

**BEM-ESTAR SUBJETIVO, USO DE REDES SOCIAIS ON-LINE E
AUTOCONCEITO NA INFÂNCIA E ADOLESCÊNCIA DURANTE A PANDEMIA
DO COVID-19**

Gabriela Gehlen

Dissertação de Mestrado apresentada como exigência parcial
para obtenção do grau de Mestre em Psicologia sob orientação da
Prof.^a Dr.^a Livia Maria Bedin e co-orientação da Prof.^a Dr.^a Clarissa Marcelli Trentini

Universidade Federal do Rio Grande do Sul
Programa de Pós-Graduação em Psicologia
Instituto de Psicologia

2021

Dedicatória
Aos incansáveis pesquisadores e cientistas brasileiros que trouxeram esperança em frascos
de vacina.
Que a ciência seja a luz a nos salvar da ignorância.

AGRADECIMENTOS

À minha família que foi fonte inesgotável de apoio nestes tempos de incerteza.

Ao meu namorado, Renato, pelo apoio emocional e acadêmico. Por compartilhar comigo essa caminhada, e ser meu parceiro de isolamento. Obrigada por me ajudar a chegar até aqui, sendo um lugar de acolhimento, afeto e segurança. Obrigada pela família acolhedora que tu me proporcionou e pelos planos que dividimos.

À Marília, minha amiga incansável durante a graduação, e nessa jornada do mestrado. Por debater comigo, e ajudar na construção deste trabalho, oferecendo um olhar crítico e acolhedor nas revisões dessa dissertação.

Ao Leonardo e Stephanie, que trabalharam comigo desde o início do mestrado, me auxiliando nas coletas, nas análises, na escrita e nos direcionamentos deste trabalho. Vocês foram fundamentais.

Ao grupo GPPC, que me acolheu e direcionou minha trajetória na pesquisa. Pelas reuniões presenciais com café e afeto, e pela permanência que ajudou na construção deste trabalho e na travessia desta pandemia.

Ao NEAP, pela acolhida inicial, e pelas trocas constantes e carinhosas. Pelo afeto construído e pelo apoio e colo incondicional.

À minha psicóloga Lissia, que me inspirou a ser uma profissional melhor, uma pessoa melhor e ser mais inteira. Obrigada pelo suporte, pelos direcionamentos e pela nossa caminhada tão reparadora.

Aos colegas e amigos Ana, Fran, Ernesto, Rodrigo, Valmir, Carol, Quésia, Michael, Kalil, Jaqueline, Manu, Lisiê, Ângela e Monique pelo apoio durante essa trajetória acadêmica, e pelos abraços que foram essenciais para prosseguir.

As orientadoras Lívia e Clarissa: por aceitarem essa caminhada, pela paciência, pelo suporte, pelos abraços, sorrisos, conversas, direcionamentos. Pelo carinho com o qual conduziram e guiaram meu fazer acadêmico. Pela inspiração nas profissionais que vocês são.

SUMÁRIO

AGRADECIMENTOS	3
LISTA DE TABELAS	6
LISTA DE FIGURAS	7
RESUMO	8
CAPÍTULO I - Introdução Geral	10
CAPÍTULO II – Estudo 1	13
Introdução	13
Método	25
Resultados e discussão	26
Considerações Finais	36
CAPÍTULO III - Estudo 2	39
Introdução	39
Método	42
Participantes	42
Instrumentos	43
Procedimentos de Recrutamento dos participantes	43
Procedimentos do grupo focal online	44
Aspectos éticos	45
Análise dos dados	46
Considerações finais	54
CAPÍTULO IV – CONSIDERAÇÕES FINAIS	56
REFERÊNCIAS	59
ANEXOS	73
Anexo A - Anexo A - Lista de artigos da revisão sistemática	72
Anexo B - Parecer Consubstanciado Comitê de Ética em Pesquisa (CEP)	81
Anexo C - Rapport inicial e Roteiro do grupo focal	84
Anexo D - Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) – Autorização dos responsáveis legais	88
Anexo E - Termo de Concordância Institucional	89
Anexo F - Termo de assentimento livre e esclarecido	90
Anexo G - CARDS	91

LISTA DE TABELAS

Tabela 1. Informações sobre os participantes

Tabela 2. Lista de Códigos

FIGURAS

Figura 1. Paradigma ecológico-contextual de James Kelly.

Figura 2. Fluxograma da Revisão.

