

**UNILEÃO**  
**CENTRO UNIVERSITÁRIO DOUTOR LEÃO SAMPAIO**  
**CURSO DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA**

**MICKAELLY MELO DOS SANTOS**

**INFLUÊNCIAS DO USO EXCESSIVO DE APARELHOS ELETRÔNICOS NO  
DESENVOLVIMENTO PSICOSSOCIAL DO ADOLESCENTE.**

**JUAZEIRO DO NORTE- CE**  
**2022**

**MICKAELLY MELO DOS SANTOS**

**INFLUÊNCIAS DO USO EXCESSIVO DE APARELHOS ELETRÔNICOS NO  
DESENVOLVIMENTO PSICOSSOCIAL DO ADOLESCENTE.**

Trabalho de Conclusão de Curso – Artigo Científico, apresentado à Coordenação do Curso de Graduação em Psicologia do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, em cumprimento às exigências para a obtenção do grau de Bacharel em Psicologia.

**Orientador:** Me. Jéssica Queiroga de Oliveira.

**JUAZEIRO DO NORTE-CE  
2022**

**MICKAELLY MELO DOS SANTOS**

**INFLUÊNCIAS DO USO EXCESSIVO DE APARELHOS ELETRÔNICOS NO  
DESENVOLVIMENTO PSICOSSOCIAL DO ADOLESCENTE.**

Este exemplar corresponde à redação final aprovada do Trabalho de Conclusão de Curso, apresentado à Coordenação do Curso de Graduação em Psicologia do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, em cumprimento às exigências para a obtenção do grau de Bacharel em Psicologia.

Data da apresentação: 07/12/2022

**BANCA EXAMINADORA**

Orientador: MESTRE JÉSSICA QUEIROGA DE OLIVEIRA.

Membro: MESTRE LARISSA MARIA LINARD RAMALHO/UNILEÃO

Membro: DOUTORA EMILIA SUITBERTA DE OLIVEIRA TRIGUEIRO/UNILEÃO

**JUAZEIRO DO NORTE-CE  
2022**

## INFLUÊNCIAS DO USO EXCESSIVO DE APARELHOS ELETRÔNICOS NO DESENVOLVIMENTO PSICOSSOCIAL DO ADOLESCENTE.

Mickaelly Melo dos Santos<sup>1</sup>  
Jéssica Queiroga de Oliveira<sup>2</sup>

### RESUMO

A utilização demasiada das tecnologias pode resultar em comprometimentos significativos nos relacionamentos seja de cunho familiar ou social, além de comprometer atividades diárias do adolescente. Dessa forma o objetivo geral desta pesquisa é conhecer quais são as influências causadas pelo uso excessivo de aparelhos eletrônicos na adolescência. Assim o presente estudo trata-se de uma pesquisa bibliográfica de cunho qualitativo com caráter exploratório. Podemos compreender a adolescência como uma fase do desenvolvimento na qual envolve grandes mudanças no campo físico, cognitivo, social e emocional. Indivíduos que se encontram dependentes da tecnologia são nomeados de nomofóbicos, em decorrência do uso da tecnologia passar a ser considerado patológico e estar relacionado a outros transtornos como: ansiedade e depressão. Aponta-se, como considerações finais a importância de entender que o problema não é necessariamente da tecnologia em si, mas sim da utilização que se faz a partir dela. Compreende-se que o adolescente está suscetível a dependência tecnológica, em razão do mesmo não possuir mecanismos de controle, ou seja, traços de impulsividade, sendo este marcado nesse estágio da vida. Ressalta-se a importância de melhor discutir a temática do uso excessivo de aparelhos eletrônicos, tornando como aspecto relevante o questionamento de como os adolescentes da contemporaneidade vão lidar com possíveis problemas causados pela dependência em decorrência ao uso incessante de aparelhos eletrônicos.

**Palavras-chave:** Psicologia. Adolescentes. Tecnologia. Aparelhos eletrônicos. Nomofobia.

### ABSTRACT

The excessive use of technology can result in significant compromises in relationships, whether of a family or social nature, in addition to compromising the adolescent's daily activities. Thus, the general objective of this research is to know what are the influences caused by the excessive use of electronic devices in adolescence. Thus, the present study is a qualitative bibliographic research with an exploratory character. We can understand adolescence as a phase of development that involves great changes in the physical, cognitive, social, and emotional fields. Individuals who are dependent on technology are called nomophobic, because the use of technology is considered pathological and related to other disorders such as anxiety and depression. It is pointed out, as final considerations the importance of understanding that the problem is not necessarily the technology itself, but the use that is made of it. It is understood that the adolescent is susceptible to technological dependence, due to the fact that he/she does not possess control mechanisms, i.e., impulsiveness traits, which is marked in this stage of life. It is emphasized the importance of better discussing the theme of the excessive use of electronic devices, making as a relevant aspect the questioning of how contemporary adolescents will deal with possible problems caused by dependence due to the incessant use of electronic devices. Keywords: Psychology. Adolescents. Technology. Electronic devices. Nomophobia. Excessive use.

---

<sup>1</sup>Discente do curso de psicologia da UNILEÃO. Email: Mickaelly592@gmail.com

<sup>2</sup>Docente do curso de psicologia da UNILEÃO. Email: Jessicaqueiroga@leaosampaio.edu.br

## 1 INTRODUÇÃO

O século XXI trouxe consigo um avanço abrupto da tecnologia, que vem como um facilitador para mediar as relações sociais, sendo descabido pensar na possibilidade de viver sem ela nos dias atuais. Levando em consideração que a mesma auxilia na comunicação pessoas consideravelmente distantes na conexão com o mundo virtual, põe-se em evidência que de modo igual exerce grande influência na falta de comunicação no que se refere ao âmbito familiar. (SOUZA; DA CUNHA, 2019)

De acordo com os autores Silva e Silva (2017) quando as tecnologias digitais são utilizadas de maneira inadequada e excessiva, pode acarretar a catalisação no convívio familiar, arrematando no aumento dos conflitos familiares que geralmente vem acompanhado de menos proximidade do convívio social, essencialmente em relação ao tempo que adolescentes e pais passam juntos.

