semana do ACS e I Semana Nacional do ACS", totalizando 10 horas de carga horária.

Montes Claros - MG, 18 de Março de 2024

Profa. Josiane Santos Brant Rocha
Coordenadora do Programa de Pós-Graduação em Cuidado Primário em Saúde/Unimontes

Universidade Estadual de Montes Claros – CNPJ: 22.675.359/0001-00
Campus Universitário Professor Darcy Ribeiro / Vila Maurício
CEP: 39401-089 Montes Claros – MG
<https://www.posgraduação.unimontes.br/ppgps/>
Tel: (38) 3229-8292



Agentes comunitários de saúde na APS: Um olhar para os desafios da saúde do estudante-Podcast NuPeSE

NuPeSE - Montes Claro
68 inscritos

Inscrito

7

Compartilhar



Seminário



Seminários da Iniciação Científica

Programa de Pós-graduação em Ciências da Saúde
Programa de Pós-graduação em Cuidado Primário em Saúde

CERTIFICADO

Certificamos que **MARIA DE FÁTIMA FERNANDES SANTOS SILVA** ministrou o seminário **“Palestra – Estrutura de Artigo Científico”** da série de Seminários da Iniciação Científica (On-line) realizado em 17 de novembro de 2022, com carga horária de 2 (duas) horas.


Rosângela R. Veloso Silva
Professora do PPGCPS
Coordenadora do Projeto


Desirée Sant'Ana Haikal
Professora do PPGCS


Lucinéia de Pinho
Professora do PPGCPS


Maria Fernanda S. F. Brito
Professora do PPGCPS


Marise Fagundes Silveira
Professora do PPGCS

Realização:





Apoio:




6 CONCLUSÃO

Este estudo verificou elevada prevalência de adicção nas redes sociais pelos estudantes universitários.

A adicção em redes sociais em universitários está associada à faixa etária menor que 23 anos, ausência do exercício de atividade remunerada, à prática de atividade física menor que três vezes por semana, à menor frequência de interação afetiva e a presença de Síndrome de *Burnout*.

As redes sociais mais utilizadas pelos estudantes foram o *whatsApp*, o *Instagram*, o *facebook* e o *X (Twitter)*. Dentre essas, o uso excessivo do *Instagram* mostrou-se como potencial fator de risco para a adicção em redes sociais entre estudantes universitários.

Sugere que novos estudos sejam realizados com as famílias de pessoas adictas, a fim de conhecer os desafios e sentimentos gerados a partir desse problema, para que se possa buscar maneiras de auxiliar essas famílias e contribuir para a resolução do problema.

7 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Essa pesquisa mostra a importância de estimular as interações presenciais dos estudantes e atentar para características intrínsecas do indivíduo com foco em prevenir, monitorar e controlar casos de adicção em redes sociais. É necessário, para esta finalidade, implementar, na comunidade acadêmica, serviços que proporcionem o cuidado integral do estudante, incluindo cuidados com o bem-estar digital e qualidade de vida. Algumas das atividades que podem ser implementadas são a avaliação do quadro mental do estudante, com vistas a identificar alguma morbidade psicológica preexistente (Shek; Chai; Zhou, 2023), adotar terapia em formato de grupo multifamiliar, a fim de facilitar a comunicação e o vínculo entre pais e filhos (Liu *et al.*, 2015) e incentivar a prática regular de atividade física (Li *et al.*, 2020).

Salienta-se que uma abordagem equilibrada pode envolver a promoção de um estilo de vida ativo e saudável e, ao mesmo tempo, estabelecer medidas para conscientização e controle do uso excessivo das redes sociais. Além disso, é essencial oferecer suporte psicológico e estratégias de mudança de comportamento para aqueles discentes que apresentam sinais significativos de adicção em redes sociais. É importante, também, promover a conscientização sobre os impactos do uso excessivo das redes sociais, incentivando uma relação saudável com a tecnologia, em que o equilíbrio entre atividades *online* e *offline* seja valorizado.

Esta pesquisa sobre a adicção em redes sociais ampliou consideravelmente o meu conhecimento sobre o assunto, mostrou-me o quão prevalente é esse problema no nosso meio, e permitiu-me inferir a possibilidade de chamar a atenção ao possível aumento de casos de pessoas adictas, tendo em vista a facilidade de acesso e as multifunções das mídias sociais. Possibilitou-me também, além do levantamento de dados, a produção de novos conhecimentos acerca desse assunto, por meio de resumos científicos publicados para além da fronteira brasileira, em eventos nacionais e internacionais, assim como a devolutiva para a comunidade, por meio dos produtos que visam a ação de controle, prevenção e combate à dependência em redes sociais, desenvolvidos com métodos diferentes, como foi o caso da realização dos minicursos, oficinas, *pitch*, *podcast* e criação do *Instagram*. Agora, finalizo esse processo com um artigo científico e a dissertação do mestrado. Por isso, é importante destacar que o grupo de pesquisadores

também tem feito ações referentes ao tema nos diferentes campi do IFNMG, locais em que ocorreu a coleta dos dados aqui discutidos, favorecendo o acesso desses saberes a mais pessoas e, por fim, atingindo vários públicos.

Nesse percurso, o desenvolvimento dos produtos técnicos permitiu conhecer um lado ainda não explorado pela literatura: o contexto parental. Para a família, é um grande desafio lidar com presença da adicção em redes sociais, especialmente quando afeta um filho. Os impactos nas interações familiares advindos dessa realidade abrangem desde conflitos em relação ao tempo gasto *online* até problemas de comunicação e isolamento, prejudicando as relações familiares. Desse modo, sugiro que novos estudos sejam realizados com as famílias de pessoas adictas em *internet* e em redes sociais, a fim de conhecer os desafios e os sentimentos gerados por esse problema, para, a partir de então, sanar a lacuna existente sobre isso na literatura, investindo na busca por maneiras de contribuir para a resolução do problema, o que se mostrou, através deste estudo, de fundamental importância.

Este trabalho destacou também a importância do processo de educação em saúde, processo que permitiu o compartilhamento de informações de cunho científico, e valorizou os saberes e os conhecimentos prévios dos participantes, com objetivo de promover o conhecimento e as habilidades necessárias para que as pessoas possam tomar decisões sobre sua saúde (FALKENBERG *et al.*, 2014) a respeito do tema discorrido. Isso envolveu a disseminação de informações, que auxiliam os indivíduos a adotarem comportamentos saudáveis e a serem mais ativos na promoção do seu próprio bem-estar, campo muito importante para a melhoria da qualidade de vida e a prevenção de doenças - tecnologia leve e instrumento de grande valia para a utilização na Atenção Primária a Saúde (APS).

O direcionamento final aponta para a APS, a qual desempenha um papel crucial na prevenção da adicção às redes sociais. Os profissionais da APS, por meio de uma abordagem holística e centrada no paciente, conseguem atuar na educação e conscientização dos usuários das redes sociais. Para isso, podem atuar no rastreamento da condição adicta, incorporando perguntas sobre o uso de redes sociais durante as consultas de rotina, a fim de identificar potenciais problemas do uso exagerado das mídias sociais, e orientar sobre os impactos negativos do uso excessivo de redes sociais, explicando a importância do equilíbrio entre o uso de tecnologia e

das atividades *offline* saudáveis. Esses profissionais podem, ainda, ao identificar um padrão preocupante no uso das mídias digitais, oferecerem suporte e aconselhamento, ajudando o usuário a desenvolver estratégias de enfrentamento à situação.

Diante disso, com a execução desse trabalho, alargamos o conhecimento sobre a importância da Atenção Primária à Saúde, local que exerce papel fundamental no acompanhamento das crianças e indivíduos que têm tendência a alguma alteração no processo saúde-doença. Também constatamos a importância da Escola ou Universidade na contribuição para a promoção da saúde e reconhecimento precoce de problemas advindos das tecnologias, principalmente das redes sociais. Idealizamos, no futuro, intervenções na condição de saúde dos estudantes universitários, de modo que ocorra a elaboração de políticas públicas e protocolos assistenciais que recomendem e incentivem a participação desses jovens em nível de formação em atividades presenciais, além da disponibilização de profissionais capazes de atuarem junto aos estudantes diante da identificação precoce do menor sinal de alarme de patologias relacionadas às tecnologias, como as redes sociais.

No mais, ressalta-se que é possível elencar alguns ganhos com os achados desse estudo. O primeiro deles é o ganho local, em que a experiência de trabalhar com a nova forma de comunicação, que são as redes sociais, dentro do grupo de pesquisa NuPeSe, possibilitou vivências que ampliaram a visão de professores, estudantes, pais, profissionais da saúde e da educação básica sobre a importância do uso de tecnologias de comunicação para a promoção da saúde e prevenção de doença no mundo globalizado e pós-pandêmico.

