

## O impacto das mídias sociais no desenvolvimento de Transtornos de Ansiedade

The impact of social media on the development of anxiety disorders

El impacto de las redes sociales en el desarrollo de los trastornos de ansiedad

Caroline Macêdo de Figueiredo Santos<sup>1</sup>, Isabela Rocha Lacerda Oliveira<sup>1</sup>, Rebecca Rodrigues Amaral de Castro Lima<sup>1</sup>, João Pedro Reis Pereira<sup>1</sup>, Déborah Cruz dos Santos<sup>1</sup>.

### RESUMO

**Objetivo:** Descrever a influência das mídias sociais no desenvolvimento de Transtornos de Ansiedade. **Revisão Bibliográfica:** O estudo evidenciou que o avanço indiscriminado das mídias sociais apresentou influência sobre o desenvolvimento de Transtornos de Ansiedade, no qual trazem resultados que apontam para uma estreita relação entre o uso excessivo de redes sociais e problemas psicológicos, em especial, transtornos de ansiedade, dentre esses transtornos podemos citar: Transtornos de Ansiedade Generalizada, Transtorno de Pânico, Agorafobia, Fobia Social e Mutismo Seletivo. Esse uso indiscriminado acarreta danos, seja devido a exposição de conteúdos influenciadores ou por conta de dependência por parte do usuário. **Considerações finais:** A relação entre o desenvolvimento dos transtornos de ansiedade tem um forte impacto na conjuntura atual, na qual existe maior acesso à internet e mídias sociais o que gera maior influência na vida do indivíduo, muitas vezes de maneira negativa.

**Palavras-chave:** Mídias sociais, Influência, Internet, Transtorno de Ansiedade.

### ABSTRACT

**Objective:** To describe the influence of social media on the development of Anxiety Disorders. **Bibliographic Review:** The study showed that the indiscriminate advance of social media had an influence on the development of Anxiety Disorders, in which they bring results that point to a close relationship between the excessive use of social networks and psychological problems, in particular, anxiety disorders, among these disorders we can mention: Generalized Anxiety Disorders, Panic Disorder, Agoraphobia, Social Phobia and Selective Mutism. This indiscriminate use causes damage either due to the exposure of influential content or due to dependence on the part of the user. **Final considerations:** the relationship between the development of anxiety disorders and social media has a strong impact on the current situation.

**Keywords:** Social media, Influence, Internet, Anxiety Disorder.

### RESUMEN

**Objetivo:** Describir la influencia de las redes sociales en el desarrollo de los Trastornos de Ansiedad. **Revisión Bibliográfica:** El estudio mostró que el avance indiscriminado de las redes sociales influyó en el desarrollo de los Trastornos de Ansiedad, en el que arrojan resultados que apuntan a una estrecha relación entre el uso excesivo de las redes sociales y los problemas psicológicos, en particular, los trastornos de ansiedad, entre estos trastornos podemos mencionar: Trastornos de Ansiedad Generalizada, Trastorno de Pánico, Agorafobia, Fobia Social y Mutismo Selectivo. Este uso indiscriminado provoca daños ya sea por exposición de contenidos influyentes o por dependencia por parte del usuario. **Consideraciones finales:** la relación entre el desarrollo de los trastornos de ansiedad y las redes sociales tiene un fuerte impacto en la situación actual.

**Palabras clave:** Redes Sociales, Influencia, Internet, Trastorno de Ansiedad.

<sup>1</sup> Faculdade de Saúde Santo Agostinho de Vitória da Conquista. Vitória da Conquista – BA.

## INTRODUÇÃO

Os Transtornos de Ansiedade podem ser descritos como manifestações de um quadro onde há uma excitação exacerbada do sistema nervoso, produzindo no indivíduo um sentimento de apavoramento expressado por uma preocupação exagerada produzida por uma mistura de informações, pensamentos e antecipação de situações futuras, que juntas geram um quadro de angústia extrema (CASTILLO ARGL, et al., 2000; PENNINX BW, et al., 2021). Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), desde 2017, o Brasil tem o maior índice de pessoas com Transtorno de Ansiedade em todo o mundo, estimando-se cerca de 19 milhões de brasileiros que tem a sua qualidade de vida comprometida por conta desses transtornos (OMS, 2020).