Desse modo compreende-se que é um fator prejudicial que leva à fragilidade dos vínculos familiares, a partir do momento em que o adolescente se abstém do seu meio familiar, ao trocar momentos de diálogos com seus pais para ficar em seu “mundo virtual” trancados em seus quartos. Podemos compreender de acordo com Silva (2019) que o âmbito familiar é um instrumento essencial no processo de socialização do adolescente, pois é através da família que os mesmos se tornam membros da sociedade. Logo a família é responsável por mediar a relação entre indivíduo e sociedade. A autora ainda afirma que a família faz a transmissão de valores, visão de mundo, comportamentos, hábitos, forma de falar, reação e ação em determinadas situações.

Levando em consideração a fala da autora Barros (2019 p.64) “Segundo a literatura o comportamento humano, a maioria das atividades (comportamentos) e substâncias que produzem efeitos prazerosos tende a ser repetidas”. Com isso enfatiza-se que os adolescentes quando conectados nas redes em tempo exorbitante são influenciados pelo que veem, com isso não percebem o tempo que passam nas redes.

Neste contexto a questão norteadora desse estudo encontra-se voltada para a seguinte problemática: quais são as influências causadas pelo uso excessivo de aparelhos eletrônicos no desenvolvimento psicossocial do adolescente? Desse modo a relevância social do trabalho em questão dá-se ao fato de que levando em consideração o avanço abrupto da tecnologia, onde pelo crescente número de adolescentes que fazem uso de tecnologias digitais interativas de modo desregrado faz-se importante entender quais são as consequências desses atos. O abuso na utilização de aparelhos eletrônicos traz preocupações de como os adolescentes da

contemporaneidade vão lidar com possíveis problemas causados pela dependência, por isso a importância de estudar o impacto desse uso indiscriminado. Reitera-se a relevância acadêmica desta pesquisa a pouca familiaridade do meio acadêmico sobre as tecnologias visto que a mesma vem ganhando maior popularidade nos últimos tempos. Além disso enfatiza-se a relevância pessoal voltada para o compromisso ético com a profissão futura de psicóloga no sentido de promover maior conhecimento acerca do uso excessivo das tecnologias precocemente e seus possíveis prejuízos causados pelo mesmo, bem como melhorar o fazer psicológico.

O arcabouço teórico partiu do objetivo geral analisar quais são as influências causadas pelo uso desregrado de aparelhos eletrônicos na adolescência. Em correspondência com essa finalidade, exprimiu-se os seguintes objetivos específicos: analisar como o uso excessivo de aparelhos eletrônicos durante a adolescência pode influenciar no contexto escolar, entender como o desenvolvimento social do adolescente é afetado pelo uso excessivo de aparelhos eletrônicos e identificar como o uso excessivo dos aparelhos eletrônicos condiciona o adolescente a ser dependente da tecnologia

## **2 METODOLOGIA**

O presente estudo trata-se de uma pesquisa bibliográfica, com o propósito de reunir as informações e dados existentes na literatura que serviram como base para a construção do estudo em questão. “A pesquisa bibliográfica é desenvolvida com base em material já elaborado, constituído principalmente de livros e artigos científicos” (GIL, 2002 p. 44).

Além disso pode ser classificada como estudo exploratório, sobre esse tipo de pesquisa Ramos (2009) ressalta que a mesma tem como objetivo proporcionar maior familiaridade com o desígnio de torná-lo mais explícito. A seleção das bases foi iniciada em uma fonte mais geral (google acadêmico), a partir das seguintes palavras chaves: psicologia; adolescentes; tecnologia; aparelhos eletrônicos; nomofobia, daí, foram encontrados os materiais que levaram às outras bases selecionadas, foram elas: scielo e pepsic. Foram usadas publicações científicas publicadas nos últimos cinco anos, entretanto, aquelas que excederem esses critérios e que foram relevantes para o desenvolvimento da pesquisa foram considerados. Ademais, a pesquisa tem caráter qualitativo, pois a mesma dispõe-se a sondar o conhecimento através de estudos, onde a finalidade de investigação envolve a compreensão e a descrição do tema, não envolvendo dados estatísticos (BRITO; OLIVEIRA; SILVA, 2021).

## **3 ADOLESCÊNCIA**

Podemos compreender a adolescência como uma fase do desenvolvimento que envolve grandes mudanças no campo físico, cognitivo, social e emocional das pessoas. Semelhante a outros estágios do desenvolvimento humano, o período da adolescência tem impacto na vida cotidiana do indivíduo, uma vez que a forma como uma cultura vê esse estágio, afeta a maneira como as experiências de cada indivíduo são tratadas. Contudo, esta fase é definida como o período que se segue à infância e precede a idade adulta, com variações em sua ocorrência devido a diferentes contextos culturais e representações sociais e econômicos. De modo geral, é a transição da infância para idade adulta. (PAPALIA; FELDMAN, 2013).

A transição da infância para adolescência traz consigo a formação de identidade, onde a mesma torna-se oriunda das relações entre o campo biológico e social do adolescente. Podemos compreender identidade como sendo um senso de ego bem organizado, composto de valores, crenças e objetivos com os quais o indivíduo está comprometido. (ERIKSON, 1972, *apud* SCHOEN-FERREIRA *et al.* 2009). A autora ainda afirma que nessa fase os adolescentes são permeados de crises, dúvidas, instabilidades e curiosidades. Papalia e Feldman (2013) baseadas nos estudos de Erikson (1968) traz que é normal que aconteça a confusão de identidade, pois nessa fase da vida a mesma encontra-se em formação. Essa identidade é responsável pela natureza do comportamento dos adolescentes, compreendida como uma associação do *self* e torna-se nítido que a busca dessa identidade provoca uma concepção dessa realidade de desordem na adolescência.