Em seguida, teve-se o ganho nacional e internacional, em que esse estudo científico contribuiu para sanar lacunas da literatura em base de dados nacional e internacional, corroborando com outros estudos com esse recorte temático. Por fim, como último ganho, mas não menos importante, foi o profissional, que permitiu o aprofundamento do tema e a autorrealização em trabalhar com um assunto tão atual e necessário, oportunizado para que chegasse a várias pessoas por meio dos produtos técnicos desenvolvidos a partir dele.

REFERÊNCIAS

- AHMER, Z.; TANZIL, S. Internet addiction among social networking sites users: Emerging mental health concern among medical undergraduates of Karachi. *Pak J Med Sci.* [Online], [s. l.], v. 34, n. 6, p. 1473-1477, 2018. Doi: <https://doi.org/10.12669/pjms.346.15809>
- ALIMORADI, Z.; LIN, C.Y.; BROSTRÖM, A.; BÜLOW, P. H.; BAJALAN, Z.; OHAYON, M. M. G.; PAKPOUR, A. H. Internet addiction and sleep problems: A systematic review and meta-analysis. *Sleep Med Rev* [Online], [s. l.], v. 47, p. 51-61, 2019. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.smrv.2019.06.004>
- AL-MENAYES, J. J. Dimensions of social media addiction among university students in Kuwait. *Psychol Behav Sci* [Online], [s. l.], v. 4, n. 1, p. 23-28, 2015. Doi: <https://doi.org/10.11648/j.pbs.20150401.14>
- ALZOUGOOL, B.; WISHAH, R. Use and addiction of social networking applications by university students in Jordan. *J. Technol. Behav. Sci.* [Online], [s. l.], v. 4, p. 201–209, 2019. Doi: <https://doi.org/10.1007/s41347-018-0069-z>
- ARANTES JÚNIOR, A. F.; SILVA, S. S.; ARAÚJO, E. S. M.; SILVEIRA, M. A. C.; HEIMER, M. V. Associação entre qualidade do sono e o tempo de tela em adolescentes. *Res., Soc. Dev.* [Online], [s. l.], v. 10, n. 7, e43810716714, 2021. Doi: <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i7.16714>
- ASIBONG, U.; OKAFOR, C. J.; ASIBONG, I.; AYI, E.; OMORONYIA, O.; OWOIDOHO, U. Psychological distress and social media usage: a survey among undergraduates of a university in Calabar, Nigeria. *Niger Postgrad Med J* [Online], [s. l.], v. 27, n. 2, p. 115-121, 2020. Doi: https://doi.org/10.4103/npmj.npmj.169_19
- AWAD, E; KHOURY-MALHAME, M. E.; YAKIN, E.; HANNA, V.; MALAEB, D.; HALLIT, S. *et al.* Association between desire thinking and problematic social media use among a sample of Lebanese adults: The indirect effect of suppression and impulsivity. *Plos One* [Online], [s. l.], v. 17, n. 11, e0277884, 2022. Doi: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0277884>
- BÁNYAI, F.; ZSILA, Á.; KIRÁLY, O.; MARAZ, A.; ELEKES, Z.; GRIFFITHS, M. D. *et al.* Problematic social media use: results from a large-scale nationally representative adolescent sample. *Plos One* [Online], [s. l.], v. 12, n. 1, e0169839, 2017. Doi: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0169839>
- BENTO, T. P. F., Cornelio, G. P., Perrucini, P. de O., Simeão, S. F. A. P., de Conti, M. H. S., & de Vitta, A. Low back pain in adolescents and association with sociodemographic factors, electronic devices, physical activity and mental health. *Jornal de Pediatria*, v. 96, n. 6, p. 717–724, nov. 2020. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.jpmed.2019.07.008>
- BENINI, F. M., GUIDI, J. F., CAMPAGNOLO, M. T., CIACCIA, M. C. C., CIACCIA, F. R. D. A. S., RULLO, V. E. V. (2022). Is cell phone use associated with neck pain and disability

in skills of daily activities in young adults?. *BrJP*, v. 5, n. 2, p. 100–104, abr. 2022. Doi: <https://doi.org/10.5935/2595-0118.20220023-en>

BOER, M. M.; VAN DEN EIJNDEN, R. J. J. M.; BONIEL-NISSIM, M.; WONG, S. L.; INCHLEY, J. I.; BADURA, P. Adolescents' intense and problematic social media use and their well-being in 29 countries. *J Adolesc Health [Online]*, [s. l.], v. 66, n. 6, p. S89-S99, 2020. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2020.02.014>

BOYD, D. M.; ELLISON, N. B. Social network sites: definition, history, and scholarship. *IEEE [Online]*, [s. l.], v. 38, n. 3, p. 16-31, 2007. Doi: <https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2007.00393.x>

BRITO, A. B. ; LIMA CA ; BRITO, K. D. P. ; FREIRE, RS ; MESSIAS RB ; REZENDE LF ; BRITO MFSF ; PINHO L ; SILVEIRA MF . Prevalence of internet addiction and associated factors in students. *Estudos de Psicologia*, v. 40, p. 1, 2023. Doi: <https://doi.org/10.1590/1982-0275202340e200242>

CAMPOS, I. C. M.; PEREIRA, S. S.; SCHIAVON, I. C. A.; ALVES, M. Maslach *Burnout* inventory - human services survey (Mbi-hss): revisão integrativa de sua utilização em pesquisas Brasileiras. *Arq Cienc Saude UNIPAR [Online]*, Umuarama, v. 24, n. 3, p. 187-195, 2020. Doi: <http://dx.doi.org/10.25110/arqsaude.v24i3.2020.7875>

CARLOTTO, M. S.; CAMARA, S. G. Características psicométricas do Maslach *Burnout* Inventory - Student Survey (MBI-SS) em estudantes universitários brasileiros. *PsicoUSF [Online]*, Itatiba, v. 11, n. 2, p. 167-173, 2006. Doi: <https://doi.org/10.1590/1413-82712017220315>

CASTRO, Á.; BARRADA, J. R. Dating apps and their sociodemographic and psychosocial correlates: a systematic review. *Int J Environ Res Public Health [Online]*, [s. l.], v. 17, n. 18, p. 6500, 2020. Doi: <https://doi.org/10.3390/ijerph17186500>

CHA, S. S.; SEO, B. K. Smartphone use and smartphone addiction in middle school students in Korea: Prevalence, social networking service, and game use. *Health Psychol Open. [Online]*, [s. l.], v. 5, n. 1, 2018. Doi: <https://doi.org/10.1177/2055102918755046>

CHEN, C.; YANG, C.; NIE, Q. Social-emotional learning competencies and problematic internet use among chinese adolescents: a structural equation modeling analysis. *Int J Environ Res Public Health. [Online]*, [s. l.], v. 18, n. 6, p. 3091, 2021. Doi: <https://doi.org/10.3390/ijerph18063091>

CHEN, Y.; LIU, X.; CHIU, D. T.; LI, Y.; MI, B.; ZHANG, Y. *et al.* Problematic social media use and depressive outcomes among college students in China: Observational and experimental findings. *Int J Environ Res Public Health [Online]*, [s. l.], 2022; 19(9):4937. Doi: <https://doi.org/10.3390/ijerph19094937>

CHEN, B. C., CHEN, M. Y., WU, Y. F., & WU, Y. T. (2022). The relationship of social media addiction with internet use and perceived health: the moderating effects of regular exercise

intervention. *Front Public Health* [Online], [s. l.], 10, 854532. [Doi: https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.854532](https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.854532)

CHENG, C.; LAU, Y. C.; CHAN, L.; LUK, J. W. Prevalence of social media addiction across 32 nations: Meta-analysis with subgroup analysis of classification schemes and cultural values. *Addict. Behav.* [Online], [s. l.], v. 117, p. 106845, 2021. [Doi: https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2021.106845](https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2021.106845)

CORDEIRO, L. H.; SANTOS, L. C. R.; SILVA, R. S.; GOMES, G. C. Um olhar psicanalítico sobre a influência das redes sociais na constituição da autoimagem do adolescente. *REASE* [Online], [s. l.], v. 8, n. 11, p. 1368–1381, 2022. [Doi: https://doi.org/10.51891/rease.v8i11.7729](https://doi.org/10.51891/rease.v8i11.7729)

CÔRTE-REAL, B.; CORDEIRO, C.; CÂMARA PESTANA, P.; SILVA, I. D.; NOVAIS, F. Addictive potential of social media: a cross sectional study in Portugal. *Acta Med Port* [Online], [s. l.], v. 36, n. 3, p. 162–166, 2022. [Doi: https://doi.org/10.20344/amp.18470](https://doi.org/10.20344/amp.18470)

DOAN, L. P.; LE, L. K.; NGUYEN, T. T.; NGUYEN, T. T. P.; LE, M. N. V.; VU, G. T. *et al.* Social media addiction among Vietnam youths: patterns and correlated factors. *Int J Environ Res Public Health* [Online], [s. l.], v. 19, n. 21, p. 14416, 2022. [Doi: https://doi.org/10.3390/ijerph192114416](https://doi.org/10.3390/ijerph192114416)