Baseado na classificação do Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5), os Transtornos de Ansiedade são divididos de acordo com as suas características próprias baseado nos tipos de objetos ou situações que induzem medo, ansiedade ou comportamento de esquiva e na ideação cognitiva associada. Dentre os principais transtornos podemos citar: Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG), Transtorno do pânico, Agorafobia, Fobia Social e Mutismo Seletivo (DSM-5, 2014; LOUIS ED, et al., 2018). Muitos desses transtornos estão associados ao uso excessivo ou mau uso das redes sociais gerando má qualidade do sono, ansiedade, depressão e baixa autoestima em crianças, incluindo suicídio, solidão e diminuição da empatia em adolescentes e jovens adultos (WOODS HC e SCOTT H, 2016; HOGE E, et al., 2017; BERRYMAN C, et al., 2018; THORISDOTTIR IE, et al., 2019).

É incontestável o crescimento das plataformas e do uso das redes sociais na época em que vivemos. O Brasil é um dos principais países com maior número de usuários de internet, ocupando o quarto lugar nesse ranking mundial. De acordo com dados da ONU (2017) e, ainda, segundo o IBGE (2018), o maior número de usuários de internet são adolescentes e jovens adultos e, suas principais motivações de uso são trocas de mensagens, e para isso estes utilizam as redes sociais, devido a sua rapidez e a possibilidade de conexão imediata com vários conteúdos e outras pessoas. As redes sociais são um meio de comunicação que possibilita a interação entre pessoas, e têm o intuito de manter e facilitar as relações umas com as outras, além disso, outra forma de serem utilizadas é como forma de entretenimento pessoal próprio (SANTOS VLC e SANTOS JE, 2014). Em contraste, é possível relacionar a presença de sintomas ansiosos gerados pelo mau uso da internet e/ou redes sociais (MENEZES PP, 2012; VANNUCCI A, et al., 2017).

Em um estudo realizado com jovens e com psicólogos, o resultado mostrou uma estreita relação entre o uso excessivo de redes sociais e problemas psicológicos, em especial, transtornos de ansiedade. Nesse trabalho, os psicólogos entrevistados relataram que é uma realidade bastante comum em seus consultórios e em outros locais de atendimento, como escolas, o desenvolvimento de transtornos psicológicos advindos do uso indiscriminado das mídias sociais. Uma queixa, que vem principalmente dos pais dos jovens que notam mudanças de comportamento e atitudes em seus filhos. Além disso, nessa mesma pesquisa, os autores observaram que muitos sintomas associados a redes sociais se assemelham a sintomas de dependentes químicos como a ansiedade, abstinência e irritabilidade, que acarretam danos não só a saúde mental como também física desses usuários (SOUZA KD e CUNHA MXC, 2020).

Podemos trazer como mau uso da internet e/ou das redes sociais o uso excessivo, a exposição demasiada da vida pessoal nas redes sociais, uso do anonimato para a prática de *cyberbullying*, entre outros, levando ao isolamento dos indivíduos, ocasionado pelo uso excessivo, mudança de comportamento, principalmente de crianças e adolescentes, aumento do individualismo, dependência digital, monofobia (medo ou pânico, gerado pela incapacidade de comunicação por ficar longe do seu próprio celular ou aparelhos tecnológicos), depressão e transtornos de ansiedade (CASTRO MP e SILVA VA, 2017).