RESUMO

Esta dissertação investigou como o uso das redes sociais on-line pode estar relacionado ao autoconceito e ao bem-estar subjetivo na infância e adolescência. Foram realizados dois estudos principais: o Estudo 1, que apresenta uma revisão sistemática de literatura visando a compreender como os estudos atuais associam o uso das redes sociais on-line ao autoconceito e seus desdobramentos na saúde mental e no bem-estar subjetivo. Os resultados indicaram que o uso das redes está associado a desfechos negativos quando o adolescente carece de rede de apoio presencial, com maior impacto nas meninas, principalmente em relação à comparação social e ao desenvolvimento da autoestima. O impacto positivo das redes se faz presente na revisão de literatura nos casos em que o adolescente tem dificuldade de socializar presencialmente, e usa as ferramentas virtuais como forma de testar suas habilidades sociais. Ainda, foi possível neste estudo mapear quais as redes de maior uso entre os adolescentes, e quais as particularidades e o grau de nocividade de cada uma, conforme seu uso. O Estudo 2, de caráter qualitativo, é um estudo com grupo focal on-line, com nove crianças e adolescentes, que participaram de uma discussão sobre autoconceito, redes sociais, e os atravessamentos da pandemia nas formas de uso, e a percepção do seu bem-estar subjetivo. O grupo focal foi conduzido seguindo um roteiro semiestruturado, e posteriormente foi transcrito e analisado utilizando a ferramenta MAXQDA. Foram identificadas quatro grandes categorias de análise: autoconceito físico, impacto das redes no bem-estar, autoconceito acadêmico e forma de uso das redes. Discute-se os resultados de acordo com a literatura e sugere-se estudos futuros no contexto brasileiro que investiguem as diferenças sociais, de gênero e culturais desse fenômeno, para que subsidiem práticas de orientação sobre o uso seguro das redes sociais, e na prevenção de adoecimentos oriundos do impacto dessas no bem-estar subjetivo dos adolescentes, principalmente durante a pandemia.

Palavras-chave: autoconceito, infância, adolescência, bem-estar subjetivo, redes sociais.

ABSTRACT

This dissertation investigated how the use of online social networks can be related to self-concept and subjective well-being in childhood and adolescence. Two main studies were carried out: Study 1, which presents a systematic literature review aiming to understand how current studies associate the use of online social networks with self-concept and its consequences on mental health and subjective well-being. The results indicated that the use of networks is associated with negative outcomes when the adolescent lacks a face-to-face support network, with a greater impact on girls, especially in relation to social comparison and the development of self-esteem. The positive impact of networks is present in the literature review in cases where adolescents have difficulty socializing in person, and use virtual tools as a way to test their social skills. Furthermore, it was possible in this study to map which networks are most used among adolescents, and what are the particularities and degree of harmfulness of each one, according to its use. Study 2, of a qualitative nature, is a study with an online focus group, with nine children and adolescents, who participated in a discussion about self-concept, social networks, and the crossings of the pandemic in the forms of use, and the perception of its subjective well-being. The focus group was conducted following a semi-structured script, and was later transcribed and analyzed using the MAXQDA tool. Four major categories of analysis were identified: physical self-concept, impact of networks on well-being, academic self-concept and form of use of networks. The results are discussed in accordance with the literature and future studies are suggested in the Brazilian context that investigate the social, gender and cultural differences of this phenomenon, to support guidance practices on the safe use of social networks, and on the prevention of illnesses arising from their impact on the subjective well-being of adolescents, especially during the pandemic.

Keywords: self-concept, adolescence, online social networks, subjective well-being

CAPÍTULO I – Introdução Geral

Ainda não existe consenso na literatura sobre a interação das novas tecnologias, o bem-estar subjetivo e o autoconceito na infância e adolescência. Alguns estudos apontam uma interação positiva que favorece ao adolescente o desenvolvimento seguro da socialização e a possibilidade de experimentação de interações sociais seguras. Além disso, para grupos específicos de adolescentes e crianças, o ambiente virtual torna-se cenário de compartilhamento de experiências difíceis, onde encontram outros pares vivenciando a mesma situação, com expressiva redução do sentimento de solidão e compartilhamento de estratégias de enfrentamento.

Outros teóricos apontam o uso das redes como prejudicial pela facilidade de exposição de adolescentes e crianças, violação da privacidade, excessiva comparação social e prejuízos na autoimagem em decorrência da manipulação de imagens veiculadas nestes espaços. O consumo excessivo realizado por adolescentes e crianças, incentivados pelas propagandas sugeridas nestes espaços também é apontado como algo prejudicial.

Essa dissertação buscou compreender a percepção dos adolescentes sobre o seu uso de redes sociais e analisar se essa percepção é similar ou não, aos dados encontrados na revisão de literatura realizada. Rompendo com a ideia sustentada por muito tempo de que as vozes das próprias crianças e adolescentes sobre seu bem-estar não eram confiáveis (Casas, 1998), realizou-se um estudo exploratório com adolescentes para entender sua vivência on-line e as repercussões destas no seu bem-estar e no autoconceito.