Analisando essa temática, Aberastury (1981) afirma que este processo corresponde “a perda definitiva de sua condição de criança” (p. 13). Ou seja, o sujeito passa por mudanças significativas no campo físico, social e psíquico, onde essas mudanças permitem ao mesmo instituir novas relações com o mundo em sua volta. Somente quando o adolescente for capaz de aceitar os aspectos da infância e da idade adulta ao mesmo tempo, o mesmo pode começar a aceitar as mudanças em seu corpo e sua nova identidade emergir. (ABERASTURY, 1981)

Segundo Papalia e Feldman (2013) a adolescência pode ser considerada também como uma construção social. As autoras ressaltam que no período pré-industrial o amadurecimento físico e/ou aprendizado profissional eram considerados como pré-requisito para crianças serem consideradas adultas, ou seja, não havia a compreensão desse estágio (adolescência) de desenvolvimento considerado tão importante para o desenvolvimento do sujeito. De acordo com Ferreira (2020) esse conceito “adolescência” vem passando por um processo de constante transformação ao que se refere às representações sociais do adolescente, pois possui uma importância simbólica nos diferentes nos canais de mídia como a televisão, cinema e a própria

internet. Os autores Schoen-Ferreira et al. (2010) afirmam que com a industrialização e a instituição de sistemas educacionais obrigatórios, a adolescência passou ser mais observada.

Partindo do pressuposto que a internet faz parte do cotidiano do adolescente, de acordo com a autora Ferreira et al. (2020 p. 2) “o espaço virtual configurou-se como um laboratório social para a vida real, de modo que a internet passou a ser usada também como forma de superar dificuldades sociais, conflitos emocionais e timidez”. A partir dessa ideia enfatiza-se os adolescentes que possuem dificuldades de se socializar com o mundo e as pessoas que nele habitam, fazem de seu mundo virtual, seu mundo real, pois a partir do momento em que o mesmo se sente inseguro no meio de outras pessoas, ao estar conectado virtualmente, ora em suas redes sociais, ora em jogos virtuais, sentimentos como a timidez não se manifestam.

Compreendendo o desenvolvimento biopsicossocial do adolescente, ao que se refere ao campo cognitivo e psicológico Piaget (1970), *apud* Papalia e Feldman (2013) atribui o termo “operatório–formal” como sendo a fase na qual o ser humano atinge o nível mais alto de desenvolvimento cognitivo, é a partir desse momento que o sujeito é capaz de pensar em termos abstratos que geralmente vem ocorrer por volta dos 11 anos de idade. Ressalta-se que nessa fase o adolescente já tem a capacidade de saber formular e testar hipóteses. As autoras ainda trazem que tal capacidade de pensar em termos abstratos pode acarretar em descontroles emocionais.

A adolescência é um período de descoberta de si mesmo e avaliação, onde exige dos adolescentes a capacidade de reconhecer compromissos, desenvolvimento de habilidades para explorar e gerar estratégias, considerar resultados, renunciar obstáculos e premeditação de tomada de decisões. Os indivíduos necessitam elaborar e integrar suas capacidades cognitivas, sociais, emocionais e corporais. (SCHOEN-FERREIRA *et al.* 2009).

Nesse estágio de desenvolvimento faz-se importante discorrer sobre as diferenças no que se refere a socialização de adolescentes do sexo feminino e do sexo masculino, onde as meninas tendem a ter uma facilidade maior em apresentar comportamento pró-social. De acordo com Papalia e Feldman (2013) as meninas tendem a serem mais empáticas e pró-sociais do que os meninos.

“O desenvolvimento moral pró-social do indivíduo diz respeito ao processo de aquisição e mudança dos julgamentos e comportamentos de ajuda ou benefício dirigidos a outros indivíduos ou grupos. São ações e/ou julgamentos voluntários e definidos em termos de suas conseqüências positivas”. (KOLLER; BERNARDES, 1997, p. 224)

Ressalta-se um ponto importante citado pelas autoras Papalia e Feldman (2013) no que diz respeito ao relacionamento do adolescente com seus pares, na qual de acordo com os estudos

os adolescentes que tem uma boa relação com seus pais, tendem a ser mais seguros. Entretanto, quando não há essa boa relação devido a uma resposta às necessidades do desenvolvimento, a quantidade de tempo que os adolescentes passam com seus pares tem grandes mudanças. Nessa fase ressalta-se também que o adolescente busca/luta por sua autonomia.

#### **4 NOMOFOBIA**

A Nomofobia é vista como nova doença do século XXI, à medida que os avanços tecnológicos se tornam mais presentes na vida das pessoas, o uso excessivo desses recursos torna-se mais abundante. Levando em consideração que a tecnologia facilita o cotidiano das pessoas, desenvolve o sentimento de prazer e conforto, porém quando usada de maneira excessiva pode vir a gerar grande desequilíbrio na vida de quem a utiliza. Em virtude disso percebeu-se a necessidade de desenvolver uma nomenclatura específica que fosse capaz de definir sinais e sintomas apresentados por pessoas com indicações de dependência tecnológica. (CHATFIELD, 2012, KING; NARDI; CARDOSO, 2014, *apud* TEIXEIRA, *et al.*, 2019).

Com base nessa suposição, a superabundância de tecnologia pode causar nomofobia, termo este proveniente da junção da palavra *no-mobile* com a palavra *fobos*, onde de acordo com Pereira (2013), esse termo deriva do inglês, significando sem aparelho celular, vocábulo esse, utilizado na contemporaneidade para descrever a fobia ou sensação de angústia que surge quando alguém está sem o seu aparelho celular ou sem outro dispositivo tecnológico. O autor ainda afirma que pessoas com a nomofobia quando impossibilitadas de conectar-se a aparelhos eletrônicos, podem apresentar sintomas, como: ansiedade e/ou falta de ar, tonturas, tremores, suores frios, batimentos cardíacos acelerados, dor no peito e até ataques de pânico.

A utilização demasiada dos aparelhos eletrônicos pode resultar em comprometimentos significativos nos relacionamentos, seja de cunho familiar ou social, além de comprometer atividades diárias do sujeito. Tais indivíduos que se encontram dependentes de aparelhos eletrônicos são nomeados de nomofóbicos, devido o uso dos mesmos passar a ser considerado patológico e estar relacionado a outros transtornos como: ansiedade e depressão. (TEIXEIRA, 2019).

