CENTRO UNIVERSITÁRIO PRESIDENTE ANTÔNIO CARLOS

UNIPAC

REDES SOCIAIS COMO CAUSA DE DEPENDÊNCIA, ANSIEDADE E DEPRESSÃO EM ESTUDANTES DE JUIZ DE FORA-MG

Carolina Ferraz Santos Sampaio

Gabriella Ruela Zócoli

Lara Louise Ferreira Nonato

Marcella Pereira da Silva

Marcelo Machado Alécio

Rafael Homsi

Sarah Coutinho Rosa

Juiz de Fora

2022

Redes Sociais como causa de dependência, ansiedade e depressão em estudantes de Juiz de Fora-MG

Carolina Ferraz Santos Sampaio
Gabriella Ruela Zócoli
Lara Louise Ferreira Nonato
Marcella Pereira da Silva
Marcelo Machado Alécio
Rafael Homsi
Sarah Coutinho Rosa

Orientador: Prof. Dr. Guilherme Henrique Faria do Amaral
Coorientadores: Prof. Me. Anna Marcella Neves Dias
Profa. Me. Nathália Barbosa do E. Santo Mendes

Juiz de Fora-MG
2022

INTRODUÇÃO

As redes sociais tornaram-se cada vez mais populares como meio de compartilhar tipos diferentes de conteúdos gerados pelos usuários ou curados por estes, tais como a publicação de atualizações de *status* pessoal, o envio de imagens e o compartilhamento de localizações geográficas atuais. Os usuários podem também interagir com outras pessoas através de comentários nos seus *posts* e estabelecendo conversas privadas. Por meio destas interações, os utilizadores podem expressar seus sentimentos e pensamentos, e relatar as suas atividades diárias, criando uma gama de informações úteis sobre os seus comportamentos sociais[1]

A tendência de comunicação da humanidade somada a sua necessidade de se expressar faz com que, a sociedade busque as redes sociais, que vem evoluindo e se adaptando às necessidades dos seus usuários. Os adolescentes e os adultos jovens são os grupos que mais utilizam dessas ferramentas, e, portanto, também são aqueles em que o impacto, tanto positivo, quanto negativo são maiores[2]

Sabe-se que esse meio trouxe diversas inovações e facilidades para a sociedade. No entanto, os usuários das redes sociais estão expostos a muitas informações e um incentivo ao consumismo, o que influencia os jovens provocando um aumento do consumo nessa faixa etária e causando, muitas vezes, uma alienação da realidade em que vivem[3].

Os diversos padrões de estilos de vida com caráter homogêneo impostos pelas redes sociais levam à segregação daqueles que se apresentam como diferentes, tais quais: indivíduos com obesidade, usuários que não possuem roupas de marca e homossexuais.[3]

Essas ferramentas podem desempenhar uma função influenciadora em relação à formação da personalidade de jovens, que durante essa fase da vida estão passando por esse processo criação representações para si.[4]

Isso ocorre de forma intensa, sendo resultante da força produzida pelos estímulos advindos tanto das tecnologias, quanto das redes sociais que aguçam o cognitivo e geram influência na formação da personalidade individual.[5]

Períodos prolongados gastos nas redes sociais se relacionam a um maior risco de depressão e ansiedade em adultos jovens. Ademais, a ascendência da utilização das redes sociais pode originar aspectos desfavoráveis, como por exemplo menor potencial de se manter atento e menor interação social entre os indivíduos.[6]

A necessidade de se obter constantemente mais informações a respeito do que é ou não aprovado pelos seus pares, faz com que o indivíduo busque nas redes sociais, mais inspiração e exemplos para se enquadrar e atingir a aceitação plena tanto pelos outros quanto por si

mesmo. Isso atinge fortemente os jovens, os chamados millenials. É de suma importância estudos acerca deste tema, a fim de que haja abrangência sobre a gravidade causada pela exposição exagerada às redes sociais e para que seja alcançada uma relevância à população sobre o assunto.[7]

OBJETIVO

O objetivo do presente trabalho foi investigar se há correlação entre o uso das redes sociais e o desenvolvimento de comorbidades psiquiátricas como ansiedade e depressão em jovens.

MÉTODOS

Foi realizado um estudo transversal para avaliar a relação entre aumento de depressão e ansiedade em jovens pelo uso excessivo das redes sociais, durante o período de fevereiro a março de 2021. Os sujeitos desta pesquisa foram estudantes de ensino médio e pré-vestibulares de escolas particulares, no município de Juiz de Fora.

A coleta de dados foi efetuada por meio de três questionários aplicados pelo Google Forms: Questionário Sociodemográfico, Escala de Beck[8], e o Questionário *Social Media Disorder* (SMD)[9].

