



COMO A UTILIZAÇÃO DAS REDES SOCIAIS INFLUENCIAM NA SAÚDE MENTAL

Kettlin Mesquita Filgueiras da Silva Lemos¹, Norma Condinho Filgueiras², Andresa de Cássia Martini Mendes²

¹ Discente – UNIFIMES (e-mail: kettlinmesquita12@gmail.com)

² Docente – UNIFIMES

Modalidade do trabalho: () Extensão (x) Pesquisa

As redes sociais são plataformas digitais que foram criadas com a intenção de comunicação e interação entre amigos e grupos sociais, entretanto na modernidade se observa a influência que este meio de comunicação, pode afetar a saúde mental dos usuários. Este trabalho tem como objetivo verificar a influência negativa das redes sociais na saúde mental dos usuários. Para alcance de tais informações foram utilizados artigos encontrados na base de dados Google Acadêmico, revistas e livros. De acordo com o Filósofo e Sociólogo Polonês Zygmunt Bauman, existe uma relação entre as redes sociais e a sociedade de consumo moderna, o sociólogo associa o rápido consumo e descarte de produtos também envolvido com as relações humanas, onde as relações sociais são consumidas igualmente a um produto. Nesse viés, as relações humanas não possuem laços fortes entre as pessoas, ainda menciona as redes sociais um reflexo dessa teoria, levando o usuário a uma saúde mental fragilizada (1). Em pesquisa realizada por outros autores (2), realizando uma análise de adolescentes, concluem que os mesmos demonstram angústia, estresse e ansiedade por não conseguirem realizar com tanto “compromisso” os afazeres, incluindo o uso das redes sociais. Os entrevistados na pesquisa relataram que vêm as redes sociais uma obrigação e não um momento de descontração, e afirmam a necessidade de estarem sempre conectados em busca das recentes postagens de amigos (2). Nesse sentido, graduandos do curso de Medicina apontam alguns efeitos deletérios relacionado ao mal uso das redes sociais, como exemplo transtorno de humor, déficit de atenção, hiperatividade, ansiedade, sentimento de solidão, baixa autoestima, prejuízos de forma geral e suicídio (3). Conclui-se, que o uso da internet de maneira errônea traz comprovadamente resultados negativos e maléficos a saúde mental dos usuários cuja a pressão contemporânea, e a necessidade de estarem sempre conectados desencadeia transtornos mentais, levando a uma ideia subconscientemente de que as mídias sociais não são um local de entretenimento com os amigos.

Palavras-chave: Internet. relações humanas. transtornos mentais.

Referências:

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



2. MATTA, João Osvaldo Schiavon et al. Mal-estar na adolescência: jovens de agendas lotadas nas redes sociais. **Doutorado em Comunicação e Semiótica–São Paulo–SP**, 2012.

3. MOROMIZATOI, Máira Sandes et al. O uso de Internet e redes Sociais e a relação com Índícios de ansiedade e Depressão em Estudantes de medicina The use of the Internet and Social Networks and the relationship with Symptoms of anxiety and. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 41, n. 4, p. 497-504, 2017