A nomofobia é considerada um transtorno do grupo social virtual e digital da atualidade relacionada à ansiedade, ao desconforto, ao nervosismo ou à angústia ocasionados pela falta de contato com o computador ou com o telefone celular, ou seja, nomofobia é um medo patológico de permanecer sem contato com a tecnologia (BRAGAZZI; PUENTE, 2014, *apud* MAZIERO; OLIVEIRA, 2016.)

Nesse sentido, de acordo com as autoras Souza e Cunha, (2019) o uso excessivo dos aparelhos eletrônicos podem afetar de maneira significativa na vida dos usuários, de modo que afasta as pessoas do "mundo real" e promove o isolamento, resultando em depressão e outros problemas. Isso vem a partir do momento em que a convergência entre o indivíduo e a tecnologia passa a ser uma prioridade, ignorando outros tipos de interação.

Ainda se compreende, dessa importante temática, de acordo com o autor Bianchessi (2020) que a nomofobia é o medo irracional e muitas vezes irreprímível de ficar sem o celular ou ser impedido de usar por qualquer motivo. São despertados sentimentos de exclusão ou insociabilidade, principalmente entre os estudantes que encontram-se influenciáveis na personalidade a ser desenvolvida.

De modo consequente, o uso inadequado de dispositivos móveis, quando se torna uma obsessão, leva à perda do controle de seu manuseio e comportamentos compulsivos resultando assim no transtorno nomofobia, que por sua vez estimula o isolamento social caso não consiga se desconectar dessa virtualidade. (BIANCHESSI, 2020)

Embora o termo nomofobia não tenha sido incluída no Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5), a temática tem atraído novos olhares, onde mais atenção tem sido dada, sendo cada vez mais discutida pelos estudiosos em decorrência aos efeitos adversos psicopatológicos trazidos pelo mau uso dos aparelhos eletrônicos. (MAZIERO; OLIVEIRA, 2016; SOUZA; CUNHA, 2019).

Esse fenômeno é estudado principalmente entre os jovens que mais consomem esse tipo de tecnologia e enfrentam efeitos adversos como: afastamento dos relacionamentos presenciais, solidão, ansiedade e baixo nível de bem-estar. Mais recentemente, esse fenômeno foi definido como fobia específica, que se referem a transtornos de ansiedade e medos irracionais desencadeados por estímulos detalhados, como objetos ou eventos específicos. (BRAGAZZI; DEL PUENTE, 2014 *apud* DA SILVA, *et al.*, 2020).

Portanto, a Nomofobia segue os mesmos princípios orientadores de qualquer outra fobia, na qual a mesma é exteriorizada quando o sujeito se sente confrontado em situações que lhe causam medo considerado anormal. (TEIXEIRA, *et al.*, 2019). De acordo com o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5) (2014 p. 189) “indivíduos com fobia específica são apreensivos, ansiosos ou se esquivam de objetos ou situações circunscritos.

Nesse sentido faz-se importante estabelecer a diferença entre os termos ansiedade, medo e fobia. Os autores King, Nardi e Cardoso (2014) *apud* Oliveira *et al.* (2017) apresentam em sua obra que ansiedade é uma reação fisiológica do corpo que prepara para fugir ou lutar em uma situação de perigo, podendo provocar tremores, angústia, taquicardia e outros; definem o

medo como a interpretação de uma situação como perigosa para a pessoa, na qual a ansiedade pode estar acompanhada ou não; enquanto a fobia está relacionada com um medo muito desproporcional, muitas vezes considerado irracional. Ressalta-se que os mesmos podem vir a atrapalhar os afazeres do cotidiano e provocando prejuízos a qualidade de vida.

Existem algumas diferenças notáveis na experiência de tolerância e abstinência ao que refere-se à dependência da internet. Ao que se refere a tolerância, há diversos fatores na utilização da internet e outras tecnologias de mídia digital que por sua vez assemelham-se ao que ocorre nas dependências de substâncias. Os sintomas de abstinência variam de acordo com a realidade de cada indivíduo, sendo que a abstinência da internet se torna mais visível quando o acesso a rede tecnologia é retirada, principalmente quando a remoção em questão é feita pelos pais ou responsáveis. Esse grau de indignação podem incluir desde as explosões de fortes emoções quanto a um sentimento de estar faltando alguma coisa, podendo ocorrer expressões físicas referentes a raiva ou a chantagem. (GREENFIELD, 2011)

Coforme aponta Young *et al.* (2011) as dependências são definidas como a obsessão habitual de realizar determinadas atividades apesar das consequências negativas sobre o bem-estar biopsicossocial do indivíduo. Sendo assim a dependência patológica do uso do aparelho de aparelhos eletrônicos é análogo ao comportamento de um sujeito que apresenta vício em drogas ilícitas, propiciando a perda do controle emocional e comportamentos compulsivos. (KING, NARDI E CARDOSO, 2014) *apud* OLIVEIRA *et al.* 2017).

## **5 USO EXCESSIVO DA TECNOLOGIA E SUAS INFLUÊNCIAS NO DESENVOLVIMENTO PSICOSSOCIAL DO ADOLESCENTE.**

O uso da internet e seu uso desmoderado pode ser utilizada amplamente em qualquer faixa etária, nível educacional e/ou estado sócio-econômico. (ABREU; KARAM, *et al.*, 2008). Apesar dos grandes benefícios que as inovações tecnológicas trouxeram ao mundo, deve-se notar que em um ambiente virtual às vezes a realidade não é real. Desse modo faz-se necessário compreender como e quais áreas são comprometidas devido ao uso desmoderado das tecnologias. Reconhece-se que, além dos benefícios, os avanços tecnológicos podem provocar prejuízos à saúde da população, em especial dos adolescentes. (DE ALENCAR, 2018).