O bem-estar subjetivo diz respeito a uma avaliação que os indivíduos fazem sobre suas vidas (Diener, 2012). Está relacionado com a satisfação de um indivíduo consigo mesmo, e com outros aspectos de sua vida. Este é uma avaliação global, que também pode ser chamada de satisfação vital (Diener, 2009; Casas et al., 2014). Essas avaliações sobre a vida podem ser feitas em níveis tanto cognitivos – nos quais essas avaliações tomam aspectos como satisfação com a escola, interesse e engajamento – quanto afetivos que estão relacionados a sentimentos no enfrentamento de diversas situações ao longo da vida (Diener, 2006).

Hoje as concepções mais atuais sobre bem-estar se organizam em duas perspectivas: uma que aborda o estado subjetivo de felicidade (bem-estar hedônico), e se denomina bem-estar subjetivo, e outra que investiga o potencial humano (bem-estar eudemônico) e trata de bem-estar psicológico. Nesta dissertação a perspectiva adotada é do bem-estar hedônico.

O desenvolvimento do autoconceito é potencializado por mudanças cognitivas e sociais ao longo da vida (Harter, 2006). Conforme crescem, as crianças fazem uso de

diferentes recursos para se distinguir dos outros (McGuire & McGuire, 1981). A importância do ambiente social, juntamente com a necessidade das crianças de se individualizar, pode levar as crianças mais velhas a se envolver em comparações sociais. O envolvimento em comparações sociais pode desencadear o uso de avaliações de competência ao descrever o autoconceito (Ruble, 1983). Quando entram na adolescência, as crianças passam por mudanças dramáticas que influenciam o desenvolvimento de seu autoconceito. Uma preocupação crescente com a forma como os outros veem o self no início da adolescência estabelece a base para a incerteza que é característica da adolescência intermediária. Um desenvolvimento cognitivo saudável, associado à autoaceitação dos atributos físicos e interações sociais de qualidade são fundamentais para o desenvolvimento de um autoconceito positivo. Quando situações sociais tornam as experiências desagradáveis e prejudicam a construção positiva da identidade, (como é o caso de situações de violência, bullying e preconceito), o autoconceito se dará a partir de crenças disfuncionais relacionadas a si e aos outros (Kitahara, 2018; Mendonça, 2018).

O foco deste trabalho foi compreender como o bem-estar subjetivo dos adolescentes e o autoconceito - físico e acadêmico - estão relacionados ao uso das redes sociais e quais formas de uso podem potencializar ou prejudicar o desenvolvimento saudável dessas dimensões nos adolescentes para ser possível desenvolver intervenções preventivas e promotoras de saúde.

A pandemia que iniciou no ano de 2019 e mudou completamente a forma de nos relacionarmos e estarmos presente realizando pesquisas no país, provocou alterações na forma como as coletas seriam realizadas para que este trabalho acontecesse. Devido às restrições de aglomerações e ao isolamento social imposto, as escolas migraram suas atividades para o mundo virtual, assim, nossas coletas que estavam atreladas a esse espaço e a essa realidade foram alteradas do presencial para o virtual.

Adaptações a esse contexto foram realizadas pelo Grupo de Pesquisa em Psicologia Comunitária (GPPC) que, durante o anúncio da situação mundial, iniciava os preparativos para a coleta qualitativa da pesquisa “Bem-estar infantil: direitos das crianças e satisfação com seus contextos de vida”. Essa etapa era complementar à primeira fase, quantitativa, realizada durante o ano de 2019 em escolas de Porto Alegre através de questionários aplicados de forma presencial nos estudantes. As escolas que participaram desta primeira fase seriam nossos campos de nova coleta qualitativa. Para essa segunda fase, os pesquisadores haviam preparado grupos focais com os alunos para entender os fenômenos pesquisados com

maior profundidade uma vez que neste método de coleta o que emerge são informações advindas de interações grupais sem a intenção de buscar consenso, mas a pluralidade das ideias (Guareschi et al., 2010; Morgan, 1997).

Nos grupos focais, diferente das entrevistas grupais, o moderador atua como facilitador da discussão, com uma condução diferenciada, menos diretiva, permitindo que diferentes falas se complementem e se contraponham a partir da contribuição de cada participante e da condução promovida pelo moderador, gerando um debate que permite uma compreensão global do fenômeno investigado. A interação entre as pessoas é o que oferece os dados de interesse da pesquisa (Gondim, 2003; Guareschi et al. 2010; Trad, 2009).