ELHAI, J. D.; DVORAK, R. D.; LEVINE, J. C.; HALL, B. J. Problematic smartphone use: A conceptual overview and systematic review of relations with anxiety and depression psychopathology. *J. Affect. Disord.* [Online], [s. l.], v. 207, p. 251–259, 2017. [Doi: https://doi.org/10.1016/j.jad.2016.08.030](https://doi.org/10.1016/j.jad.2016.08.030)

FALKENBERG, M. B.; MENDES, T. P. L.; MORAES, E. P.; SOUZA, E. M. Educação em saúde e educação na saúde: conceitos e implicações para a saúde coletiva. *Ciência & Saúde Coletiva* [Online], [s. l.], v.19, n. 3, p. 847–852, 2014. [Doi: https://doi.org/10.1590/1413-81232014193.01572013](https://doi.org/10.1590/1413-81232014193.01572013)

FERMANN, I. L.; LEDUR, B.; BENETON, E. R.; SCHMITT, M.; CHAVES, J. G.; ANDRETTA, I. Uso de internet e mídias sociais por estudantes universitários: um campo de estudo emergencial. *Cienc. Psicol.* [Online], Montevideo, v. 15, n. 1, e2389, 2021. [Doi: https://doi.org/10.22235/cp.v15i1.2389](https://doi.org/10.22235/cp.v15i1.2389)

FRANÇA, I. S.; PEREIRA, A. M.; SOARES, B. R.; MEDEIROS, D. L. Cidade média, polarização regional e setor de educação superior: estudo de Montes Claros, no norte de Minas Gerais. *Rev Formação* [Online], [s. l.], v. 2, n. 16, p. 52-70, 2011. [Doi: https://doi.org/10.33081/formacao.v2i16.863](https://doi.org/10.33081/formacao.v2i16.863)

GRIFFITHS, M. A “components” model of addiction within a biopsychosocial framework. *J. Subst. Use* [Online], [s. l.], v. 10, n. 4, p. 191–197, 2005. [Doi: https://doi.org/10.1080/14659890500114359](https://doi.org/10.1080/14659890500114359)

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). Diretoria de Pesquisas. Coordenação de Pesquisas por Amostra de Domicílios. Pesquisa nacional por amostra de domicílios contínua 2021. *Acesso à Internet e à televisão e posse de telefone móvel celular para uso pessoal 2021*. IBGE, 2022. Disponível em

<https://biblioteca.ibge.gov.br/index.php/biblioteca-catalogo?view=detalhes&id=2101963>

Acesso em: 19 fev 2022.

INSTITUTO FEDERAL DO NORTE DE MINAS GERAIS (IFNMG). *Portal IFNMG*. Conheça o IFNMG. 2009. Disponível em: <https://portal.ifnmg.edu.br/ifnmg/conheca>. Acesso em: 04 dez 2023.

JERI-YABAR, A.; SANCHEZ-CARBONEL, A.; TITO, K.; RAMIREZ-DELCASTILLO, J.; TORRES-ALCANTARA, A.; DENEGRI, D. *et al.* Association between social media use (*Twitter, Instagram, Facebook*) and depressive symptoms: Are *Twitter* users at higher risk? *Int. J. Soc. Psychiatry* [Online], [s. l.], v. 65, n. 1, p. 14–19, 2019. Doi: <https://doi.org/10.1177/0020764018814270>

LEMOES, J. G.; COELHO, D. C. Who controls the internet?. *Rev Psicol.* [Online], [s. l.], v. 13, n. 2, p. 10 - 25, 2022. Doi: <https://doi.org/10.36517/revpsiufc.13.2.2022.1>

LIU, Q. X.; FANG, X. Y.; YAN, N.; ZHOU, Z. K.; YUAN, X. J.; LAN, J. *et al.* Multi-family group therapy for adolescent Internet addiction: exploring the underlying mechanisms. *Addict. Behav.* [Online], [s. l.], v. 42, p. 1–8, 2015. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2014.10.021>

LONGSTREET, P.; BROOKS, S. Life satisfaction: A key to managing internet & social media addiction. *Technol. Soc.* [Online], [s. l.], v. 50, p. 73–77, 2017. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.techsoc.2017.05.003>

MEDICAL SUBJECT HEADINGS (MESH). Health Science Descriptors. 2023. Disponível em: https://decs.bvsalud.org/ths/resource/?id=59332&filter=ths_termall&q=Transtorno%20de%20Adi%C3%A7%C3%A3o%20%C3%A0%20Internet#Concepts Acesso em 01 jan 2023.

MOROMIZATO, M. S.; FERREIRA, D. B. B.; SOUZA, L. S. M.; LEITE, R. F.; MACEDO, F. N.; PIMENTEL, D. The use of the internet and social networks and the relationship with symptoms of anxiety and depression among medical students. *Rev Bras Educ Med* [Online], [s. l.], v. 41, n. 4, p. 497-504, 2017. Doi: <https://doi.org/10.1590/1981-52712015v41n4RB20160118>

NUNES, P. P. B.; ABDON, A. P. V.; BRITO, C. B.; SILVA, F. V. M.; SANTOS, I. C. A.; MARTINS, D. Q. *et al.* Factors related to smartphone addiction in adolescents from a region in Northeastern Brazil. *Cien Saude Colet.* [Online], [s. l.], v. 26, n. 7, p. 2749-2758, 2021. Doi: <https://doi.org/10.1590/1413-81232021267.08872021>

PAWLIKOWSKA, A.; SZUSTER, E.; KOSTRZEWSKA, P.; MANDERA, A.; BIERNIKIEWICZ, M.; SOBIESZCZAŃSKA, M. *et al.* Internet addiction and polish women's sexual functioning: the role of social media, *Online* pornography, and game use during the Covid-19 pandemic—*Online* surveys based on FSFI and BSMAS questionnaires. *Int J Environ Res Public Health* [Online], [s. l.], v. 19, n. 13, p. 8193, 2022. Doi: <https://doi.org/10.3390/ijerph19138193>

PAWLIKOWSKA-GORZELAŃCZYK, A.; FICHTE, D.; ROZMUS, J.; RÖDER, P.; FLAKUS, R.; SZUSTER, E. *et al.* Impact of internet addiction, social media use and *Online* pornography on the male sexual function in times of the Covid-19 pandemic. *J. Clin. Med.* [Online], [s. l.], v. 12, n. 19, p. 6407, 2023. Doi: <https://doi.org/10.3390/jcm12196407>

PITEO, E. M.; WARD, K. Review: Social networking sites and associations with depressive and anxiety symptoms in children and adolescents – a systematic review. *Child Adolesc Ment Health* [Online], [s. l.], v. 25, n. 4, p. 201-216, 2020. Doi: <https://doi.org/10.1111/camh.12373>

RODRIGUEZ AÑEZ, C. R.; REIS, R. S.; PETROSKI, E. L. Versão brasileira do questionário "estilo de vida fantástico": tradução e validação para adultos jovens. *Arq. Bras. Cardiol* [Online], [s. l.], v. 91, n. 2, p. 102–9, 2008. Doi: <https://doi.org/10.1590/S0066-782X2008001400006>

ROULEAU, R. D.; BEAUREGARD, C; BEAUDRY, V. Um aumento no uso de mídia social em adolescentes durante a pandemia de COVID-19: a validação francesa da Bergen Social Media Addiction Scale em uma coorte canadense. *BMC Psychol* [Online], [s. l.], v. 11, n. 1, p. 92, 2023. Doi: <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01141-2>

SEDGWICK, R.; EPSTEIN, S.; DUTTA, R.; OUGRIN, D. Social media, internet use and suicide attempts in adolescents. *Curr Opin Psychiatry* [Online], [s. l.], v. 32, n. 6, p. 534–541, 2019. Doi: <https://doi.org/10.1097/YCO.0000000000000547>

SHEK, D. T. L.; CHAI, W.; ZHOU, K. Risk factors and protective factors of internet addiction in university students during the pandemic: implications for prevention and treatment. *Int J Environ Res Public Health* [Online], [s. l.], v. 20, n. 11, p. 5952, 2023. Doi: <https://doi.org/10.3390/ijerph20115952>

SILVA, A. F. S.; JAPUR, C. C.; PENAFORTE, F. R. O. Repercussions of social networks on their users' body image: integrative review. *Psic: Teor e Pesq* [Online], [s. l.], v. 36, 2020. Doi: <https://doi.org/10.1590/0102.3772e36510>

SILVA, D. S. M.; SÉ, E. V. G.; LIMA, V. V.; BORIM, F. S. A.; OLIVEIRA, M. S.; PADILHA, R. Q. Metodologias ativas e tecnologias digitais na educação médica: novos desafios em tempos de pandemia. *Rev Bras Educ Med* [Online], [s. l.], v. 46, n. 2, e058, 2022. Doi: <https://doi.org/10.1590/1981-5271v46.2-20210018>

SILVA, G. T.; SANTOS, M.; SALOTI, H. S.; MEDEIROS, K. Utilização de redes sociais por acadêmicos de medicina de uma universidade do estado de Santa Catarina. *Cad Bras Saude Mental* [Online], [s. l.], v. 15, n. 43, p. 94–116, 2023. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/cbsm/article/view/76399>. Acesso em: 11 mar. 2024.