A utilização de longa duração de aparelhos eletrônicos pode acarretar em prejuízos psicossociais no cotidiano do adolescente de modo que o mesmo pode apresentar dificuldades em socializar-se com o meio na qual está inserido e aumentando a probabilidade do desencadeamento de transtornos psicológicos. (SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA,

2016). De acordo com Dos Santos, *et al.* (2014) a falta de controle do uso de aparelhos eletrônicos pode gerar prejuízos no âmbito escolar e social na vida do adolescente como o declínio do rendimento escolar, autoestima baixa, condutas antissociais, desencadeamento de transtornos mentais e comportamentais, distorção de hábitos, é comum também a confusão entre o mundo real e virtual, além dos sinais e sintomas que o corpo apresenta como dores musculares devido a falta de postura, trazendo complicações ao desenvolvimento físico, mental e social.

Os dados da pesquisa empírica realizada pela Secretaria Executiva da Rede Nacional Primeira Infância (2014) sobre o tema “O exagero de tecnologia deixa crianças e adolescentes desconectados do mundo real” evidenciou-se que muitos jovens já apresentam sintomas de dependência eletrônica sem motivo aparente, como baixo desempenho acadêmico, insônia ou nervosismo, onde os mesmos encontram-se “isolados” do mundo, viciados em seus dispositivos móveis relutantes em aprender a aproveitar atividades ao ar livre ou até mesmo dialogar com suas famílias e as demais pessoas que permeiam o seu redor sem uma tela. A pesquisa ainda revela que nos depoimentos realizados pelos pais das crianças e adolescentes o uso excessivo dos aparelhos eletrônicos trouxeram grandes riscos pra saúde biopsicossocial dos mesmos.

Partindo do pressuposto de que as tecnologias estão cada vez mais avançadas, é evidente que a mesma traz muitos benefícios de modo que facilitam o cotidiano do adolescente, gerando por meio de jogos eletrônicos virtuais um meio de lazer na qual o mesmo se sente bem e seguro ao estar conectado virtualmente. Os avanços tecnológicos forneceram inúmeros meios práticos e envolventes de conectar pessoas de diferentes partes do globo com seus mundos virtuais, na qual com facilidade a tecnologia proporciona com apenas uns clicks, o acesso internet, conteúdos dinâmicos, jogos eletrônicos acesso as redes sociais, com isso, conexões são estabelecidas em grupos virtuais e interações através dos aparelhos celulares se tornam rotina. (LEMOS, 2016. *apud* MELO, 2018).

A tecnologia está substituindo silenciosamente as práticas tradicionais que envolvem interação física entre as pessoas e seu ambiente, o uso indiscriminado da tecnologia desconstrói o vínculo afetivo entre os membros da família além do desempenho acadêmico do aluno declina quando há um desequilíbrio entre os aspectos cognitivos e emocionais. (PAIVA; COSTA, 2015).

O diagnóstico da dependência de aparelhos eletrônicos tem limitações, particularmente na distinção entre uso patológico e normal.

Isso ocorre pelo fato de a internet ser um serviço de frequente acesso, o que pode ocultar a dependência em diversas situações. Nesse aspecto, cabe relativizar o diagnóstico entre as situações nas quais o indivíduo se favorece das tecnologias, de

modo saudável, e as ocorrências de caráter prejudicial, em que o usuário não consegue mais controlar a necessidade de estar na internet e o tempo de uso (King et al., 2014; Young, 2004, 2007; Young & Abreu, 2011). Ainda, há que se considerar a falta de critérios técnicos, devido ao tema ser recente e aos poucos instrumentos apropriados a sua mensuração (PIROCCA, 2012; YOUNG, 2009, *apud* TUMELEIRO; COSTA *et al.*, 2018).

No Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5) (2014) podemos encontrar o “Transtorno do Jogo pela Internet” na qual podemos defini-lo como sendo o “uso persistente e recorrente da internet para envolver-se em jogos, frequentemente com outros jogadores, levando a prejuízo clinicamente significativo ou sofrimento.”.

O transtorno do jogo pela internet é um padrão de jogo pela internet excessivo e prolongado que resulta em um grupo de sintomas cognitivos e comportamentais, incluindo a progressiva perda de controle sobre o jogo, tolerância e sintomas de abstinência, análogos aos sintomas dos transtornos por uso de substâncias. (MANUAL DIAGNÓSTICO E ESTATÍSTICO DE TRANSTORNOS MENTAIS (DSM-5) 2014, p. 796)

As motivações para o uso excessivo de aparelhos eletrônicos são diversas, a internet torna-se atrativa para o uso, proporcionando ao adolescente uma experiência agradável, na qual por muitas vezes com o intuito de afastar-se de sentimentos desagradáveis, baixa autoestima, dificuldade e falta de habilidade nas relações sociais, o mesmo busca satisfazer suas necessidades não atendidas. Tal fator condiciona o sujeito a se tornar dependente da internet, por ser reforçada com sua utilização contínua e constante, até o ponto de abrir espaço para uma dependência. (PIROCCA, 2012; TUMELEIRO; COSTA *et al.*, 2018)

A adolescência é um período acarretado de incertezas, e a comunicação on-line costuma ser preferida às interações face a face. As pessoas desta geração, também conhecida como geração digital, estão expostas à internet de forma contínua e incessante desde a infância, devido ao seu uso excessivo podem apresentar dificuldade em distinguir entre o mundo real e virtual. (MACHADO, *et al.*, 2018).

O sujeito dependente, geralmente, busca isolar-se em seu mundo, descuidando de si mesmo, dos relacionamentos e das tarefas que permeiam seu cotidiano. Como outras dependências psicopatológicas, não apenas o indivíduo é afetado, mas todos ao seu redor, na qual conflitos familiares e sociais e a conectividade excessiva, podem estar correlacionadas devido a falta de manutenção das relações humanas e da própria vida que por sua vez são deixadas em segundo plano. (TUMELEIRO; COSTA *et al.*, 2018).