As pessoas sentem uma necessidade constante de estarem sempre checando seus telefones celulares e redes sociais de maneira compulsória. Desse modo, se esses usuários por algum motivo não conseguem acesso à internet por falta de sinal, falta de bateria no celular ou por não ter mais nenhum conteúdo novo para consumir, apresentam como resposta as crises de ansiedade. Outra questão é o fato de que além da necessidade de consumo de conteúdos de outros usuários, as pessoas também ficam deprimidas e ansiosas

se não tem alguma coisa para compartilhar e mostrar nas redes sociais sobre suas vidas, trabalho, viagens, hobbies, passeios, entre outros. A internet e as redes sociais em inúmeros pontos facilitam a vida das pessoas em seu dia a dia, principalmente quando falamos em velocidade de acesso as informações. No entanto, tal fato que é considerado um benefício vem tornando as pessoas extremamente imediatistas, uma vez que, como estão acostumadas com acesso muito rápido a tudo existe uma certa angústia quando as coisas não funcionam de maneira tão rápida como na internet, provocando quadros de estresse e o desenvolvimento e/ou agravamento de transtornos de ansiedade (ROSSI A, et al., 2015).

Pesquisas realizadas pelo IBGE (2018), revelam que sete a cada dez brasileiros tem acesso e estão conectadas as redes. Os estudos foram realizados com 181,1 milhões de brasileiros, a partir de 10 anos de idade e mostram que esse acesso é feito principalmente através do celular (98%), esse estudo ainda revela que os usuários utilizam esse acesso para o uso de redes sociais. Um relatório digital publicado em 2019, pela “Hootsuite” – empresa Norte Americana especializada em gestões de marcas nas mídias sociais, mostrou que 66% da população brasileira está ativa nas redes sociais (DIGITAL, 2021). De maneira geral as principais mídias sociais utilizadas no mundo abrangem uma espécie de categorias, os Blogs, Instagram, Facebook, Twitter, LinkedIn, WhatsApp, Youtube (CANHÃO MA, 2016; MOROMIZATO MS, et al., 2017).

Então, acerca da perspectiva da relação entre os Transtornos de Ansiedade e as mídias sociais que se intenciona responder ao longo da pesquisa à seguinte questão: De que forma as mídias sociais podem influenciar para o desenvolvimento dos transtornos de ansiedade?

O estudo teve como objetivo principal descrever a influência das mídias sociais no desenvolvimento de Transtornos de Ansiedade. Analisando as consequências do uso excessivo das redes sociais e identificando que tipo de informação presente nas redes sociais pode fazer com que ocorra o desenvolvimento de Transtornos de Ansiedade.

## REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

A ansiedade é um estado de excitação do sistema nervoso, um sentimento livre e impertinente de apavoramento, uma preocupação caracterizada por uma mistura de informações, pensamentos inversos e, até mesmo, uma precipitação de afazeres, que gera uma conseqüente situação de angústia, sendo o grande sintoma de característica psicológica. Além disso, os sintomas são caracterizados por pensamentos negativos com o que está por vir e o receio de situações de risco (PARK SC e KIM YK, 2020).

Transtornos que compartilham características de medo, ansiedade excessiva e perturbações comportamentais associadas são definidos como Transtornos de Ansiedade. Existem variadas classificações desses transtornos, cada uma difere uma da outra nos tipos de objetos ou situações gatilho que levam a ansiedade, medo ou comportamento de fuga e na associação cognitiva, como mostrado pelo DSM-5 (2014).

O presente trabalho irá se referir aos principais subtipos desses Transtornos, sendo esses classificados em: Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG), Transtorno do pânico, Agorafobia, Fobia Social e Mutismo Seletivo.