O questionário sociodemográfico foi elaborado especialmente para o presente estudo contendo 11 questões e abrangeu: sexo, idade, local de nascimento, cor ou raça, grau de escolaridade, estado civil, moradia, renda familiar, profissão e filhos.

O inventário de depressão de Beck[8] é formado por 21 itens de múltipla escolha, onde cada um desses tópicos apresenta uma pontuação de 0 a 3. Os resultados entre 0-9 indicam que o indivíduo não se encontra deprimido, os valores entre 10-18 indicam depressão leve a moderada, os valores 19-29 indicam depressão moderada a severa e os valores entre 30-63 indicam depressão severa.

A escala *Social Media Disorder* (SMD)[9] curta contém nove itens, e é baseada na escala SMD longa que apresenta 27 itens. As duas escalas atendem a todos os critérios do *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (DSM-5), sendo, na curta, selecionado os itens de maior carga de cada critério para compor seu questionário. Essa é uma escala dicotômica (sim / não) e tem como objetivo identificar aqueles indivíduos viciados em internet e/ou mídia social, sendo o ponto de corte para se obter esse diagnóstico de cinco ou mais critérios atendidos.

A seleção dos entrevistados obedeceu aos seguintes critérios de inclusão: estudantes do terceiro ano do ensino médio e pré-vestibular.

Em um estudo observacional transversal para estimar uma prevalência com precisão relativa, tendo em conta uma população de aproximadamente 10.000 estudantes de ensino médio particular e pré-vestibular, um nível de significância de 95%, uma frequência esperada do fator em estudo de 70,0%, um erro amostral de 5%, o tamanho da amostra necessária foi de 313 pessoas.

Os dados foram armazenados no programa Access, Microsoft Corporation ® USA. Para a análise estatística, será utilizado o programa SPSS 21.0, IBM ® SPSS Statistic. Medidas de posição e tendência central foram utilizadas para a descrição de variáveis contínuas e proporções para as variáveis categóricas estudadas.

Na análise bivariada foi verificada diferenças entre variáveis contínuas através do teste T de igualdade de duas amostras independentes. Em variáveis categóricas para verificar diferenças entre duas amostras independentes foi utilizado o teste de qui-quadrado.

Nos testes não paramétricos em variáveis quantitativas, após verificar a normalidade através do teste de Shapiro_Wilk, foi investigada diferenças em amostras independentes com os testes de Mann-Whitney ou Kruskal-Wallis dependendo do número delas. Já em amostras relacionadas foram utilizados os testes de Wilcoxon ou Friedman em duas ou mais amostras respectivamente.

Na análise do p-valor e os intervalos de confiança o valor crítico foi definido em 95%. Os dados foram agrupados e apresentados em tabelas e gráficos.

RESULTADOS:

A amostra foi composta por 223 indivíduos dos quais 96,9% (n=196) eram estudantes, 78% (n=174) do sexo feminino e com idade média±DP de 21±2,2 anos. Maiores informações sobre o perfil dos participantes estão descritas na tabela 1.

Tabela 1: Dados sociodemográficos da amostra e comparação da homogeneidade da amostra e médias (n=223)

CARACTERÍSTICAS

	Média±DP (anos)	**p-valor**
Idade - amostra	21±2,2	
		(>0,05)
Idade – sexo feminino (média±DP)	21±2,2	0,8599
Idade – sexo masculino (média±DP)	21±2,2	
Sexo	**FA (FR)**	
Feminino	174 (78%)	<0,001
Masculino	49 (22%)	
Graduação		
Faculdade pública	55 (24,7%)	<0,001
Faculdade privada	161 (72,2%)	
Outro	7 (3,1%)	
Estado civil		
Solteiro	151	<0,001
Namorando	69	
Casado	3	
Renda familiar		
Mais de 15 salários-mínimos	31	<0,001
De 12 a 15 salários-mínimos	11	
De 9 a 12 salários-mínimos	22	
De 6 a 9 salários-mínimos	37	
De 3 a 6 salários-mínimos	70	
De 1 a 3 salários-mínimos	36	
Até 1 salário-mínimo	10	
Nenhuma renda	6	
Com quantas pessoas reside		
0	28	<0,001
1 a 3	156	
4 a 7	39	
Tem filhos?		
Sim	7 (3,1%)	<0,001
Não	196 (96,9%)	

FA= frequência absoluta; FR=Frequência relativa

Homogeneidade da amostra foi analisada pelo teste do qui-quadrando e comparação de médias, pelo teste T

Com relação às características dos pacientes, predominaram aqueles que estudavam em uma instituição de ensino privado (n= 160, 71,74%), namorando (n= 69, 30,94%), com renda familiar de 3-6 salários-mínimos (n= 70, 31,39%), residindo com 1-3 pessoas (n= 154, 69,95%) e que não tinham filhos (n= 216, 96,86%).