Abreu e Karan, (2008) apontam em sua obra que há uma relação entre o uso de jogos eletrônicos com o desenvolvimento de habilidades cognitivas e motoras, além da melhora na capacidade de orientação espacial e a facilitação da socialização. Os benefícios de seu uso

também foram testados e comprovados na terapia médica, incluindo a psicoterapia. Verzani e Serapião (2020) destacam que à depender do conteúdo do jogo, o mesmo pode trazer contribuições positivamente para o desenvolvimento intelectual de quem o usa, pois além de estimular o raciocínio lógico e memória, contribui com o aprimoramento de habilidades motoras finas. Em contrapartida os autores também afirmam que o uso excessivo dos aparelhos eletrônicos pode acarretar em malefícios e desregulagem na qualidade do sono, causando indisposição, e dores musculares (VERZANI; SERAPIÃO, 2020). Nesse contexto faz-se importante ressaltar que o problema não está no uso das tecnologias, e sim ao tempo de utilização das redes tecnológicas. (OLIVEIRA, *et al.* 2017).

A utilização demasiada da internet pode acarretar em consequências negativas, na qual atividades do cotidiano do sujeito podem ficar prejudicadas, além dos prejuízos à saúde e desencadeamento de transtornos psicológicos como ansiedade e depressão, déficit de atenção, baixo desempenho e isolamento social. Comportamentos agressivos também estão associados a dependência, fazendo com que o adolescente venha a ter problemas em seus relacionamentos interpessoais. O autor ressalta que a definição de “vício em internet” ainda é controversa, porém a mesma está embasada na analogia de que sua utilização de modo excessivo pode resultar em tormento psíquico e prejuízo funcional. (MACHADO, *et al.*, 2018).

Barros et al. (2019) considera a adolescência como uma fase marcada pela imaturidade dos sistemas cerebrais, o que faz com que a impulsividade seja um traço comportamental solidificado dessa etapa. Esse dado explica o fato de os adolescentes não possuírem controle quanto ao entusiasmo por algo que lhes desperta interesse tornando assim os principais acometidos pela dependência da tecnologia. Schmidek et al. (2018) apontam em sua obra que há uma alta comorbidade de dependência da internet com outros transtornos mentais, especialmente o transtorno de déficit de atenção com hiperatividade (TDAH).

Compreende-se por TDAH como sendo um “transtorno do neurodesenvolvimento definido por níveis prejudiciais de desatenção, desorganização e/ou hiperatividade-impulsividade.” (MANUAL DIAGNÓSTICO E ESTATÍSTICO DE TRANSTORNOS MENTAIS (DSM-5) (2014 p. 32 ). Comportamentos como hiperatividade, déficit de atenção e impulsividade, de maneira independente, têm sido encontrados em associação com a dependência tecnológica. Adolescentes diagnosticados com TDAH ao passar mais tempo na internet apresentam sintomas mais agravados com elevações comportamentais. (SCHMIDEK, *et al.* 2018).

De acordo com a Sociedade Brasileira de Pediatria, (2019) A utilização excessiva dos aparelhos eletrônicos pode acarretar em problemas na saúde mental dos adolescentes,

resultando em sintomas ansiosos e depressivos. Nesse sentido, faz-se importante considerar a importância do papel da psicologia para auxiliar no tratamento de possíveis problemas causados pelo uso excessivo de aparelhos eletrônicos. De acordo com Abreu *et al.* (2008) é sugerido a psicoterapia com o núcleo familiar e indivíduo e terapias de aconselhamento, afim de confrontar o comportamento compulsivo.

## **6 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Diante da temática exposta, faz-se importante reforçar que o problema não é, necessariamente da tecnologia em si, mas sim da utilização que se faz a partir dela. Nesta pesquisa optou-se por dar ênfase nas influências causadas pela utilização excessiva das tecnologias digitais pelos adolescentes, esclarecendo assim como esse uso afeta o psicossocial do adolescente e as respectivas áreas de sua vida. Diante disso, observa-se que as obras apontam diversos pontos de vista que de modo geral fica nítido que o uso excessivo dos aparelhos eletrônicos traz grandes prejuízos ao que se refere à saúde biopsicossocial do adolescente ocasionando prejuízos em seu estilo de vida, alterando sua forma de pensar, interagir e se comportar no meio familiar e social. Reitera-se desta temática que o uso excessivo de aparelhos eletrônicos podem desencadear em prejuízos no contexto escolar do adolescente como falta de concentração, baixo rendimento escolar e dificuldades em socializar-se com o meio.

Diante dos estudos compreende-se que o adolescente está suscetível a dependência tecnológica, em razão do mesmo não possuir mecanismos de controle, ou seja, traços de impulsividade, sendo este marcado nesse estágio da vida.

Aparelhos eletrônicos como celulares e computadores tem se tornado o meio mais utilizado entre adolescentes, favorecendo aos mesmo a possibilidade de melhor interação (virtualmente) e integração com o meio. Partindo desse pressuposto, cabe o questionamento de melhor entender até onde o uso abusivo dessas redes pode ser considerada como dependência, e/ou até onde é uma necessidade, tendo em vista que há a possibilidade de nem todos terem acesso a tecnologia. Assim, cabe indentificar, a tecnologia inclui ou exclui?

Desse modo ressalta-se a importância de melhor discutir a temática do uso excessivo de aparelhos eletrônicos, tornando como aspecto relevante o questionamento de como os adolescentes da contemporaneidade vão lidar com possíveis problemas causados pela dependência em decorrência a esse uso incessante. Adolescentes com dificuldades de socialização, tendem a ser mais aptos ao esse uso excessivo de aparelhos eletrônicos, pois

internet passa a ser usada também como forma de superar tais dificuldades sociais. Reiterar-se que de acordo com os estudos essa timidez pode desencadear uma fobia social. E sintomas de ansiedade, e depressão estão relacionados com a dependência. O uso das tecnologias pelos adolescentes requer atenção especial devido a forte influência que se tem no desenvolvimento e comportamentos dos mesmos.