SOUZA, A. M. F.; NASCIMENTO, P. S. F.; OLIVEIRA, B. V. C.; BARBOSA, F. R. S.; MONTEIRO, M. L.; GOUVEIA, R. S. Mantenedoras de ensino superior do Brasil e o uso de mídias sociais: uma análise comparativa. *RISTI* [Online], [s. l.], v. 44, n. 12, p. 38-49, 2021. Doi: <https://doi.org/10.17013/risti.44.38-49>

SSERUNKUUMA, J.; KAGGWA, M. M.; MUWANGUZI, M.; NAJJUKA, S. M.; MURUNGI, N.; KAJJIMU, J. *et al.* Problematic use of the internet, smartphones, and social media among medical students and relationship with depression: An exploratory study. *Plos One* [Online], [s. l.], v. 18, n. 5, e0286424, 2023. Doi: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0286424>

STOCKDALE, L. A.; COYNE, S. M. Bored and Online: Reasons for using social media, problematic social networking site use, and behavioral outcomes across the transition from

adolescence to emerging adulthood. *J Adolesc [Online]*, [s. l.], v. 79, p. 173–183, 2020. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2020.01.010>

SVICHER, A.; FIORAVANTI, G.; CASALE, S. Identifying the central symptoms of problematic social networking sites use through network analysis. *J Behav Addict [Online]*, [s. l.], v. 10, n. 3, p. 767–778, 2021. Doi: <https://doi.org/10.1556/2006.2021.00053>

TANG, C. S. K.; WU, A. M. S.; YAN, E. C. W.; KO, J. H. C.; KWON, J. H.; YOGO, M. et al. Relative risks of Internet-related addictions and mood disturbances among college students: a 7-country/region comparison. *Public Health [Online]*, [s. l.], v. 165, p. 16–25, 2018. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2018.09.01>

TRIOLA, M. F. *Introdução à estatística: atualização da tecnologia*. 11. ed. [s. l.]: LTC, 2014.

TULLETT-PRADO, D.; DOLEY, J. R.; ZARATE, D.; GOMEZ, R.; STAVROPOULOS, V. Conceptualising social media addiction: a longitudinal network analysis of social media addiction symptoms and their relationships with psychological distress in a community sample of adults. *BMC Psychiatry [Online]*, [s. l.], v. 23, n. 509, 2023. Doi: <https://doi.org/10.1186/s12888-023-04985-5>

VAZ, T. S. *A dependência de smartphone em estudantes de medicina: uma revisão narrativa*. 2021. 57f. Dissertação (Mestrado) - Universidade José do Rosário Vellano, Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu em Ensino em Saúde, Belo Horizonte, 2021.

WE ARE SOCIAL. *Digital 2023 - global overview report*: The essential guide to the world's connected behaviours. We Are Social: Meltwater, 2023. Disponível em <https://wearesocial.com/uk/blog/2023/01/digital-2023/>. Acesso em: 26 março 2023.

WE ARE SOCIAL. *Digital 2024: 5 billion social media users*. We Are Social: Meltwater, 2023. Disponível em: <<https://wearesocial.com/uk/blog/2024/01/digital-2024-5-billion-social-media-users/>>. Acesso em 28 abril de 2024.

YAEL, L.; ZOHAR, S.; RUTH, K. Disordered eating and media exposure among adolescent girls: the role of parental involvement and sense of empowerment. *Int J Adolesc Youth [Online]*, [s. l.], v. 20, n. 3, p. 375–391, 2015. Doi: <https://doi.org/10.1080/02673843.2015.1014925>

YANG, S. C.; TUNG, C. Comparison of internet addicts and non-addicts in Taiwanese high school. *Comput Human Behav [Online]*, [s. l.], v. 23, n. 1, p. 79–96, 2007. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.chb.2004.03.037>

YOUNG, K. S. Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychol Behav [Online]*, [s. l.], v. 1, n. 3, p. 237–244, 1998. Doi: <https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237>

ZHIQING, Z.; HUAN, L.; DONGMEI, Z.; HUANHUAN, W.; MING, Z.; ANLE, H. Mediating effects of academic self-efficacy and smartphone addiction on the relationship between professional attitude and academic *Burnout* in nursing students: A cross-sectional study. *Nurse Educ. Today [Online]*, [s. l.], v. 116, p. 105471, 2022. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2022.105471>

ŽMAVC, M.; ŠORGO, A.; GABROVEC, B.; CRNKOVIČ, N.; CESAR, K.; SELAK, Š. The protective role of resilience in the development of social media addiction in tertiary students and psychometric properties of the Slovenian Bergen Social Media Addiction Scale (BSMAS). *Int J Environ Res Public Health*. [Online], [s. l.], v. 19, n. 20, p. 13178, 2022. Doi: <https://doi.org/10.3390/ijerph192013178>

APÊNDICE A
INSTRUMENTOS PARA COLETA DE DADOS
DADOS SOCIODEMOGRÁFICOS

| | |
|----|---|
| 1 | Sexo: 1 () Masc 2 () Fem |
| 2 | Idade: _____ anos |
| 3 | Estado civil: 1 () Solteiro 3 () Divorciado/Separado 2 () Casado/União estável 4 () Viúvo |
| 4 | Turno que estuda: 1 () Matutino 3 () Noturno 2 () Vespertino 4 () Integral |
| 5 | Curso: 1 () Ensino Médio. Série _____ 2 () Curso Superior. Qual curso? _____ Período: _____ |
| 6 | Tipo de instituição de ensino: 1 () Pública 2 () Privada |
| 7 | Você trabalha? 1 () Sim. Quantas horas você trabalha por dia? _____ horas 2 () Não |
| 8 | A sua atividade profissional necessita ter acesso à internet? 1 () Sim 2 () Não 3 () Não trabalho |
| 9 | Quais tecnologias você comumente utiliza no seu dia a dia (pode ser marcada mais de uma opção): 1 () Não utilizo nenhuma 2 () <i>WhatsApp</i> 3 () <i>Telegram</i> 4 () <i>Navegadores (Chrome, Firefox, Internet Explorer, etc.)</i> 5 () <i>E-mail (Gmail, Yahoo, Hotmail e outros)</i> 6 () <i>Facebook</i> 7 () <i>Instagram</i> 8 () <i>Twitter</i> 9 () Outra(s). Qual(is)? _____. |
| 10 | Em qual cidade você mora? _____ |
| 11 | Você mora na zona urbana ou rural? 1 () Urbana 2 () Rural |
| 12 | Qual o campus do IFNMG que você estuda? 1 () Campus Almenara 2 () Campus Araçuaí 3 () Campus Arinos 4 () Campus Avançado Janaúba 5 () Campus Januária 6 () Campus Montes Claros 7 () Campus Pirapora 8 () Campus Avançado Porteirinha |

| | |
|----|---|
| | 9 () Campus Salinas 10 () Campus Teófilo Otoni 11 () Campus Diamantina |
| 13 | Você exerce alguma atividade (trabalho) remunerada? 1 () Sim 2 () Não |

ESCALA DE ADICÇÃO AS REDES SOCIAIS

Este presente formulário tem como objetivo avaliar os sintomas de adicção dos estudantes em redes sociais, visando investigar as relações da sua utilização da *internet* com a pessoa humana. Todas as perguntas abaixo devem ser respondidas.