O Transtorno de Ansiedade Generalizada pode ser descrito como uma incapacidade de controlar pensamentos que se tornam preocupações excessivas que impactam na atenção de realização das tarefas no dia a dia. Há diversas características que distinguem a TAG da ansiedade não patológica, as associadas ao transtorno são preocupações excessivas que geralmente interferem de forma significativa no funcionamento psicossocial dos indivíduos, de modo que a vida social, seja com amigos ou com família ou até mesmo no trabalho, se torna fragilizada. Além disso, podem ser mais disseminadas, intensas e angustiantes; têm maior duração; e frequentemente ocorrem sem fatores precipitantes. Enquanto as preocupações da vida diária podem ser manejáveis e geralmente vem com um fator precipitante, são menores e não tão excessivas. O diagnóstico dos transtornos é feito por volta dos 30 anos de idade, entretanto, pode ocorrer tanto de maneira precoce, quanto tardia. Além da preocupação excessiva, os sintomas podem se manifestar através de tremores, dores musculares, nervosismo, irritabilidade e insônia (LOUIS ED, et al., 2018).

No Transtorno de pânico ocorrem ataques de pânico inesperados e recorrentes, um surto abrupto de medo ou desconforto intenso que pode alcançar um pico em minutos. Quanto a definição de ataque inesperado, observa-se um ataque de pânico no qual não existe um fator desencadeante no momento da ocorrência, os ataques podem surgir do nada, até mesmo em situações na qual o indivíduo esteja relaxado ou durante o sono (ataques de pânico noturno). O transtorno é definido como recorrente quando ocorre mais de um ataque de pânico inesperado. Em contraste, os ataques de pânico esperados, pode-se observar um indício ou fator desencadeante óbvio, que surge através de uma situação em que os ataques de pânico ocorrem geralmente. Assim como ocorre na Agorafobia, quadro em que o indivíduo sabe que terá ataques de pânico ao ficar em locais públicos (ASMUNDSON GJ, et al., 2014).

Agorafobia, palavra grega que no sentido literal da palavra quer dizer medo de praças, ou seja, um transtorno de ansiedade em que o indivíduo tem medo de locais públicos. Esse medo é causado por condições mentais e faz com que a pessoa tenha ataques de pânico quando expostas a esses ambientes e venha a manifestar sintomas somáticos como sudorese, palpitação, dispneia, desconforto estomacal, entre outros (RAMÍREZ FB, et al., 2021).

Ainda a respeito do espectro de transtornos de ansiedade relacionados com exposição, o Transtorno de Ansiedade Social ou Fobia Social, de acordo com a Classificação Internacional de transtornos mentais e de comportamento (CID-11) é caracterizada por um medo excessivo de exposição a outras pessoas. Devido a essa limitação o indivíduo passa a se esquivar de situações sociais ou que tenha que socializar com outrem. Consoante de acordo com o CID-11 (2022), toda a sintomatologia da Fobia Social advém de um quadro de baixa autoestima e de medo a críticas que o indivíduo desenvolve. Tendo em vista toda a questão social que envolve uma pessoa com Transtorno de Fobia Social, observa-se que elas são mais propensas a desenvolver outros quadros ansiosos como o Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) e Fobia Específica (NEWMAN MG, et al., 2016).

Já no caso da Fobia Específica percebe-se que é um tipo diferente de Transtorno de Ansiedade, segundo o DSM-5 (2014) marcada por um medo excessivo de uma situação, objeto ou lugar de maneira específica e que não necessariamente corresponde ao risco real que aquilo oferece a pessoa.

O Mutismo Seletivo, outra variante dos Transtornos de Ansiedade, que afeta principalmente crianças, é marcado por uma incapacidade de falar em situações em que haja um público, principalmente quando se tem uma expectativa a respeito da fala como ocorre em trabalhos escolares, por exemplo, isso faz que o indivíduo venha a desenvolver além do fracasso da fala sintomas somáticos como sudorese, palpitação, vertigem, sintomas gastrointestinais e outros (MURIS P e OLLENDICK TH, 2021).

Existem fatores que podem contribuir para o aumento dos Transtornos de Ansiedade, como fatores genéticos, sociais e até mesmo fatores comportamentais, como o uso inadequado das tecnologias e das redes sociais. É incontestável o crescimento das plataformas e do uso das redes sociais na época em que vivemos. Elas são um meio de comunicação que possibilita a interação entre pessoas, e têm o intuito de manter e facilitar as relações umas com as outras, além disso, outra forma de serem utilizadas é como forma de entretenimento pessoal próprio (SANTOS VLC e SANTOS JE, 2014).

