

IV SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA

XXII Semana de Iniciação Científica

21 a 25 de outubro de 2019

Tema: "Desmonte da Pesquisa, Ciência e Tecnologia: repercussões e impactos tecnológicos, sociais e culturais"



REDES SOCIAIS, SAÚDE MENTAL E A ESTREITA RELAÇÃO COM A NOCIVIDADE: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Ellen Maria Souza Alencar¹, Maria Yanka Borges da Silva², Larissa Sampaio³, Andreza Borges de Santana⁴, Ana Beatriz Alves Domingos⁵, Anne Caroline Moisés do Nascimento A. Ribeiro⁶, Izabel Cristina Santiago Lemos⁷

O avanço tecnológico contribui para a transmissão de notícias, comunicações interpessoais, trabalhos e como ferramenta de lazer. Dentre as crescentes demandas tecnológicas, as redes sociais estão amplamente difundidas no contexto da sociedade contemporânea e por vezes, o que é exposto não condiz com a realidade vivenciada, predispondo indivíduos a distúrbios físicos e/ou psicológicos. O objetivo do trabalho é realizar levantamento na literatura para reconhecer quais são os impactos negativos das redes sociais relativos à saúde mental. Trata-se de uma revisão integrativa com análise de estudos obtidos nas bases de dados MedLINE e SciELO. Foram incluídos artigos completos, em inglês e português, sem distinção temporal, abordando repercussões negativas das mídias para a saúde mental. Foram excluídos artigos duplicados e que não se relacionavam ao objeto do estudo. A primeira busca foi feita ao associar os descritores em ciências da saúde (Decs) redes sociais e transtornos mentais, alcançando 21 artigos, na segunda busca, a associação de descritores redes sociais e saúde mental trouxe 29 artigos. Foram selecionados 3 artigos da MedLINE após a leitura. Na SciELO apenas 1 artigo foi selecionado, garantindo 4 artigos para a amostra do vigente trabalho e 47 artigos removidos. Os estudos demonstraram que as redes sociais são usadas de modo compensatório, expressando o sentimento de solidão pelas pessoas, levando à baixa qualidade de sono, devido à busca por apoio para se sentir protegido, cuidado e suprir

¹ Universidade Regional do Cariri, email: ellenalencar9816@gmail.com

² Universidade Regional do Cariri, email: maria.yanka@gmail.com

³ Universidade Regional do Cariri, email: sampaiolarissa496@gmail.com

⁴ Universidade Regional do Cariri, email: andrezasantana311@gmail.com

⁵ Universidade Regional do Cariri, email: ana.biasinha@hotmail.com

⁶ Universidade Regional do Cariri, email: annecarolinearrais@gmail.com

⁷ Universidade Regional do Cariri, email: izabel.lemos@urca.br

IV SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA

XXII Semana de Iniciação Científica

21 a 25 de outubro de 2019

Tema: *“Desmonte da Pesquisa, Ciência e Tecnologia: repercussões e impactos tecnológicos, sociais e culturais”*



carências internas, levando o ser a aceitar ajuda de pessoas que apesar de ouvir podem não saber orientar, visto que isso é papel da equipe profissional em saúde. O sono não restaurador é prejudicial pois reduzir a produtividade, concentração e memória, podendo predispor o indivíduo à ansiedade, distúrbios de humor e à depressão pois a busca das perfeições compartilhadas gera um efeito de impotência e dependência. Os usuários das tecnologias passam a viver para aparelhos e aplicativos como um escapismo contemporâneo, esquecem relações físicas e presenciais, se alimentam mal, e não praticam atividades físicas. Os prejuízos à saúde mental podem ser de ordem primária onde as tecnologias são a causa, ou secundária, quando os distúrbios já preexistem e as tecnologias colaboram com suas exacerbações. A mente ocupada em um mundo por vezes irrealista, impede o organismo de alcançar outras demandas fisiológicas e a exposição aos fatores de risco para transtornos mentais se torna mais evidente. Assim, tais resultados demonstram que as redes sociais têm o potencial de afetar diretamente a saúde mental do indivíduo, associando-se pelo uso excessivo com ansiedade, depressão e os transtornos de humor. A análise mostra que poucos estudos são direcionados a esta temática, porém, é preciso conhecer para notificar e buscar intervir de modo precoce e, assim, garantir melhor qualidade de vida ao indivíduo. Tais evidências científicas podem embasar os cuidados da equipe multidisciplinar para a sociedade.

Palavras-chave: Redes Sociais. Transtorno Mental. Saúde Mental.