| | |
|---|---|
| 1 | Utilizo muito mais vezes as redes sociais do que pretendia. 1- Discordo Totalmente 2- Discordo 3- Nem discordo/ Nem concordo 4- Concordo 5- Concordo Totalmente |
| 2 | Considero que a vida sem as redes sociais seria aborrecida. 1- Discordo Totalmente 2- Discordo 3- Nem discordo/ Nem concordo 4- Concordo 5- Concordo Totalmente |
| 3 | Tenho abdicado muitas vezes do meu trabalho escolar/estágio por causa das redes sociais. 1- Discordo Totalmente 2- Discordo 3- Nem discordo/ Nem concordo 4- Concordo 5- Concordo Totalmente |
| 4 | Fico irritado se alguém me interrompe quando estou a utilizar as redes sociais. 1- Discordo Totalmente 2- Discordo 3- Nem discordo/ Nem concordo 4- Concordo 5- Concordo Totalmente |
| 5 | Não sinto necessidade de utilizar as redes sociais. 1- Discordo Totalmente 2- Discordo 3- Nem discordo/ Nem concordo 4- Concordo 5- Concordo Totalmente |
| 6 | Não percebo a passagem do tempo quando estou utilizando as redes sociais. 1- Discordo Totalmente 2- Discordo 3- Nem discordo/ Nem concordo 4- Concordo |

| | |
|----|---|
| | 5- Concordo Totalmente |
| 7 | É difícil dormir logo após a utilização das redes sociais. 1- Discordo Totalmente 2- Discordo 3- Nem discordo/ Nem concordo 4- Concordo 5- Concordo Totalmente |
| 8 | Fico aborrecido se tiver que reduzir a quantidade de tempo que passo nas redes sociais. 1- Discordo Totalmente 2- Discordo 3- Nem discordo/ Nem concordo 4- Concordo 5- Concordo Totalmente |
| 9 | Os meus familiares queixam-se frequentemente da importância que dou às redes sociais. 1- Discordo Totalmente 2- Discordo 3- Nem discordo/ Nem concordo 4- Concordo 5- Concordo Totalmente |
| 10 | As minhas notas escolares desceram por causa da utilização das redes sociais. 1- Discordo Totalmente 2- Discordo 3- Nem discordo/ Nem concordo 4- Concordo 5- Concordo Totalmente |
| 11 | Costumo usar as redes sociais durante o horário escolar/estágio. 1- Discordo Totalmente 2- Discordo 3- Nem discordo/ Nem concordo 4- Concordo 5- Concordo Totalmente |
| 12 | Costumo cancelar encontros com os meus amigos por causa da necessidade que tenho de utilizar as redes sociais. 1- Discordo Totalmente 2- Discordo 3- Nem discordo/ Nem concordo 4- Concordo 5- Concordo Totalmente |
| 13 | Várias vezes me noto pensando sobre o que aconteceu nas redes sociais quando eu não estou utilizando-as. 1- Discordo Totalmente 2- Discordo 3- Nem discordo/ Nem concordo 4- Concordo 5- Concordo Totalmente |
| 14 | Sinto que minha dependência às redes sociais tem aumentado significativamente desde que as comecei a utilizá-las. 1- Discordo Totalmente |

| | |
|--|---|
| | 2- Discordo 3- Nem discordo/ Nem concordo 4- Concordo 5- Concordo Totalmente |
|--|---|

ESTILO DE VIDA FANTÁSTICO

| Família e Amigos | |
|------------------|---|
| 1 | Tenho alguém para conversar as coisas que são importantes para mim. 1 <input type="checkbox"/> Quase nunca 2 <input type="checkbox"/> Raramente 3 <input type="checkbox"/> Algumas vezes 4 <input type="checkbox"/> Com relativa frequência 5 <input type="checkbox"/> Quase sempre |
| 2 | Dou e recebo afeto. 1 <input type="checkbox"/> Quase nunca 2 <input type="checkbox"/> Raramente 3 <input type="checkbox"/> Algumas vezes 4 <input type="checkbox"/> Com relativa frequência 5 <input type="checkbox"/> Quase sempre |
| Atividade | |
| 3 | Sou vigorosamente ativo pelo menos durante 30 minutos por dia (corrida, bicicleta, etc.). 1 <input type="checkbox"/> Menos de 1 vez por semana 2 <input type="checkbox"/> 1-2 vezes por semana 3 <input type="checkbox"/> 3 vezes por semana 4 <input type="checkbox"/> 4 vezes por semana 5 <input type="checkbox"/> 5 ou mais vezes por semana |
| 4 | Sou moderadamente ativo (jardinagem, caminhada, trabalho de casa). 1 <input type="checkbox"/> Menos de 1 vez por semana 2 <input type="checkbox"/> 1-2 vezes por semana 3 <input type="checkbox"/> 3 vezes por semana 4 <input type="checkbox"/> 4 vezes por semana 5 <input type="checkbox"/> 5 ou mais vezes por semana |
| Nutrição | |
| 5 | Como uma dieta balanceada: 1 <input type="checkbox"/> Quase nunca 2 <input type="checkbox"/> Raramente 3 <input type="checkbox"/> Algumas vezes 4 <input type="checkbox"/> Com relativa frequência 5 <input type="checkbox"/> Quase sempre |
| 6 | Frequentemente como em excesso (1) açúcar, (2) sal, (3) gordura animal e (4) bobagens e salgadinhos. 1 <input type="checkbox"/> Quatro itens 2 <input type="checkbox"/> Três itens 3 <input type="checkbox"/> Dois itens 4 <input type="checkbox"/> Um item 5 <input type="checkbox"/> Nenhum |

| | |
|---|---|
| 7 | Estou no intervalo de ____ quilos do meu peso considerado saudável. 1 <input type="checkbox"/> Mais de 8 kg 2 <input type="checkbox"/> 8 kg 3 <input type="checkbox"/> 6 kg 4 <input type="checkbox"/> 4 kg 5 <input type="checkbox"/> 2 kg |
| Cigarro e drogas | |
| 8 | Fumo cigarros. 1 <input type="checkbox"/> Mais de 10 por dia 2 <input type="checkbox"/> 1 a 10 por dia 3 <input type="checkbox"/> Nenhum nos últimos 6 meses 4 <input type="checkbox"/> Nenhum no ano passado 5 <input type="checkbox"/> Nenhum nos últimos cinco anos |
| 9 | Uso drogas como maconha e cocaína. 1 <input type="checkbox"/> Algumas vezes 2 <input type="checkbox"/> Nunca |
| 10 | Abuso de remédios ou exagero. 1 <input type="checkbox"/> Quase diariamente 2 <input type="checkbox"/> Com relativa frequência 3 <input type="checkbox"/> Ocasionalmente 4 <input type="checkbox"/> Quase nunca 5 <input type="checkbox"/> Nunca |
| 11 | Ingiro bebidas que contêm cafeína (café, chá ou “colas”). 1 <input type="checkbox"/> Mais de 10 vezes por dia 2 <input type="checkbox"/> a 10 vezes por dia 3 <input type="checkbox"/> a 6 vezes por dia 4 <input type="checkbox"/> 1 a 2 vezes por dia 5 <input type="checkbox"/> Nunca |
| Álcool | |
| 12 | Minha ingestão média por semana de álcool é: ____ doses: 1 <input type="checkbox"/> Mais de 20 2 <input type="checkbox"/> 13 a 20 3 <input type="checkbox"/> 11 a 12 4 <input type="checkbox"/> 8 a 10 5 <input type="checkbox"/> 0 a 7 |
| 13 | Bebo mais de quatro doses em uma ocasião. 1 <input type="checkbox"/> Quase diariamente 2 <input type="checkbox"/> Com relativa frequência 3 <input type="checkbox"/> Ocasionalmente 4 <input type="checkbox"/> Quase nunca 5 <input type="checkbox"/> Nunca |
| 14 | Dirijo após beber. 1 <input type="checkbox"/> Algumas vezes 2 <input type="checkbox"/> Nunca |
| Sono, cinto de segurança, estresse e sexo seguro | |
| 15 | Durmo bem e me sinto descansado. 1 <input type="checkbox"/> Quase nunca 2 <input type="checkbox"/> Raramente 3 <input type="checkbox"/> Algumas vezes |

| | |
|------------------------------|--|
| | 4 <input type="checkbox"/> Com relativa frequência 5 <input type="checkbox"/> Quase sempre |
| 16 | Uso cinto de segurança. 1 <input type="checkbox"/> Nunca 2 <input type="checkbox"/> Raramente 3 <input type="checkbox"/> Algumas vezes 4 <input type="checkbox"/> A maioria das vezes 5 <input type="checkbox"/> Sempre |
| 17 | Sou capaz de lidar com o estresse do meu dia a dia. 1 <input type="checkbox"/> Quase nunca 2 <input type="checkbox"/> Raramente 3 <input type="checkbox"/> Algumas vezes 4 <input type="checkbox"/> Com relativa frequência 5 <input type="checkbox"/> Quase sempre |
| 18 | Relaxo e desfruto do meu tempo de lazer. 1 <input type="checkbox"/> Quase nunca 2 <input type="checkbox"/> Raramente 3 <input type="checkbox"/> Algumas vezes 4 <input type="checkbox"/> Com relativa frequência 5 <input type="checkbox"/> Quase sempre |
| 19 | Pratico sexo seguro (ver explicação). 1 <input type="checkbox"/> Quase nunca 2 <input type="checkbox"/> Raramente 3 <input type="checkbox"/> Algumas vezes 4 <input type="checkbox"/> Com relativa frequência 5 <input type="checkbox"/> Quase sempre 6 <input type="checkbox"/> Não tenho vida sexual ativa |
| Tipo de comportamento | |
| 20 | Aparento estar com pressa. 1 <input type="checkbox"/> Quase sempre 2 <input type="checkbox"/> Com relativa frequência 3 <input type="checkbox"/> Algumas vezes 4 <input type="checkbox"/> Raramente 5 <input type="checkbox"/> Quase nunca |
| 21 | Sinto-me com raiva e hostil. 1 <input type="checkbox"/> Quase sempre 2 <input type="checkbox"/> Com relativa frequência 3 <input type="checkbox"/> Algumas vezes 4 <input type="checkbox"/> Raramente 5 <input type="checkbox"/> Quase nunca |
| Introspecção | |
| 22 | Penso de forma positiva e otimista. 1 <input type="checkbox"/> Quase nunca 2 <input type="checkbox"/> Raramente 3 <input type="checkbox"/> Algumas vezes 4 <input type="checkbox"/> Com relativa frequência 5 <input type="checkbox"/> Quase sempre |
| 23 | Sinto-me tenso e desapontado. 1 <input type="checkbox"/> Quase sempre |