Também foram investigadas questões sobre a rotina dos participantes, incluindo uso de redes sociais. Esses foram organizados dados de acordo com o grau de depressão apresentado pelos participantes estão descritos na tabela 2. Para classificação foi utilizado o inventário de ansiedade e depressão de Beck que utiliza uma ferramenta de classificação em que cada item é posicionado em uma escala de quatro pontos, de 0 a 3. 0 significa que não está apresentando sintomas, enquanto 3 significa que está apresentando uma forma grave deles. Os valores básicos são: 0-9 indicam que o indivíduo não está deprimido, 10-18 indicam depressão leve a moderada, 19-29 indicam depressão moderada a severa e 30-63 indicam depressão severa. Valores maiores indicam maior severidade dos sintomas depressivos.

Tabela 2: Caracterização da amostra quanto aos aspectos relativos à rotina (n=223)

CARACTERÍSTICAS – Rotina

Prática de atividade física	**FA (FR)**	**p-valor (<0,05)**
Sim	66 (%)	<0,001
Não	157(%)	
Possui um hobby		
Sim	166	<0,001
Não	57	
Frequentemente não consegue pensar em outra coisa que não seja o momento em que estará livre para navegar nas redes sociais?		
Sim	78	<0,001
Não	145	
Frequentemente sentiu-se insatisfeito, pois queria passar mais tempo nas redes sociais?		
Sim	48	<0,001
Não	175	
Sentiu-se mal por não poder usar as redes sociais?		
Sim	69	<0,001
Não	154	
Tentou diminuir o uso, em geral, das redes sociais, mas fracassou?		
Sim	150	<0,001

Não	73	
Regularmente negligencia hobbies e outras atividades porque prefere estar nas redes sociais?		
Sim	101	0,180
Não	122	
Regularmente tem argumentos para os outros quando lhe perguntam sobre as redes sociais?		
Sim	101	0,180
Não	122	
Regularmente mente para seus pais ou amigos sobre o tempo gasto nas redes sociais?		
Sim	36	<0,001
Não	187	
Regularmente usou as redes sociais com fonte escapatória para os problemas?		
Sim	160	<0,001
Não	63	
Entrou em conflito com as pessoas da sua família porque estava usando as redes sociais?		
Sim	70	<0,001
Não	153	

Com essa observação, compreendeu-se que os únicos costumes que são comuns à amostra foram, regularmente, negligenciar hobbies e outras atividades porque prefere estar nas redes sociais e apresentar argumentos para os outros quando lhe perguntam sobre as mesmas ($p>0,05$, em ambos os casos).

Quanto ao escore obtido para classificar o nível de depressão dos indivíduos, 39% (n=87) apresentaram nenhum grau; 30,5% (n=68) apresentaram de leve à moderado; 22,9% (n=51), de moderado à severo e 7,6% (n=17), apresentaram severidade, havendo heterogeneidade nessa distribuição ($p<0,001$). Portanto, mais da metade da amostra obteve escore que indica algum grau de depressão.

Sendo assim, foi comparada a média±DP de idade entre os grupos formados por indivíduos com diferentes graus de depressão (leve a moderada, moderada a severa e severa) com aqueles que não apresentaram depressão, revelando diferença significativa entre elas: indivíduos com grau de moderado a severo (21±2,1 anos) e severo de depressão (20±2 anos), eram mais jovens do que aqueles não deprimidos (22±2,3 anos) ($p=0,0037$) (Figura 1).

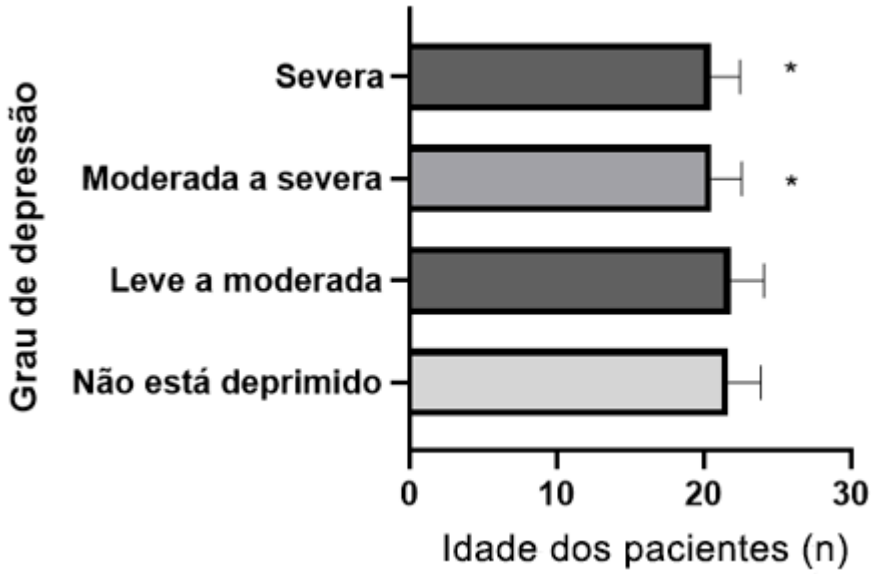

Figura 1: Comparação da idade dos participantes que apresentaram algum grau de depressão com aqueles que não estavam deprimidos.