Diante do contexto ao qual fomos expostos pela pandemia do *Coronavirus disease 2019* (COVID-19) a partir de 2020, os indivíduos passaram a ficar muito mais tempo em suas residências e por consequência passaram a usar cada vez mais a internet, plataformas digitais e mídias sociais, principalmente como mecanismo de distração frente ao fato do isolamento social. Esse isolamento, que foi de forma involuntária ou forçada, tem a capacidade de trazer muitos prejuízos e doenças ao ser humano, uma vez que se reduziu a socialização. Um dos principais prejuízos foram doenças de caráter mental e psicológico, sendo sua maioria dentro do espectro dos transtornos de ansiedade e depressão (STEIN MB, 2020; DENG J, et al., 2021; RAMIREZ FB, et al., 2021).

As mídias sociais são de extrema importância e são muito utilizadas, tanto para a conexão e interação entre os usuários, quanto para trabalho (marketing digital), como publicidade, venda, e aquisição de informações e notícias. A mídia social abrange uma espécie de categorias, como as redes sociais e os blogs,

que estão sempre buscando inovações e podemos citar exemplos: Instagram, Facebook, Twitter, LinkedIn, WhatsApp, Youtube etc. Cada uma dessas plataformas possui suas principais características, como envio de mensagens, compartilhamento de fotos e vídeos, ideias e temas variados, interação e expansão de contatos, entre outros benefícios (CANHÃO MA, 2016; MOROMIZATO MS, et al., 2017).

As redes sociais apresentam diferentes funções para seu uso, e entre essas funções estão o entretenimento, procura de amigos com mesmo perfil e procura de meios de inserção no mercado de trabalho. Devido a isso, esta possibilidade que as mídias digitais trazem de encontrar pessoas que se identificam com o perfil que você procura, é utilizada por empresas com a intenção de contribuir nos processos seletivos, e para promover o “primeiro contato” com o candidato à vaga (SANTOS VLC e SANTOS JE, 2014).

Por outro lado, além de umas das grandes vantagens de oferecer formas rápidas e eficazes de comunicação e possibilitar a interação em tempo real, temos também desvantagens, que são as dependências, em alguns casos os usuários não conseguem controlar o tempo e acabam deixando de cumprir algumas obrigações, principalmente crianças e adolescentes. Por isso, é necessário um cuidado em relação ao uso em excesso, e também com a divulgação de imagens ou fake News. Além dos comentários ofensivos e críticas que podem afetar a saúde mental dos usuários (CANHÃO MA, 2016; MOROMIZATO MS, et al., 2017).

O uso inadequado das redes sociais pode criar um ambiente onde crianças, jovens e, até mesmo, adultos agredem verbalmente outras pessoas, devido às diferenças, sejam elas culturais, religiosas, de ideias, entre outras. Essas agressões podem causar severos danos psicológicos nas vítimas podendo acarretar mudanças de hábitos, postura e comportamentos. Tais consequências são responsáveis por contribuir com o aumento de quadros de depressão e ansiedade relacionados com o uso das mídias sociais (BLACHNIO A, et al., 2015; SAMPASA-KANYINGA H e HAMILTON HA, 2015; RADOVIC A, et al., 2017).

Existe um aumento no envolvimento dos usuários com as redes sociais, e isso tem como consequência a exposição da vida pessoal dos indivíduos que fazem parte desse meio e leva a uma maior interação entre as pessoas que fazem parte da plataforma. A estrutura dessas mídias digitais cativa o seu utilizador, tornando-os, muitas vezes, utilizadores compulsivos, com necessidade de serem aceitos pelos outros utilizadores (LIRA AG, et al., 2017). Assim, as mídias sociais através da tecnologia da informação e comunicação por meio de computadores, celulares, smartphones e tablets está modificando a maneira como as pessoas se relacionam, aprendem e se comunicam (SHIMAZAKI VK e PINTO MMM, 2011).