## REFERÊNCIAS

- Aberastury, A. (1981). **Adolescência normal**: Um enfoque psicanalítico. Porto Alegre: Artes Médica. Disponível em: [https://lotuspsicanalise.com.br/biblioteca/Arminda\\_Aberastuky\\_Adolescencia\\_Normal,\\_Um\\_enfoque\\_psicanalitico.pdf](https://lotuspsicanalise.com.br/biblioteca/Arminda_Aberastuky_Adolescencia_Normal,_Um_enfoque_psicanalitico.pdf) Acesso em: 05 de out. 2022.
- ABREU, C. N. *et al.* **Dependência de Internet e de jogos eletrônicos**: uma revisão. **Brazilian Journal of Psychiatry**, v. 30, p. 156-167, 2008. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbp/a/T8y3pYpXy7wWj9v6DRdRxfR/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 15 de novembro de 2022.
- BARROS, B. P. *et al.* **O uso excessivo da internet por jovens e seus danos biopsicossociais**: Revisão da literatura. **Revista Saúde-UNG-Ser**, v. 13, n. 3/4, p. 62-69, 2019. Disponível em <http://revistas.ung.br/index.php/saude/article/view/4180>. Acesso em: 15 set. 2022.
- BIANCHESSI, C.. **Nomofobia e a dependência tecnológica do estudante**. Curitiba. ed. Bagai, 2020. Disponível em: <https://educapes.capes.gov.br/bitstream/capes/584679/2/Editora%20BAGAI%20-%20Nomofobia%20e%20a%20depend%C3%Aancia%20tecnol%C3%B3gica%20do%20estudante.pdf>. Acesso em: 28 out. 2022.
- BRITO; A.P.G.; *et al.* **A importância da pesquisa bibliográfica no desenvolvimento de pesquisas qualitativas na área de educação**. Cadernos da Fucamp, v.20, n.44, p.1-15/2021. Disponível em <https://revistas.fucamp.edu.br/index.php/cadernos/article/view/2354>. Acesso em: 05 out. 2022.
- MELO, D. G. *et al.* **Dependência tecnológica: a doença da contemporaneidade no contexto familiar**. 2018. Disponível em: [https://www.psicologia.pt/artigos/ver\\_artigo.php?dependencia-tecnologica-a-doenca-da-contemporaneidade-no-contexto-familiar&codigo=A1276&area=d11a](https://www.psicologia.pt/artigos/ver_artigo.php?dependencia-tecnologica-a-doenca-da-contemporaneidade-no-contexto-familiar&codigo=A1276&area=d11a). Acesso em: 28 out. 2022.
- DA SILVA, P. G. N. *et al.* **Nomophobia Questionnaire: Propriedades Psicométricas para o Contexto Brasileiro. Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación-e Avaluación Psicológica**, v. 2, n. 55, p. 161-172, 2020. Disponível em: <https://www.aidep.org/sites/default/files/2020-04/RIDEP55-Art12.pdf>. Acesso em: 28 de out.

DE ALENCAR, I.G. *et al.* **Influência das tecnologias na adolescência**: uma revisão integrativa. **Revista Educação, Psicologia e Interfaces**, v. 2, n. 1, p. 135-151, 2018. Disponível em: <https://educacaoepsicologia.emnuvens.com.br/edupsi/article/view/109>. Acesso em: 28 de out. 2022.

DE ORIENTAÇÃO, SBP Manual. Grupo de Trabalho Saúde na Era Digital. **Sociedade Brasileira de Pediatria**, 2019. [https://www.sbp.com.br/fileadmin/user\\_upload/\\_22969c-GPA-\\_SemAbusos\\_\\_MaisSaude.pdf](https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/_22969c-GPA-_SemAbusos__MaisSaude.pdf). Acesso em: 13 de dez. de 2022

DOS SANTOS N. C. N., *et al.* **Vivendo esse mundo digital**: impactos na saúde, na educação e nos comportamentos sociais. Porto Alegre: Artes Médicas; 2013. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 19, n. 3, p. 991-993, 2014. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/Sg85Xn4N5YwLndx6wjtxHfD/?lang=pt#>. Acesso em: 28 out. de 2022.

EISENSTEIN, E. Saúde de crianças e adolescentes na era digital. **Manual de Orientação: Departamento de Adolescência. Sociedade Brasileira de Pediatria**, n. 1, 2016. Disponível em: [https://www.sbp.com.br/fileadmin/user\\_upload/publicacoes/19166d-MOrient-Saude-Crian-e-Adolesc.pdf](https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/publicacoes/19166d-MOrient-Saude-Crian-e-Adolesc.pdf) . Acesso em: 13 de dez. de 2022

FERREIRA, E.Z *et al.* **A influência da internet na saúde biopsicossocial do adolescente**: revisão integrativa. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 73, 2020. Disponível em <https://www.scielo.br/j/reben/a/KMbfXJMxMnPYQV6QBkqjtZP/?format=html&lang=pt>. Acesso em: 05 de out. 2022.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4 ed. São Paulo: Atlas, 2002.

GREENFIELD, D. **As propriedades de dependência do uso de internet**. Young, KS & Abreu, CN Dependência de Internet: manual e guia de avaliação e tratamento, p. 169-190, 2011. Disponível em: <https://dependenciadeinternet.com.br/nabucocap08.pdf>. Acesso em: 15 de nov. 2022

KOLLER, S. H.; *et al.* **Desenvolvimento moral pró-social: semelhanças e diferenças entre os modelos teóricos de Eisenberg e Kohlberg**. **Estudos de Psicologia** (Natal), v. 2, p. 223-262, 1997. Disponível em <https://www.scielo.br/j/epsic/a/8n983NySqWYnPvkgmYVWpnh/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 05 de out. 2022.

MACHADO, M. R. *et al.* **Internet addiction and its correlation with behavioral problems and functional impairments**—A cross-sectional study. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 67, p. 34-38, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/Nt5skZDkWnyvhGR3YDcRRmh/abstract/?lang=en> Acesso em: 15 de nov. 2022

Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014. Acesso em: 15 de nov. de 2022

MAZIERO, M. B. *et al.* **Nomofobia**: uma revisão bibliográfica. **Unoesc & Ciência-ACBS**, v. 8, n. 1, p. 73-80, 2016. Disponível em: <https://periodicos.unoesc.edu.br/acbs/article/view/11980/pdf> . Acesso em: 28 de out. 2022.