Além disso, foram verificadas se as variáveis qualitativas relacionadas à rotina dos participantes apresentaram associação com o grau de depressão dos mesmos (Tabela 3).

Tabela 3: Comparação do uso de Redes Sociais e idade da amostra classificada de acordo com o grau de depressão constatado pelo Inventário de Beck.

Variável	Qui-quadrado	P-valor (<0,05)	V de cramer/Fi
Sexo	10,017	0,018*	0,212
Faculdade (pública ou privada)	10,315	0,016*	0,219
Estado civil	2,857	0,414	0,114
Renda familiar	30,436	0,084	0,213
Com quantas pessoas reside	9,766	0,135	0,148
Tem filhos?	3,175	0,365	0,119
Prática de atividade física	1,195	0,274	-0,065
Possui um hobby	8,542	0,036*	0,196
Frequentemente não consegue pensar em outra coisa que não seja o momento em que estará livre para navegar nas redes sociais?	18,840	<0,001*	0,291
Frequentemente sentiu-se insatisfeito, pois queria passar mais tempo nas redes sociais?	30,366	<0,001*	0,369
Sentiu-se mal por não poder usar as	25,926	<0,001*	0,341

redes sociais?			
Tentou diminuir o uso, em geral, das redes sociais, mas fracassou?	2,034	0,565	0,096
Regularmente negligencia hobbies e outras atividades porque prefere estar nas redes sociais?	25,573	<0,001*	0,339
Regularmente tem argumentos para os outros quando lhe perguntam sobre as redes sociais?	11,820	0,008	0,230
Regularmente mente para seus pais ou amigos sobre o tempo gasto nas redes sociais?	23,937	<0,001*	0,328
Regularmente usou as redes sociais com fonte escapatória para os problemas?	32,184	<0,001*	0,380
Entrou em conflito com as pessoas da sua família porque estava usando as redes sociais?	9,181	0,027*	0,203

Na tabela 3 foi analisado se houve uma associação em relação aos dados coletados com o grau de depressão observado nos participantes. Alguns dados apresentarem relevância tendo um P-valor menor que 0,05, sendo eles sexo (0,018), faculdade (0,016), se possui um hobby (0,036), só consegue pensar em redes sócias (<0,001), insatisfeito por não passar mais tempo nas redes sociais (<0,001), sentiu-se mal por não poder usar redes sociais (<0,001), prefere usar redes socias a realizar outras atividades (<0,001), mente para os pais e amigos sobre o tempo gasto nas redes sociais (<0,001), usou redes sociais como fonte escapatória para os problemas (<0,001), entrou em conflito com as pessoas em decorrência das redes sociais (0,027).

DISCUSSÃO

De acordo com os resultados das análises, o estudo revelou que há uma correlação entre o uso excessivo de redes sociais e os transtornos mentais; tais como a ansiedade e depressão. Segundo Moromizato et al. [10] os sintomas de ansiedade e depressão podem ser decorrentes do uso indevido de internet. Ela constitui uma das fontes de adicção, termo utilizado em medicina para denominar dependência psíquica. A adicção por internet é caracterizada por uso coativo, tempo despendido acentuado na internet, causando efeitos nocivos à saúde mental.

O presente estudo mostrou uma predominância de jovens e estudantes com sintomas depressivos, na maior parte do sexo feminino. De acordo com Dell'Osbel et al. [11] o predomínio de depressão pode alcançar 34,5% em acadêmicos, destacando-se o sexo

feminino. Um estudo de Nishida et al. [12], observou similarmente tal relação, tendo em vista que as meninas passam um maior período de tempo nas redes sociais e os meninos exploravam mais jogos virtuais, foi percebida uma maior predisposição ao desenvolvimento de depressão com uso das redes sociais que na utilização dos jogos. Em virtude desses dados pode-se reafirmar a propensão maior do sexo feminino para evolução dessa enfermidade.