| | |
|-----------------|---|
| | 2 <input type="checkbox"/> Com relativa frequência 3 <input type="checkbox"/> Algumas vezes 4 <input type="checkbox"/> Raramente 5 <input type="checkbox"/> Quase nunca |
| 24 | Sinto-me triste e deprimido. 1 <input type="checkbox"/> Quase sempre 2 <input type="checkbox"/> Com relativa frequência 3 <input type="checkbox"/> Algumas vezes 4 <input type="checkbox"/> Raramente 5 <input type="checkbox"/> Quase nunca |
| Trabalho | |
| 25 | Estou satisfeito com meu trabalho ou função. 1 <input type="checkbox"/> Quase nunca 2 <input type="checkbox"/> Raramente 3 <input type="checkbox"/> Algumas vezes 4 <input type="checkbox"/> Com relativa frequência 5 <input type="checkbox"/> Quase sempre |

MASLACH *BURNOUT* INVENTORY. STUDENT SURVEY (MBI-SS)

| | |
|---|--|
| 1 | Sinto-me emocionalmente esgotado pelos meus estudos. 1 <input type="checkbox"/> Nunca 2 <input type="checkbox"/> Algumas vezes 3 <input type="checkbox"/> Frequentemente 4 <input type="checkbox"/> Muito frequentemente 5 <input type="checkbox"/> Sempre |
| 2 | Questiono o sentido e a importância de meus estudos. 1 <input type="checkbox"/> Nunca 2 <input type="checkbox"/> Algumas vezes 3 <input type="checkbox"/> Frequentemente 4 <input type="checkbox"/> Muito frequentemente 5 <input type="checkbox"/> Sempre |
| 3 | Tenho aprendido muitas coisas interessantes no decorrer dos meus estudos. 1 <input type="checkbox"/> Nunca 2 <input type="checkbox"/> Algumas vezes 3 <input type="checkbox"/> Frequentemente 4 <input type="checkbox"/> Muito frequentemente 5 <input type="checkbox"/> Sempre |
| 4 | Sinto-me esgotado no fim do dia em que tenho aula. 1 <input type="checkbox"/> Nunca 2 <input type="checkbox"/> Algumas vezes 3 <input type="checkbox"/> Frequentemente 4 <input type="checkbox"/> Muito frequentemente 5 <input type="checkbox"/> Sempre |
| 5 | Durante as aulas, sinto-me confiante e realizo as tarefas de forma eficaz. 1 <input type="checkbox"/> Nunca 2 <input type="checkbox"/> Algumas vezes 3 <input type="checkbox"/> Frequentemente 4 <input type="checkbox"/> Muito frequentemente |

| | |
|----|---|
| | 5 <input type="checkbox"/> Sempre |
| 6 | Sinto-me cansado quando me levanto para enfrentar outro dia de aula. 1 <input type="checkbox"/> Nunca 2 <input type="checkbox"/> Algumas vezes 3 <input type="checkbox"/> Frequentemente 4 <input type="checkbox"/> Muito frequentemente 5 <input type="checkbox"/> Sempre |
| 7 | Sinto-me estimulado quando concluo com êxito a minha meta de estudos. 1 <input type="checkbox"/> Nunca 2 <input type="checkbox"/> Algumas vezes 3 <input type="checkbox"/> Frequentemente 4 <input type="checkbox"/> Muito frequentemente 5 <input type="checkbox"/> Sempre |
| 8 | Estudar e frequentar as aulas são, para mim, um grande esforço. 1 <input type="checkbox"/> Nunca 2 <input type="checkbox"/> Algumas vezes 3 <input type="checkbox"/> Frequentemente 4 <input type="checkbox"/> Muito frequentemente 5 <input type="checkbox"/> Sempre |
| 9 | Tenho me tornado menos interessado nos estudos desde que entrei nesta escola/universidade. 1 <input type="checkbox"/> Nunca 2 <input type="checkbox"/> Algumas vezes 3 <input type="checkbox"/> Frequentemente 4 <input type="checkbox"/> Muito frequentemente 5 <input type="checkbox"/> Sempre |
| 10 | Tenho me tornado menos interessado nos meus estudos. 1 <input type="checkbox"/> Nunca 2 <input type="checkbox"/> Algumas vezes 3 <input type="checkbox"/> Frequentemente 4 <input type="checkbox"/> Muito frequentemente 5 <input type="checkbox"/> Sempre |
| 11 | Considero-me um bom estudante. 1 <input type="checkbox"/> Nunca 2 <input type="checkbox"/> Algumas vezes 3 <input type="checkbox"/> Frequentemente 4 <input type="checkbox"/> Muito frequentemente 5 <input type="checkbox"/> Sempre |
| 12 | Sinto-me consumido pelos meus estudos. 1 <input type="checkbox"/> Nunca 2 <input type="checkbox"/> Algumas vezes 3 <input type="checkbox"/> Frequentemente 4 <input type="checkbox"/> Muito frequentemente 5 <input type="checkbox"/> Sempre |
| 13 | Posso resolver os problemas que surgem nos meus estudos. 1 <input type="checkbox"/> Nunca 2 <input type="checkbox"/> Algumas vezes 3 <input type="checkbox"/> Frequentemente |

| | |
|----|--|
| | 4 <input type="checkbox"/> Muito frequentemente 5 <input type="checkbox"/> Sempre |
| 14 | Tenho estado mais descrente do meu potencial e da utilidade dos meus estudos. 1 <input type="checkbox"/> Nunca 2 <input type="checkbox"/> Algumas vezes 3 <input type="checkbox"/> Frequentemente 4 <input type="checkbox"/> Muito frequentemente 5 <input type="checkbox"/> Sempre |
| 15 | Acredito que eu seja eficaz na contribuição com as aulas que frequento. 1 <input type="checkbox"/> Nunca 2 <input type="checkbox"/> Algumas vezes 3 <input type="checkbox"/> Frequentemente 4 <input type="checkbox"/> Muito frequentemente 5 <input type="checkbox"/> Sempre |

APÊNDICE B

TERMO DE CONCORDÂNCIA DA INSTITUIÇÃO

TERMO DE CONCORDÂNCIA DA INSTITUIÇÃO PARA PARTICIPAÇÃO EM PESQUISA

Título da pesquisa: IFNMG online: estudantes e a adicção em internet

Instituição promotora: Instituto Federal do Norte de Minas Gerais

Pesquisador Responsável: Alexandre Botelho Brito

Endereço e Telefone: 38 998913036

Atenção:

Antes de aceitar participar desta pesquisa, é importante que você leia e compreenda a seguinte explicação sobre os procedimentos propostos. Esta declaração descreve o objetivo, metodologia/procedimentos, benefícios, riscos, desconfortos e precauções do estudo. Também descreve os procedimentos alternativos que estão disponíveis a você e o seu direito de sair do estudo a qualquer momento. Nenhuma garantia ou promessa pode ser feita sobre os resultados do estudo.

1- Objetivo Investigar a adicção em internet entre estudantes, dos cursos técnicos integrados e superiores, do Instituto Federal do Norte de Minas Gerais.

2- Metodologia/procedimentos Trata-se de um estudo epidemiológico, transversal e analítico. A população de estudo será composta pelos discentes dos cursos integrados e superiores do IFNMG no ano de 2019. Para cálculo da amostra será utilizada fórmula fundamentada em prevalência de doença ou evento, considerando população infinita (TRIOLA, 2014).

No cálculo serão adotados os seguintes parâmetros: prevalência estimada de adicção em internet de 13% (YANG; TUNG, 2007), nível de confiança de 95% e margem de erro de 2%. Será utilizada a correção pelo efeito do desenho ($d_{eff}=2$) e acrescentado 15% para a taxa de não respostas. Será realizada uma amostragem por conglomerado em dois estágios. No primeiro, por probabilidade proporcional ao tamanho (PPT), será feito o sorteio dos cursos, estratificado por nível dos cursos (Integrado e superior). No segundo estágio, será realizado o sorteio das turmas, por amostragem aleatória simples (AAS). Todos os alunos das turmas selecionadas serão convidados a participar da pesquisa.