OLIVEIRA, T. C. *et al.* **Cadê meu celular?** Uma análise da nomofobia no ambiente organizacional. **Revista de Administração de Empresas** [online]. 2017, v. 57, n. 6. p. 634-635. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0034-759020170611>. Acesso em: 17 Nov. 2022.

PAIVA, N. M. N. *et al.* influência da tecnologia na infância: desenvolvimento ou ameaça. **Psicologia. pt**, v. 1, 2015. Disponível em: <https://www.psicologia.pt/artigos/textos/A0839.pdf>. Acesso em: 28 de out. de 2022.

PAPALIA, D. E.; FELDMAN, R. D. **Desenvolvimento Humano** (12ª edição). São Paulo: Artmed, 2013.

PIROCCA, C. **Dependência da internet, definição e tratamentos**: revisão sistemática da literatura. 2012. Disponível em: <https://www.lume.ufrgs.br/handle/10183/40120>. Acesso em: 15 nov. 2022

RAMOS, A. **Metodologia da pesquisa científica**: como uma monografia pode abrir o horizonte do conhecimento. São Paulo: Atlas, 2009.

SCHMIDEK, H. C. M. V. *et al.* **Dependência de internet e transtorno de déficit de atenção com hiperatividade (TDAH)**: revisão integrativa. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, [S.L.], v. 67, n. 2, p. 126-134, jun. 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/qz7Cx3WqW9W8dvBWPZHxnsS/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 15 de nov. 2022

SCHOEN-FERREIRA T. H., *et al.* **Adolescência através dos séculos**. **Psicologia: Teoria e Pesquisa** [online]. 2010, v. 26, n. 2, pp. 227-234. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ptp/a/MxhVZGYbrsWtCsN55nSXszh/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 15 Nov. 2022

SCHOEN-FERREIRA, T. H., *et al.* **Desenvolvimento da identidade em adolescentes estudantes do ensino médio**. **Psicologia: Reflexão e Crítica** [online]. 2009, v. 22, n. 3. Novembro 2022 , p. 326-333. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/prc/a/79tPzJPS8XyZj3wkGCnyncK/?lang=pt#>. Acesso em: 15 Nov.2022

Secretaria Executiva da Rede Nacional Primeira Infância. **Exagero de tecnologia deixa crianças e adolescentes desconectados do mundo real**. Disponível em: <http://primeirainfancia.org.br/?p=17626>. Acesso em: 13 nov. 2022.

SILVA, N. de J. *et al.* **O Fortalecimento De Vínculos Familiares e Comunitários em Perspectiva**: Interfaces Do Direito Da Criança E Do Adolescente. In: Congresso Brasileiro de Assistentes Sociais 2019. Disponível em <https://broseguini.bonino.com.br/ojs/index.php/CBAS/article/view/281>. Acesso em: 05 out. 2022.

SILVA, T. de O. *et al.* **Os impactos sociais, cognitivos e afetivos sobre a geração de adolescentes conectados às tecnologias digitais**. **Rev. psicopedag.**, São Paulo , v. 34, n. 103, p. 87-97, 2017 . Disponível em

[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S010384862017000100009&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S010384862017000100009&lng=pt&nrm=iso). Acesso em: 15 set. 2022.

SOUZA, K. *et al.* **Impactos do uso das redes sociais virtuais na saúde mental dos adolescentes**: uma revisão sistemática da literatura. **Revista Educação, Psicologia e Interfaces**, v. 3, n. 3, p. 204. 2019 Disponível em <https://educacaoepsicologia.emnuvens.com.br/edupsi/article/view/156>. Acesso em: 05 out. 2022.

Schmidek, H. C. M. V. *et al.* **Dependência de internet e transtorno de déficit de atenção com hiperatividade (TDAH)**: revisão integrativa. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria** [online]. 2018, v. 67, n. 2, pp. 126-134. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000195>. Acesso em: 13 de Dez. de 2022

TEIXEIRA, I. *et al.* **NOMOFOBIA**: os impactos psíquicos do uso abusivo das tecnologias digitais em jovens universitários. **Revista Observatório**, v. 5, n. 5, 2019. Disponível em: <https://sistemas.uft.edu.br/periodicos/index.php/observatorio/article/view/8220>. Acesso em: 28 de out. 2022.

TUMELEIRO, L. F. *et al.* Dependência de internet: um estudo com jovens do último ano do ensino médio. **Gerais, Rev. Interinst. Psicol.**, Belo Horizonte, v. 11, n. 2, p. 279-293, 2018 Disponível em [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1983-82202018000200007&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-82202018000200007&lng=pt&nrm=iso). Acesso em: 15 nov. 2022.

VERZANI, R. H.; *et al.* **Contribuições tecnológicas para saúde**: olhar sobre a atividade física. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, p. 3227-3238, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/k57rRh9KxVMHXTDg9BbNMj/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 15 nov. 2022.

YOUNG, K. S. *et al.* **Estimativas de prevalência e modelos etiológicos da dependência de internet**. In: YOUNG, K. S.; ABREU, C. N. Dependência de internet: manual e guia de avaliação e tratamento. Artmed Editora, 2011. Disponível em: [https://books.google.com.br/books?hl=ptBR&lr=&id=8avU3ygQ7ToC&oi=fnd&pg=PA6&dq=Kimberly+S.+Young,+Cristiano+Nabuco+de+Abreu&ots=v\\_n48oslX6&sig=BmcPeSwJnoLnMkV41cHpZzngtE&redir\\_esc=y#v=onepage&q=COMPULS%C3%83O&f=false](https://books.google.com.br/books?hl=ptBR&lr=&id=8avU3ygQ7ToC&oi=fnd&pg=PA6&dq=Kimberly+S.+Young,+Cristiano+Nabuco+de+Abreu&ots=v_n48oslX6&sig=BmcPeSwJnoLnMkV41cHpZzngtE&redir_esc=y#v=onepage&q=COMPULS%C3%83O&f=false). Acesso em: 14 de dez. de 2022.