Ademais, nessa análise vigente foi constatado que a maior parte do grupo estudado não pratica atividade física. Corroborando com estes resultados, Leão et al. [13] mostraram um predomínio de ansiedade relacionada ao sexo feminino e a falta de atividades físicas, em sua pesquisa. Um estudo transversal[14] inquiriu a frequência de ansiedade e depressão entre pessoas que praticavam e não praticavam exercício físico, de sexo feminino e masculino com idades que variavam entre 18 e 45 anos. Por conseguinte, foi compreendido um maior predomínio de sedentarismo, diagnóstico de ansiedade e depressão na população feminina. Além do mais, notou-se que um estilo de vida ativo, com atividades aeróbicas promoveu níveis baixos destes transtornos mentais.

Inferiu-se que houve predomínio de indivíduos que utilizaram as redes sociais como fonte escapatória para os problemas. Em consonância a isso, estudos de Souza e Cunha [15], apontaram que grande parte dos adolescentes e jovens usam as redes sociais como fonte para solucionar as adversidades que se manifestam no cotidiano. Segundo Elhai et al. [16], a dependência se configura através do modo compulsivo no anseio de buscar emoções positivas, como processo de melhora do humor. Sendo assim, pode ser prejudicial ou adaptativa. Indo de encontro a este achado, Fortim e Araújo [17] apontaram em seu estudo que a dependência da internet pode ser uma fonte escapatória para solidão, sendo um meio prático de encontrar pessoas com rapidez, e assim há uma percepção de satisfação do vazio.

Na amostra, a maior parte dos indivíduos tentou cessar o uso das redes sociais, mas não conseguiram, revelando a dependência das mesmas. Análogo a isto, um estudo de Cruz [18], feito com acadêmicos apresentou dependência de redes sociais em 58% deles. Em conformidade com Junior et al. [19] observaram que tal dependência, a imaturidade na análise do conteúdo visto pelos jovens tornou-se um agravo para o surgimento de sintomas depressivos, também relata que tal necessidade excessiva desse meio tecnológico pode provocar diminuição do rendimento nos estudos, alteração da atenção e sentimentos de desgosto e de desvalor.

Constatou-se graus de depressão leve à severa em mais da metade dos indivíduos, muito embora o processo de comparação entre estes seja uma característica presente em todos, ainda que seja espontâneo, é individual. Butzer e Kuiper [20] também observaram que indivíduos

sabidamente depressivos acessam mais as redes sociais em busca de tentar reduzir as suas auto incertezas.

CONCLUSÃO

A análise dos achados permitiu identificar que o uso desmedido de redes sociais pode representar uma ameaça à saúde mental dos adolescentes diante do tempo que as utilizam. Transtornos como ansiedade e depressão foram demonstrados a partir da desadaptação ao convívio social da vida real, fazendo com que o indivíduo se torne refém das redes sociais na busca por aprovação de seus pares e, quando isto não ocorre, contribui para o aumento das inseguranças no mundo real e possíveis desenvolvimentos de síndromes associadas. Sugere-se a importância de pesquisas futuras sobre o assunto diante do alto impacto na vida dos indivíduos nessa faixa etária.

REFERÊNCIAS

1. Kaplan AM, Haenlein M, Users of the world, unite! The challenges and opportunities of social media. Bus. 2010; 53(1):59–68.

2. Aparicio-Martinez P, Perea-Moreno A, Martinez-Jimenez MP, Redel-Macías MD, Vaquero-Abellan M, Pagliari C. A Bibliometric Analysis of the Health Field Regarding Social Networks and Young People. Int. J. Environ. Res. Public Health. 2019; 16:4024.

3. Dias VC, Lima NL, Viola DTD, Kelles NF, Gomes PS, Silva CR. Adolescentes na Rede: Riscos ou Ritos de Passagem? Psicologia: Ciência e Profissão. 2019; 39:1-15.

4. Villanti AC, Johnson AL, Ilakkuvan V, Jacobs MA, Graham AL, Rath JM. Social Media Use and Access to Digital Technology in US Young Adults in 2016. J. Med. Internet Res. 2017;19:e196.

5. Silva TO, Silva LTG. Os impactos sociais, cognitivos e afetivos sobre a geração de adolescentes conectados às tecnologias digitais. Rev. Psicopedagogia 2017; 34(103):87-97.

6. Baek YM, Bae Y, Jang H. Social and parasocial relationships on social network sites and their differential relationships with users psychological well-being. Cyberpsychol Behav Soc Netw. 2013; 16(7):512–7.

7. O'Reilly M, Dogra N, Hughes J, Reilly P, George R, Whiteman N. Health Promotion International. 2018; 1: 1-11.

8. Beck AT, Steer RAB, Gregory K. BDI. Beck Depression Inventory: Manual. Psychological Corp. 1993; 4:561-71.

9. Van Den Eijnden RJJM, Lemmens JS, Valkenburg PM. The Social Media Disorder Scale. Computers in Human Behavior. 2016; 61:478-87.