Após aprovação do projeto pelo Comitê de Ética em Pesquisa, será feito contato com a coordenação de cada um dos cursos selecionados, onde serão apresentados os objetivos, os procedimentos a serem adotados para o desenvolvimento da pesquisa, o termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE) e o termo de assentimento livre e esclarecido (TALE). No caso de concordância pela coordenação, será agendada a data para aplicação do questionário.

Previamente à aplicação dos questionários, os estudantes serão informados sobre os objetivos da pesquisa e sobre a preservação do anonimato. Os questionários serão aplicados em cada sala de aula selecionada por equipe treinada e sob a supervisão dos pesquisadores responsáveis pelo projeto.

3- Justificativa: A necessidade de conhecimento da prevalência da adicção em internet na comunidade escolar do IFNMG e dos possíveis fatores associados justificam esta pesquisa. Esse conhecimento poderá embasar as ações de bem-estar do discente, desenvolvidas pela gestão da instituição.

4- Benefícios: Os resultados serão repassados aos gestores e à comunidade da instituição, a fim de direcionar políticas de conscientização do uso excessivo da internet. Além disso, o estudo contribuirá com o conhecimento científico do tema.

Visto
Ab.

5- Desconfortos e riscos: Este estudo oferece risco mínimo. Prevê-se um desconforto em relação ao tempo de preenchimento do instrumento de coleta de dados que será minimizado pela padronização da equipe técnica na aplicação do mesmo.

6- Danos: O presente estudo não trará danos aos participantes

7- Metodologia/procedimentos alternativos disponíveis: Não se aplica

8- Confidencialidade das informações: Os questionários não são identificáveis e o pesquisador garante a confidencialidade das turmas participantes

9- Compensação/indenização: Não se aplica

10- Outras informações pertinentes: Não se aplica

11- Consentimento:

Li e entendi as informações precedentes. Tive oportunidade de fazer perguntas e todas as minhas dúvidas foram respondidas a contento. Este formulário está sendo assinado voluntariamente por mim, indicando meu consentimento para a participação desta instituição/ empresa, até que eu decida o contrário. Receberei uma cópia assinada deste consentimento. E que o mesmo só poderá ser aprovado nesta instituição após aprovação no Comitê de Ética da Instituição fomentadora da pesquisa.

Vico Mendes Pereira Lima / Diretor de Pesquisa do IFNMG



Profa. Vico Mendes Pereira Lima
Diretor de Pesquisa e Inovação
IFNMG - Pórculo
Postura nº 1.063/2018

10/10/19

Assinatura e carimbo do responsável pela instituição/ empresa

Data

Alexandre Botelho Brito - Professor EBTT Campus Montes Claros



Assinatura

10/10/19

Data

OBS.: 1) Durante o trabalho de campo, este termo deve ser feito em DUAS VIAS: uma para a instituição/ empresa participante da pesquisa e outra para ser arquivada; utilizar linguagem compreensível para população alvo.

APÊNDICE C

TERMO DE CONSETIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO PARA PARTICIPAÇÃO EM PESQUISA

Título da pesquisa: IFNMG ONLINE: ESTUDANTES E ADICÇÃO EM INTERNET

Instituição promotora: Instituto Federal Do Norte De Minas Gerais-IFNMG

Patrocinador: Sem patrocínio

Coordenador: Alexandre Botelho Brito

Atenção:

Antes de aceitar participar desta pesquisa, é importante que você leia e compreenda a seguinte explicação sobre os procedimentos propostos. Esta declaração descreve o objetivo, metodologia/procedimentos, benefícios, riscos, desconfortos e precauções do estudo. Também descreve os procedimentos alternativos que estão disponíveis a você e o seu direito de sair do estudo a qualquer momento. Nenhuma garantia ou promessa pode ser feita sobre os resultados do estudo.

1- Objetivo Investigar a adicção em internet entre estudantes dos cursos técnicos integrados e superiores do IFNMG.

2- Metodologia/procedimentos Trata-se de um estudo epidemiológico, transversal e analítico. A população de estudo é composta pelos discentes universitários e do ensino médio técnico integrado do Instituto Federal Do Norte De Minas Gerais-IFNMG. A amostra será de 2500 estudantes.

Será realizada uma amostragem por conglomerado em dois estágios. No primeiro, por probabilidade proporcional ao tamanho (PPT), será feito o sorteio dos cursos, estratificado por nível dos cursos (Integrado e superior). No segundo estágio, será realizado o sorteio das turmas, por amostragem aleatória simples (AAS). Todos os alunos das turmas selecionadas serão convidados a participar da pesquisa. Após aprovação do projeto pelo Comitê de Ética em Pesquisa e pela Superintendência Regional de Ensino, será feito contato com a coordenação de cada um dos cursos selecionados, onde serão apresentados os objetivos, os procedimentos a serem adotados para o desenvolvimento da pesquisa, o termo de consentimento livre e esclarecido e o termo de assentimento livre e esclarecido. No caso de concordância pela coordenação do curso, será agendada a data para aplicação do questionário.

Previamente à aplicação dos questionários, os estudantes serão informados sobre os objetivos da pesquisa e sobre a preservação do anonimato. Os questionários serão aplicados em cada sala de aula selecionada por equipe treinada e sob a supervisão do pesquisador responsável pelo projeto. Após o preenchimento, os estudantes depositarão os questionários em um envelope sem identificação.

Para avaliar a reprodutibilidade do instrumento, o questionário será aplicado e reaplicado, em intervalo de duas semanas, em 10% (n=250) da amostra. Para tal, serão sorteados quatro cursos e duas turmas de cada.

3- Justificativa: Esta pesquisa justifica-se pela necessidade de conhecimento da prevalência da adicção em internet na comunidade escolar do IFNMG e dos possíveis fatores associados. Esse conhecimento poderá embasar as ações de bem-estar do discente, desenvolvidas pela gestão da instituição.

4- Benefícios: Os resultados serão repassados aos gestores da instituição, a fim de direcionar políticas públicas de conscientização do uso excessivo da internet. Além disso, o estudo contribuirá com o conhecimento científico do tema.

5- Desconfortos e riscos: Este estudo oferece risco mínimo. Prevê-se um desconforto em relação ao tempo de preenchimento do instrumento de coleta de dados que será minimizado pela padronização da equipe técnica na aplicação do mesmo.

6- Danos: O presente estudo não trará danos aos participantes

7- Metodologia/procedimentos alternativos disponíveis: Não se aplica

8- Confidencialidade das informações: Os questionários não são identificáveis e o pesquisador garante a confidencialidade dos cursos e turmas participantes

9- Compensação/indenização: Não se aplica

10- Outras informações pertinentes

11- Assentimento:

Li e entendi as informações precedentes. Tive oportunidade de fazer perguntas e todas as minhas dúvidas foram respondidas a contento. Este formulário está sendo assinado voluntariamente por mim, indicando meu consentimento para participar nesta pesquisa, até que eu decida o contrário. Receberei uma cópia assinada deste assentimento.

| | | |
|---|---|---------------------------|
| _____ Nome do participante ou responsável | _____ Assinatura do participante ou responsável | _____/_____/_____ Data |
| _____ Alexandre Botelho Brito Coordenador da pesquisa | _____ Assinatura do coordenador | _____/_____/_____ Data |

ENDEREÇO DO PESQUISADOR: Rua Dois, 300 - Village do Lago I - Montes
Claros/MG - CEP: 39404-058
TELEFONE: (038) 2103-4141

APÊNDICE D

TERMO DE ASSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

TERMO DE ASSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO PARA PARTICIPAÇÃO EM PESQUISA

Título da pesquisa: IFNMG ONLINE: ESTUDANTES E ADIÇÃO EM INTERNET

Instituição promotora: Instituto Federal Do Norte De Minas Gerais-IFNMG

Patrocinador: Sem patrocínio

Coordenador: Alexandre Botelho Brito

Atenção:

Antes de aceitar participar desta pesquisa, é importante que você leia e compreenda a seguinte explicação sobre os procedimentos propostos. Esta declaração descreve o objetivo, metodologia/procedimentos, benefícios, riscos, desconfortos e precauções do estudo. Também descreve os procedimentos alternativos que estão disponíveis a você e o seu direito de sair do estudo a qualquer momento. Nenhuma garantia ou promessa pode ser feita sobre os resultados do estudo.

1- Objetivo Investigar a adição em internet entre estudantes dos cursos técnicos integrados e superiores do IFNMG.

2- Metodologia/procedimentos Trata-se de um estudo epidemiológico, transversal e analítico. A população de estudo é composta pelos discentes universitários e do ensino médio técnico integrado do Instituto Federal Do Norte De Minas Gerais-IFNMG. A amostra será de 2500 estudantes.

