

AS INFLUÊNCIAS DAS REDES SOCIAIS NA SAÚDE MENTAL E NO DESEMPENHO ESCOLAR DE ADOLESCENTES

SALAZART, C. S.¹, SOARES, L. L.², QUINTANA, I. M.²

¹ Aluno, Colégio Nossa Senhora Auxiliadora – Bagé – RS – Brasil – caeldasilvasalazart@gmail.com

² Professor(a) Orientador(a), Colégio Nossa Senhora Auxiliadora – Bagé – RS – Brasil –
bgaux.secretaria@dombobsco.net

RESUMO

Através do avanço da tecnologia na atualidade, nota-se o uso cada vez mais comum e excessivo das redes sociais entre os jovens, surgindo grandes preocupações acerca das consequências dessa superexposição. O presente trabalho tem como objetivo analisar os impactos do uso das redes sociais na saúde mental e no desempenho escolar de adolescentes; e identificar as consequências e os riscos do uso das redes sociais nas suas vidas. Por meio de uma metodologia de natureza exploratória-descritiva, com uma abordagem quantitativa, foi realizada uma pesquisa de campo e uma revisão bibliográfica. Para a análise quantitativa, foi aplicado um questionário online, por meio do Google Forms, em uma amostra de 147 participantes entre 12 a 18 anos, alunos do 7º ano do Ensino Fundamental ao 3º do Ensino Médio. Os resultados demonstraram que a maioria dos adolescentes utilizavam redes sociais para se entreter, com um tempo de utilização entre 3h a 4h diárias, havendo um uso por mais tempo entre as meninas. Todos os participantes utilizam alguma rede social, se destacando o Whatsapp como a mais comum, e o Tik Tok como a utilizada por maior tempo e frequência. Além disso, mais da metade relatou ter notas consideradas boas, sendo que a utilização por mais de 5h foi associada a uma menor frequência de ter notas consideradas boas ou ótimas. Ademais, houve uma associação significativa entre utilizar redes sociais diariamente com maiores chances de relatar algum problema de saúde mental. Neste sentido, pode-se concluir que a utilização inadequada, excessiva e frequente das redes sociais gera grandes impactos negativos na saúde mental e no seu desempenho escolar dos adolescentes. Todavia, ainda não há total compreensão do funcionamento dessas influências, havendo a necessidade de se realizar mais pesquisas sobre o tema.

Palavras-chave: Redes Sociais, Saúde Mental, Adolescência, Desempenho Escolar.