10. Moromizato MS, Ferreira DB, Souza LS, Leite RF, Macedo FN, Pimentel D. O Uso de Internet e Redes Sociais e a Relação com Indícios de Ansiedade e Depressão em Estudantes de Medicina. Revista Brasileira de Educação Médica [online]. 2017; 41(4):497-504.

11. Dell'Osbel RS, Santos PA, Menegat G, Silva FF, Tonietto PP, Luisa Gregoletto ML, et al. Sintomas depressivos e fatores associados em estudantes universitários do sul do Brasil. Ciência & Saúde. 2018; 11(4): 217-25.

12. Nishida T, Tamura H, Sakakibara H. The association of smartphone use and depression in Japanese adolescents. Psychiatry Res. 2019 Mar;273:523-7.

13. Leão AM, Gomes IP, Ferreira MJ, Cavalcanti LP. Prevalência e Fatores Associados à Depressão e Ansiedade entre Estudantes Universitários da Área da Saúde de um Grande Centro Urbano do Nordeste do Brasil. Revista Brasileira de Educação Médica. 2018; 42(4): 55-65.

14. Khanzada FJ, Soomro N, Khan SZ. Association of Physical Exercise on Anxiety and Depression Amongst Adults. Journal of college of physicians and surgeons pakistan. 2015; 25: 546-8.

15. Souza K, Cunha M. Impactos das redes sociais digitais na saúde mental de adolescentes e jovens. Anais do I Workshop sobre as Implicações da Computação na Sociedade; 30 de junho, 2020; Cuiabá, Brasil. Porto Alegre: SBC; 2020. p.49-60.

16. Elhai JD, Dvorak RD, Levine JC, Hall BJ. Problematic smartphone use: A conceptual overview and systematic review of relations with anxiety and depression psychopathology. Journal of affective disorders. 2017; 207: 251-9.

17. Fortim I, Araujo CA. Aspectos psicológicos do uso patológico de internet. Boletim - Academia Paulista de Psicologia. 2013; 33(85):292-311 .

18. Cruz MS. "Redes sociais virtuais: percepção, finalidade e a influência no comportamento dos acadêmicos". Brazilian Journal of Development. 2020; 6(3): 12433–446.

19. Junior ES, Melo JA, Silva AP, Silva T, Chaves A, Souza A, Gonçalves J, Santana S. Depressão em adolescente que usam frequentemente as redes sociais : uma revisão da literatura. Brazilian Journal of Development [Internet]. 2022 [cited 2022 May 19];8:18838-1851. DOI 10.34117/bjdv8n3-224.Available from: https://www.brazilianjournals.com/index.php/BRJD/article/view/45299/pdf

20. Butzer B, Kuiper NA. Relationships between the frequency of social comparisons and self-concept clarity, intolerance of uncertainty, anxiety, and depression. Journal of Personality and Social Psychology. 2006; 41: 167-76.

APÊNDICES

1. **TCLE**

Nome do participante: _____

Data: ____/____/_____

E-mail: _____

Pesquisador principal: **Prof. Dr. Guilherme Henrique Faria do Amaral**

Informações ao(a) participante:

Você está sendo convidado(a) a participar de uma pesquisa intitulada "Redes Sociais como causa de dependência, ansiedade e depressão em estudantes de Juiz de Fora" que tem como objetivo: investigar se há correlação entre o uso das redes sociais e o desenvolvimento de comorbidades psiquiátricas como ansiedade e depressão em jovens de Juiz de Fora. Serão aplicados: um questionário sócio demográfico, um questionário de avaliação de dependência de redes sociais e o inventário de Beck (relacionado à ansiedade e depressão).

Antes de aceitar participar da pesquisa, leia atentamente as explicações abaixo que informam o que será realizado:

1. Os pesquisadores envolvidos estão capacitados e instruídos para a aplicação dos questionários, sendo capazes de esclarecer qualquer dúvida antes, durante ou após a entrevista.
2. Você pode se recusar a participar do estudo e poderá abandonar o procedimento em qualquer momento, sem que haja penalização ou prejuízo. Durante o preenchimento dos questionários, você poderá recusar-se a responder qualquer pergunta que por ventura lhe causar algum constrangimento.
3. A participação como voluntário(a) não dará ao(à) participante nenhum privilégio nem prejuízo, seja ele de caráter financeiro ou de qualquer natureza, podendo se retirar do projeto em qualquer momento. O(a) participante poderá, ainda, solicitar ressarcimento caso entenda ter sido prejudicado em decorrência de sua participação na pesquisa.