Nas redes sociais existe a relação entre o usuário e o seu perfil na rede, com o perfil de outros integrantes. Essa interação permite que a rede seja uma porta de entrada para propagandas de algumas empresas, que se aproveitam da vantagem de traçar o perfil de seu consumidor para divulgar o seu produto (SANTOS JE e SANTOS VLC, 2013).

O Twitter se apresentou como uma das redes sociais mais influentes desde 2014, contando com mais de 200 milhões de usuários na sua plataforma. A função dessa rede é a de permitir que pessoas que têm seu usuário cadastrado nessa plataforma, possam divulgar informações pessoais e não pessoais em tempo real, e para isso, basta criar uma conta gratuita, seguir outras pessoas e ser seguido. A popularidade e o grau de influência do usuário vão estar diretamente ligados ao seu número de seguidores. Inclusive a plataforma foi de grande valia para divulgar sobre a vacina da COVID-19 pelas redes sociais (SANTOS VLC e SANTOS JE, 2014; LYU JC, et al., 2021).

O Instagram é uma das principais e mais influentes redes sociais do mundo contemporâneo, e foi fundada no ano de 2010 por Kevin Systrom e pelo brasileiro Mike Krieger (PIZA MV, 2012), com o foco em permitir que seus usuários compartilhem fotos e vídeos na plataforma. No entanto, pode-se observar que apesar de apresentar essas duas funções, a função de compartilhamento de foto é a mais utilizada por seus usuários (SANTOS VLC e SANTOS JE, 2014). Inclusive, o envolvimento no marketing digital com fotos de jovens fazendo uso de bebidas alcoólicas estão associados ao aumento do consumo de álcool e a comportamentos de consumo excessivo ou de risco a saúde mental entre adolescentes e jovens. As propagandas de álcool representaram 1,4 por cento de todas as postagens (violação da Lei de Controle do Álcool). Em uma pesquisa

atual a esse respeito, os influenciadores foram responsáveis por quase metade (45,5%) de todas as postagens observadas no Instagram relacionadas ao álcool. O estudo demonstra alta conformidade com a proibição total de publicidade de álcool no país da Lituânia nas mídias sociais e enfatiza a importância de monitorar adequadamente a crescente proeminência de influenciadores nas mídias sociais (GALKUS L, et al., 2022).

Atualmente pode-se notar que o estilo de vida atual é baseado no uso de tecnologias, o que influencia as pessoas a estarem mais conectadas. Por isso, observou-se que as pessoas são expostas a conteúdos extremamente negativos, o que gera transtornos de ansiedade a muitos indivíduos (SANTOS CL e GABRIEL GCLD, 2020; PARSONS CA, et al., 2021).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Nesta pesquisa foram observadas as principais tendências de tecnologias de mídias sociais que podem impactar na saúde mental dos indivíduos. Os trabalhos que foram utilizados neste estudo consideram que existe de fato um impacto das redes sociais na saúde mental. O uso excessivo e crescente de plataformas digitais e dispositivos móveis acarreta danos, seja devido à exposição de conteúdos influenciadores ou por conta de dependência por parte do usuário, que acaba por modificar a maneira como se relaciona com os outros ao seu redor. Além disso, os perfis das mídias sociais permitem que sejam feitos comentários ofensivos e críticas anonimamente, e também a divulgação de imagens ou *Fake News*. Devido à nova conjuntura desenhada na atualidade por conta da pandemia da Covid-19 houve um crescimento ainda maior do uso indiscriminado de plataformas digitais e mídias sociais, o que leva a necessidade de novos estudos para abarcar esse novo cenário onde é visto um número cada vez maior de pessoas com transtornos de ansiedade.