Será realizada uma amostragem por conglomerado em dois estágios. No primeiro, por probabilidade proporcional ao tamanho (PPT), será feito o sorteio dos cursos, estratificado por nível dos cursos (Integrado e superior). No segundo estágio, será realizado o sorteio das turmas, por amostragem aleatória simples (AAS). Todos os alunos das turmas selecionadas serão convidados a participar da pesquisa. Após aprovação do projeto pelo Comitê de Ética em Pesquisa e pela Superintendência Regional de Ensino, será feito contato com a coordenação de cada um dos cursos selecionados, onde serão apresentados os objetivos, os procedimentos a serem adotados para o desenvolvimento da pesquisa, o termo de consentimento livre e esclarecido e o termo de assentimento livre e esclarecido. No caso de concordância pela coordenação do curso, será agendada a data para aplicação do questionário.

Previamente à aplicação dos questionários, os estudantes serão informados sobre os objetivos da pesquisa e sobre a preservação do anonimato. Os questionários serão aplicados em cada sala de aula selecionada por equipe treinada e sob a supervisão do pesquisador responsável pelo projeto. Após o preenchimento, os estudantes depositarão os questionários em um envelope sem identificação.

Para avaliar a reprodutibilidade do instrumento, o questionário será aplicado e reaplicado, em intervalo de duas semanas, em 10% (n=250) da amostra. Para tal, serão sorteados quatro cursos e duas turmas de cada.

3- Justificativa: Esta pesquisa justifica-se pela necessidade de conhecimento da prevalência da adição em internet na comunidade escolar do IFNMG e dos possíveis fatores associados. Esse conhecimento poderá embasar as ações de bem-estar do discente, desenvolvidas pela gestão da instituição.

4- Benefícios: Os resultados serão repassados aos gestores da instituição, a fim de direcionar políticas públicas de conscientização do uso excessivo da internet. Além disso, o estudo contribuirá com o conhecimento científico do tema.

5- Desconfortos e riscos: Este estudo oferece risco mínimo. Prevê-se um desconforto em relação ao tempo de preenchimento do instrumento de coleta de dados que será minimizado pela padronização da equipe técnica na aplicação do mesmo.

6- Danos: O presente estudo não trará danos aos participantes

7- Metodologia/procedimentos alternativos disponíveis: Não se aplica

8- Confidencialidade das informações: Os questionários não são identificáveis e o pesquisador garante a confidencialidade dos cursos e turmas participantes

9- Compensação/indenização: Não se aplica

10- Outras informações pertinentes

11- Assentimento:

Li e entendi as informações precedentes. Tive oportunidade de fazer perguntas e todas as minhas dúvidas foram respondidas a contento. Este formulário está sendo assinado voluntariamente por mim, indicando meu consentimento para participar nesta pesquisa, até que eu decida o contrário. Receberei uma cópia assinada deste assentimento.

| | | |
|----------------------|----------------------------|----------------|
| _____ | _____ | ____/____/____ |
| Nome do participante | Assinatura do participante | Data |

| | | |
|----------------------------------|---------------------------|----------------|
| _____ Alexandre Botelho Brito | _____ | ____/____/____ |
| Coordenador da pesquisa | Assinatura do coordenador | Data |

ENDEREÇO DO PESQUISADOR: Rua Dois, 300 - Village do Lago I - Montes

Claros/MG - CEP: 39404-058

TELEFONE: (038) 2103-4141

ANEXOS A

PARECER CONSUBSTANCIADO DO COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA

**CENTRO UNIVERSITÁRIO
FIPMOC (UNIFIPMOC)**



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: IFNMG ONLINE: ESTUDANTES E ADICÇÃO EM INTERNET

Pesquisador: Alexandre Botelho Brito

Área Temática:

Versão: 1

CAAE: 32435520.3.0000.5109

Instituição Proponente: INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO NORTE

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 4.076.460

Apresentação do Projeto:

As informações elencadas nos campos "apresentação do projeto", "objetivo da pesquisa" e "avaliação dos riscos e benefícios" foram retiradas do arquivo Informações básicas da pesquisa (PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_1537000.pdf de 22/05/2020) e /ou projeto detalhado que foi anexado à plataforma. Trata-se de um estudo epidemiológico, transversal e analítico, cuja temática refere-se a adoção em internet (AI) e fatores associados. A população alvo será constituída por discentes do INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO NORTE DE MINAS GERAIS. As variáveis analisadas serão a Classificação Econômica Brasil (CEEB), Internet Addiction Test (IAT) e o questionário "Estilo de Vida Fantástico".

Objetivo da Pesquisa:

Segundo os pesquisadores, os objetivos foram:

Investigar a adoção em internet entre estudantes, dos cursos técnicos integrados e superiores, do Instituto Federal do Norte de Minas Gerais (IFNMG).

Objetivos secundários:

Caracterizar o comportamento dos estudantes quanto ao uso da internet;

Estimar a prevalência de adoção em internet entre estudantes;

Identificar a associação entre a adoção em internet com características demográficas, sócio econômicas, de estilo de vida e do perfil de uso da internet.

Endereço: Av. Prof. Aida Malvarina,80

Bairro: Ibituruna

CEP: 39.408-007

UF: MG

Município: MONTES CLAROS

Telefone: (38)3214-7100

Fax: (38)3212-1002

E-mail: dorothafranca@gmail.com

CENTRO UNIVERSITÁRIO FIPMOC (UNIFIPMOC)



Continuação do Parecer: 4.076.460

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Conforme os pesquisadores, o projeto envolve os seguintes riscos e benefícios: Prevê-se um desconforto em relação ao tempo de preenchimento do instrumento de coleta de dados que será minimizado pela padronização da equipe técnica na aplicação do mesmo. Quanto aos benefícios Os resultados serão repassados aos gestores da instituição, a fim de direcionar políticas públicas de conscientização do uso excessivo da internet. Além disso, o estudo contribuirá com o conhecimento científico do tema.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

Trata-se de uma pesquisa que contribuirá para o conhecimento e expansão das estratégias na melhoria da qualidade de vida dos estudantes.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Todos os documentos de caráter obrigatório foram apresentados e estão adequados: folha de rosto, TCLE, declaração do coordenador e projeto detalhado.

Recomendações:

Vide campo "conclusões ou pendências e lista de inadequações"

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Não há pendências ou inadequações no projeto.

1- Apresentar relatório final da pesquisa, até 30 dias após o término da mesma, por meio da Plataforma Brasil, em "enviar notificação".

2- O CEP- UNIFIPMOC deverá ser informado de todos os efeitos adversos ou fatos relevantes.

3- Caso a pesquisa seja suspensa ou encerrada antes do previsto, o CEP -UNIFIPMoc deverá ser comunicado, estando os motivos expressos no relatório final a ser apresentado.

4 - O TCLE deverá ser obtido em duas vias, uma ficará com o pesquisador e a outra com o participante da pesquisa;

5-Em conformidade com a Carta Circular nº. 003/2011/CONEP/CNS e Resolução 466/12, faz-se obrigatório a rubrica em todas as páginas do TCLE/TALE pelo participante de pesquisa ou responsável legal e, pelo pesquisador.

Endereço: Av. Prof. Aida Mauratina,80

Bairro: Ibituruna

CEP: 35.408-007

UF: MG

Município: MONTES CLAROS

Telefone: (38)3214-7100

Fax: (38)3212-1932

E-mail: dorotheafranca@gmail.com

CENTRO UNIVERSITÁRIO FIPMOC (UNIFIPMOC)



Continuação do Parecer: 4.876.660

Considerações Finais a critério do CEP:

O projeto respeita os preceitos éticos da pesquisa envolvendo seres humanos.

O CEP-UNIFIPMoc apreciou o projeto, sendo favorável à **APROVAÇÃO** do mesmo.

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

| Tipo Documento | Arquivo | Postagem | Autor | Situação |
|---|---|------------------------|-------------------------|----------|
| Informações Básicas do Projeto | PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_1537000.pdf | 22/05/2020 17:27:17 | | Aceito |
| Projeto Detalhado / Brochura Investigador | PROJETO.pdf | 22/05/2020 17:28:28 | Alexandre Botelho Brito | Aceito |
| Outros | Declaracao_do_coordenador.pdf | 22/05/2020 15:27:00 | Alexandre Botelho Brito | Aceito |
| TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência | TCLE.pdf | 22/05/2020 11:47:28 | Alexandre Botelho Brito | Aceito |
| TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência | TALE.pdf | 22/05/2020 11:47:03 | Alexandre Botelho Brito | Aceito |
| Folha de Rosto | folhaDeRosto_Assinada.pdf | 22/04/2020 18:20:00 | Alexandre Botelho Brito | Aceito |

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

MONTES CLAROS, 08 de Junho de 2020

Assinado por:
DOROTHÉA SCHMIDT FRANÇA
(Coordenador(a))

Endereço: Av. Prof. Aida Mainardi, 80

Bairro: Ibituruna

CEP: 38.408-007

UF: MG

Município: MONTES CLAROS

Telefone: (38)3214-7100

Fax: (38)3212-1002

E-mail: dorothaefranca@gmail.com