4. Serão garantidos o sigilo e a privacidade, sendo reservado ao(à) participante o direito de omissão de sua identificação ou de dados que possam comprometê-lo(a), de acordo com o preconizado na Resolução CNS 466/12 que regulamenta a pesquisa com seres humanos no Brasil.
5. As pessoas que irão analisar os dados dos questionários não terão acesso aos nomes, e sim a um número de identificação. Na apresentação dos resultados os nomes dos participantes serão preservados. Estes só serão apresentados em conjunto, portanto o sigilo quanto aos dados está garantido.
6. Os questionários serão aplicados no horário mais conveniente ao participante. Serão gastos cerca de **10 a 20 minutos** com a entrevista.
7. O risco da pesquisa é caracterizado como mínimo, sendo o mesmo um possível constrangimento durante a entrevista.
8. O Termo de Consentimento Livre e Esclarecido será assinado pelo participante e pelo pesquisador responsável. O documento consta de duas vias: uma pertencente ao pesquisador responsável e outra pertencente ao (à) participante da pesquisa e vale exclusivamente para esta pesquisa.
9. Caso tenha qualquer pergunta sobre esta pesquisa ou deseje ter outras informações ou esclarecimentos a respeito da mesma, por gentileza, entre em contato com o pesquisador principal pelo telefone (32) 2102-2107.
10. A sua participação será bastante valiosa já que os resultados do estudo são importantes para investigar se há correlação entre o uso das redes sociais e o desenvolvimento de ansiedade e depressão em jovens. A pesquisa é de intuito investigativo-acadêmico sem quaisquer efeitos avaliativos individuais e/ou institucionais.
11. Os resultados estarão disponíveis para acesso de todos os participantes no final da pesquisa. Caso esteja interessado, entre em contato com os pesquisadores no telefone acima especificado.

Após ter lido o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, todas as dúvidas sobre o projeto de pesquisa e a participação foram esclarecidas, portanto, a minha assinatura abaixo indica que concordo em participar desta pesquisa e por isso dou o meu consentimento.

Juiz de Fora, _____ de _____ de 2020.

_____

Assinatura (Participante)

_____

Prof. Dr. Guilherme Henrique Faria do Amaral

Orientador da Pesquisa

Faculdade de Medicina de Juiz de Fora

FAME/JF – UNIPAC

Telefone: (32) 98808-2776

2. **Questionário Sociodemográfico**

Data: _____/_____/_____

Nome Completo: _____

Idade: _____

Naturalidade: _____

Profissão: _____

Estado Civil: _____

Sexo:

Feminino

Masculino

Atividade física:

Não pratico nenhuma atividade física

Sim. Qual e com qual frequência? _____

Quantas pessoas moram com você?

Moro sozinho

Uma a três

Quatro a sete

Oito a dez

Renda Familiar:

Nenhuma Renda

Até 1 salário-mínimo

1 a 3 salários-mínimos

3 a 6 salários-mínimos

6 a 9 salários-mínimos

9 a 12 salários-mínimos

12 a 15 salários-mínimos

Mais de 15 salários-mínimos

Filhos:

Sim. Quantos? _____

Não

Possui algum Hobby (O que faz para se distrair):

Sim. Qual(is)? _____

Não

ANEXOS

1. **Questionário de Beck**

Nome:_____

Idade:_____

Data: _____/_____/_____

Este questionário consiste em 21 grupos de afirmações. Depois de ler cuidadosamente cada grupo, faça um círculo em torno do número (0, 1, 2 ou 3) próximo à afirmação, em cada grupo, que descreve **melhor** a maneira que você tem se sentido na **última semana, incluindo hoje.** Se várias afirmações num grupo parecerem se aplicar igualmente bem, faça um círculo em cada uma. **Tome cuidado de ler todas as afirmações, em cada grupo, antes de fazer sua escolha.**

1	0 Não me sinto triste 1 Eu me sinto triste 2 Estou sempre triste e não consigo sair disto 3 Estou tão triste ou infeliz que não consigo suportar	**6**	0 Não me sinto decepcionado comigo mesmo 1 Estou decepcionado comigo mesmo 2 Estou enojado de mim 3 Eu me odeio
2	0 Não estou especialmente desanimado quanto ao futuro 1 Eu me sinto desanimado quanto ao futuro 2 Acho que nada tenho a esperar 3 Acho o futuro sem esperanças e tenho a impressão de que as coisas não podem melhorar	**7**	0 Não me sinto de qualquer modo pior que os outros 1 Sou crítico em relação a mim por minhas fraquezas ou erros 2 Eu me culpo sempre por minhas falhas 3 Eu me culpo por tudo de mal que acontece
3	0 Não me sinto um fracasso 1 Acho que fracassei mais do que uma pessoa comum 2 Quando olho pra trás, na minha vida, tudo o que posso ver é um monte de fracassos 3 Acho que, como pessoa, sou um completo fracasso	**8**	0 Não tenho quaisquer idéias de me matar 1 Tenho idéias de me matar, mas não as executaria 2 Gostaria de me matar 3 Eu me mataria se tivesse oportunidade
4	0 Tenho tanto prazer em tudo como antes 1 Não sinto mais prazer nas coisas como antes 2 Não encontro um prazer real em mais nada 3 Estou insatisfeito ou aborrecido com tudo	**9**	0 Não choro mais que o habitual 1 Choro mais agora do que costumava 2 Agora, choro o tempo todo 3 Costumava ser capaz de chorar, mas agora não consigo, mesmo que o queria
5	0 Não me sinto especialmente culpado 1 Eu me sinto culpado grande parte do tempo 2 Eu me sinto culpado na maior parte do tempo 3 Eu me sinto sempre culpado	**10**	0 Não sou mais irritado agora do que já fui 1 Fico aborrecido ou irritado mais facilmente do que costumava 2 Agora, eu me sinto irritado o tempo todo 3 Não me irrito mais com coisas que costumavam me irritar