## REFERÊNCIAS

1. AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION- DSM-5. Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais. 5.ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.
2. ASMUNDSON GJ, et al. Panic disorder and agoraphobia: an overview and commentary on DSM-5 changes. *Depress Anxiety*, 2014; 31(6): 480-6.
3. BERRYMAN C, et al. Social Media Use and Mental Health among Young Adults. *Psychiatr Q*, 2018; 89(2): 307-314.
4. BIANCHIO A, et al. Internet use, Facebook intrusion, and depression: Results of a cross-sectional study. *Eur Psychiatry*, 2015; 30(6):681-4.
5. CANHÃO MA. Riscos e potencialidades do uso das redes sociais na adolescência. Tese (Mestrado Integrado em Medicina) - Faculdade de Medicina, Universidade de Lisboa, Lisboa, 2016.
6. CASTILLO ARGL, et al. Transtorno de ansiedade. *Rev. Bras. Psiquiatr*, 2000.
7. CASTRO MP e SILVA VA. O uso abusivo das novas mídias e tecnologias pela sociedade contemporânea. *Revista de Pós-graduação Multidisciplinar*, 2017; 1(2): 231-238.
8. CLASSIFICAÇÃO INTERNACIONAL DE DOENÇAS - CID 11. 2022. In: Ministério da Saúde. Disponível em: [www.datasus.saude.gov.br](http://www.datasus.saude.gov.br). Acessado em: 23 de outubro de 2022.
9. DENG J, et al. The prevalence of depression, anxiety, and sleep disturbances in COVID-19 patients: a meta-analysis. *Ann N Y Acad Sci*, 2021; 1486(1): 90-111.
10. DIGITAL. 2021. In: Global Overview Report. Disponível em: <https://www.amper.ag/post/we-are-social-e-hootsuite-digital-2021-resumo-e-relat%C3%B3rio-completo>. Acessado em: 23 de outubro de 2022.
11. GALKUS L, et al. The Comprehensive Alcohol Advertising Ban in Lithuania: A Case Study of Social Media. *Int J Environ Res Public Health*, 2022; 19(19): 12398.
12. INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA- IBGE. 2018. In: IBGE educa jovens: Uso de internet, televisão e celular no brasil. Disponível em: <https://educa.ibge.gov.br/jovens/materias-especiais/20787-uso-de-internet-televisao-e-celular-no-brasil.html>. Acessado em: 23 de outubro de 2022.
13. LIRA AG, et al. Uso de redes sociais, influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 2017; 66(3).
14. LOUIS ED, et al. Merrit- Tratado de Neurologia. 13ª edição. Rio de Janeiro: Editora Guanabara Koogan LTDA, 2018.
15. LYU JC, et al. COVID-19 Vaccine-Related Discussion on Twitter: Topic Modeling and Sentiment Analysis. *J Med Internet Res*, 2021; 23(6): e24435.