11	0 Não acho que esteja sendo punido 1 Acho que posso ser punido 2 Creio que vou ser punido 3 Acho que estou sendo punido	**12**	0 Não perdi o interesse pelas outras pessoas 1 Estou menos interessado pelas outras pessoas do que costumava estar 2 Perdi a maior parte do meu interesse pelas outras pessoas 3 Perdi todo o interesse pelas outras pessoas
13	0 Tomo decisões tão bem quanto antes 1 Adio as tomadas de decisões mais do que costumava 2 Tenho mais dificuldades de tomar decisões do que antes 3 Absolutamente não consigo mais tomar decisões	**14**	0 O meu apetite não está pior do que o habitual 1 Meu apetite não é tão bom como costumava ser 2 Meu apetite é muito pior agora 3 Absolutamente não tenho mais apetite
15	0 Não acho que de qualquer modo pareço pior do que antes 1 Estou preocupado em estar parecendo velho ou sem atrativo 2 Acho que há mudanças permanentes na minha aparência, que me fazem parecer sem atrativo 3 Acredito que pareço feio	**16**	0 Não tenho perdido muito peso se é que perdi algum recentemente 1 Perdi mais do que 2 quilos e meio 2 Perdi mais do que 5 quilos 3 Perdi mais do que 7 quilos Estou tentando perder peso de propósito, comendo menos: Sim _____ Não _____
17	0 Posso trabalhar tão bem quanto antes 1 É preciso algum esforço extra para fazer alguma coisa 2 Tenho que me esforçar muito para fazer alguma coisa 3 Não consigo mais fazer qualquer trabalho	**18**	0 Não estou mais preocupado com a minha saúde do que o habitual 1 Estou preocupado com problemas físicos, tais como dores, indisposição do estômago ou constipação 2 Estou muito preocupado com problemas físicos e é difícil pensar em outra coisa 3 Estou tão preocupado com meus problemas físicos que não consigo pensar em qualquer outra coisa

19	0 Consigo dormir tão bem como o habitual 1 Não durmo tão bem como costumava 2 Acordo 1 a 2 horas mais cedo do que habitualmente e acho difícil voltar a dormir 3 Acordo várias horas mais cedo do que costumava e não consigo voltar a dormir	**20**	0 Não notei qualquer mudança recente no meu interesse por sexo 1 Estou menos interessado por sexo do que costumava 2 Estou muito menos interessado por sexo agora 3 Perdi completamente o interesse por sexo
21	0 Não fico mais cansado do que o habitual 1 Fico cansado mais facilmente do que costumava 2 Fico cansado em fazer qualquer coisa 3 Estou cansado demais para fazer qualquer coisa		

2. Questionário Social Media Disorder (SMD)

Este questionário consiste em 9 questões. Depois de ler cuidadosamente cada uma, marque entre **sim/não** qual descreve **melhor** a maneira que você tem lidado com as redes sociais.

Durante o ano passado, você .....

Pergunta	**SIM**	**NÃO**
Frequentemente não consegue pensar em outra coisa que não seja o momento em que estará livre para navegar nas redes sociais?		
Frequentemente sentiu-se insatisfeito, pois queria passar mais tempo nas redes sociais?		
Sentiu-se mal por não poder usar as redes sociais?		
Tentou diminuir o uso, em geral, das redes sociais, mas fracassou?		
Regularmente negligencia hobbies e outras atividades porque prefere estar nas redes sociais.		

Regularmente tem argumentos para os outros quando lhe perguntam sobre as redes sociais?		
Regularmente mente para seus pais ou amigos sobre o tempo gasto nas redes sociais?		
Regularmente usou as redes sociais com fonte escapatória para os problemas?		
Entrou em conflito com as pessoas da sua família porque estava usando as redes sociais?		

Soma SIM: _____ Soma NÃO: _____