16. MENEZES PP. O virtual, o homem e a Psicanálise. *Revista de Psicanálise Reverie do Grupo de Estudos de Fortaleza*, 2012; 5(1): 100-09.
17. MOROMIZATO MS, et al. O Uso de Internet e Redes Sociais e a Relação com Índícios de Ansiedade e Depressão em Estudantes de Medicina. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 2017; 41(4).
18. MURIS P e OLLENDICK TH. Selective Mutism and Its Relations to Social Anxiety Disorder and Autism Spectrum Disorder. *Clin Child Fam Psychol Ver*, 2021; 24(2): 294-325.
19. NEWMAN MG, et al. Developmental risk factors in generalized anxiety disorder and panic disorder. *J Affect Disord*, 2016; 206: 94-102.
20. ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). *Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde (CID-11)*, 2022.
21. ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). 2020. In: Ministério da saúde. Disponível em: <https://g1.globo.com/fantastico/noticia/2020/12/06/ansiedade-e-o-transtorno-mais-comum-entre-os-brasileiros-sintomas-pioraram-durante-a-pandemia.ghtml>. Acessado em: 2 de janeiro de 2022.
22. PARSONS CA, et al. Influencing emotion: Social anxiety and comparisons on Instagram. *Emotion*, 2021; 21(7): 1427-1437.
23. PARK SC e KIM YK. Anxiety Disorders in the DSM-5: Changes, Controversies, and Future Directions. *Adv Exp Med Biol*, 2020; 1191: 187-196.
24. PENNINX BW, et al. Anxiety disorders. *Lancet*, 2021;397(10277):914-927.
25. PISCICOLOGIA PT. 2015. In: A influência da tecnologia na infância: desenvolvimento ou ameaça? Teresina: O portal dos psicólogos. Disponível em <https://www.psicologia.pt/artigos/textos/A0839.pdf>. Acessado em: 2 de janeiro de 2022.
26. PIZA MV. O fenômeno Instagram: considerações sob a perspectiva tecnológica. Dissertação (Bacharelado em Ciências Sociais) - Universidade de Brasília, Brasília, 2012.
27. RADOVIC A, et al. Depressed adolescents: Positive and negative use of social media. *Journal of adolescence*, 2017; 55: 5–15.
28. RAMIREZ FB, et al. COVID-19 pandemic and mental health: Initial considerations from spanish primary health care. *Aten Primaria*, 2021; 53(1): 89-101.
29. HOGE E, et al. Digital Media, Anxiety, and Depression in Children. *Pediatrics*, 2017; 140.
30. ROSEN LD, et al. Is Facebook creating “iDisorders”? The link between clinical symptoms of psychiatric disorders and technology use, attitudes and anxiety. *Comput Human Behav*, 2013; 29(3): 1243-54.
31. ROSSI A, et al. Stress e qualidade de vida no trabalho: stress interpessoal e ocupacional. *Atlas*, 2010; 22:197.
32. SAMPASA-KANYINGA H e HAMILTON HA. Social networking sites and mental health problems in adolescents: The mediating role of cyberbullying victimization. *European psychiatry*, 2015; 30(8): 1021-1027.
33. SANTOS CL e GABRIEL GCLD. Hiperconectividade de crianças e adolescentes em tempos de pandemia e distanciamento social: Corresponsabilidade do uso de conexão na perspectiva da proteção integral. *Revista da Jornada de Pós-graduação e Pesquisa*, 2020; 16(16).
34. SANTOS VLC e SANTOS JE. As redes sociais e a sua influência na sociedade e educação contemporâneas. *Holos*, 2014; 6: 307-32
35. SANTOS JE e SANTOS VLC. Geografia dos protestos e meio comunicacional: redes sociais digitais e manifestações populares. *Revista Movimentos Sociais e Dinâmicas Espaciais*, 2013; 2(2): 7-22.
36. SHIMAZAKI VK. A influência das redes sociais na rotina dos seres humanos. *Fasci-Tech – Periódico Eletrônico da FATEC-São Caetano do Sul*, 2011; 1(5): 171-179.
37. SOUZA KD, CUNHA MXC. Impactos das redes sociais digitais na saúde mental de adolescentes e jovens. *Anais do I Workshop sobre as Implicações da Computação na Sociedade*, 2020; 49-60.
38. STEIN MB. EDITORIAL: COVID-19 and Anxiety and Depression in 2020. *Depress Anxiety*, 2020; 37(4): 302.
39. THORISDOTTIR IE, et al. Active and Passive Social Media Use and Symptoms of Anxiety and Depressed Mood Among Icelandic Adolescents. *Cyberpsychol Behav Soc Netw*, 2019; 22(8): 535-542.
40. VANNUCCI A, et al. Social media use and anxiety in emerging adults. *J Affect Disord*, 2017; 1(207): 163-166.
41. WOODS HC e SCOTT H. Sleepy teens: Social media use in adolescence is associated with poor sleep quality, anxiety, depression and low self-esteem. *J Adolesc*, 2016; 51: 41-9.