Passados os 15 dias de suspensão iniciais, novos decretos foram sendo liberados e a situação da pandemia no país foi se agravando, sinalizando que as aulas não retomariam de forma presencial em um curto espaço de tempo, o que exigiu adaptação de metodologia e coleta. O projeto de pesquisa foi reescrito, inserindo a modalidade de coleta on-line no método, sendo submetido novamente à aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa da UFRGS em razão dessa alteração na coleta de dados. Nesse intervalo, foram realizadas buscas na literatura que embasassem nosso referencial teórico. Uma vez aprovado, o trabalho de coleta foi finalmente iniciado.

Este trabalho é composto por dois estudos, o primeiro que apresenta os resultados de uma revisão de literatura dos principais conceitos apresentados aqui, e o segundo que foi realizado por meio de um grupo focal on-line, que buscou compreender como a vivência on-line dos jovens durante a pandemia pode estar afetada pelos atravessamentos das aulas em EAD e como o uso de redes sociais acompanhou essas mudanças.

CAPÍTULO II – Estudo 1: Bem-estar subjetivo, uso de redes sociais on-line e o desenvolvimento do autoconceito em adolescentes: uma revisão sistemática de literatura

Introdução

O bem-estar subjetivo na infância e adolescência

O campo de pesquisa da qualidade de vida dos adolescentes tem se modificado muito nas últimas décadas, apresentando um enfoque atual de pesquisa voltado para prevenção e promoção de saúde e de qualidade de vida (Sarriera et al., 2014). Qualidade de vida é o termo relacionado às garantias mínimas de educação, saúde, habitação, tudo aquilo que deveria ser fornecido e assegurado por instâncias superiores. Já o bem-estar subjetivo (BES), ou *subjective well-being*, que é o componente psicossocial da qualidade de vida, está relacionado à medida subjetiva de sensação de bem-estar, à percepção do próprio sujeito, às avaliações que as pessoas fazem sobre suas vidas, tanto cognitivamente quanto afetivamente, com representações das crenças e sentimentos sobre o quanto suas vidas estão sendo gratificantes (Diener, 2012; Diener, 2009). No bem-estar subjetivo, estão presentes com alta frequência afetos positivos, com menor frequência afetos negativos, e uma sensação global de satisfação com a vida (Myers & Diener, 1995). O BES é considerado uma meta de vida importante, senão a mais importante, entre aquilo que os indivíduos buscam (Diener 2000; Tay et al., 2015).

Além de ter valor intrínseco, o bem-estar subjetivo também é benéfico para uma ampla gama de pesquisas que reúnem indicadores objetivos de bem-estar (Tay et al., 2015). Devido a quantidade de pesquisas na área, existem inúmeras evidências mostrando que o bem-estar subjetivo leva à melhoria da saúde física, mental e da longevidade, melhora as relações sociais, promove a sociabilidade e os comportamentos pró-sociais, entre outros (Diener et al. 2017; Boehm et al., 2011; Diener & Chan, 2011; Steptoe & Wardle, 2011; Lyubomirsky, King, & Diener, 2005).

As pesquisas atuais desenvolvidas sobre indicadores subjetivos de bem-estar na infância e na adolescência têm como preocupação central acessar opiniões e percepções dessa população acerca do seu bem-estar subjetivo (Ben-Arieh, 2008; 2019). Esses aspectos metodológicos são um marco importante que estão alinhados com mudanças significativas de valorização da infância e da adolescência como uma fase em si, e não apenas como o processo de tornar-se adulto. Dessa forma, considera-se a infância e a adolescência como fonte primária de informação e intervenção, considerando as necessidades específicas dessa

fase, seu entendimento sobre felicidade e satisfação de vida, tomando o cuidado para não confundir bem-estar infantil com opiniões dos adultos sobre o tema (Ben-Arieh, 2008).

Diversos autores têm se dedicado a buscar responder quais os fatores que influenciam o bem-estar (Cummins & Lau, 2005; Diener & Ryan, 2009; Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). Mais recentemente, foi observado um crescente interesse em identificar indicadores de bem-estar subjetivo na infância e na adolescência que podem atuar como promotores de um desenvolvimento saudável (Ben-Arieh, 2008, 2019; Montserrat et al., 2015; Sarriera et al., 2014). Todavia, estudos sobre bem-estar com crianças e adolescentes na América Latina, incluindo o Brasil, ainda são escassos (Giacomoni & Hutz, 2008; Sarriera & Bedin, 2017; Sarriera et al., 2014).

A compreensão do bem-estar subjetivo, partindo do paradigma ecológico-contextual de James Kelly (Figura 1), abrange aspectos pessoais e contextuais nos quais os sujeitos estão inseridos, sendo este composto por diversos âmbitos (Saforcada, 2018). Essa contextualização é importante para compreender o bem-estar subjetivo como um componente psicossocial da qualidade de vida das crianças, fruto das relações ocorridas nos diferentes contextos, onde são atribuídos papéis e desenvolvidas atividades (Sarriera, 2010).

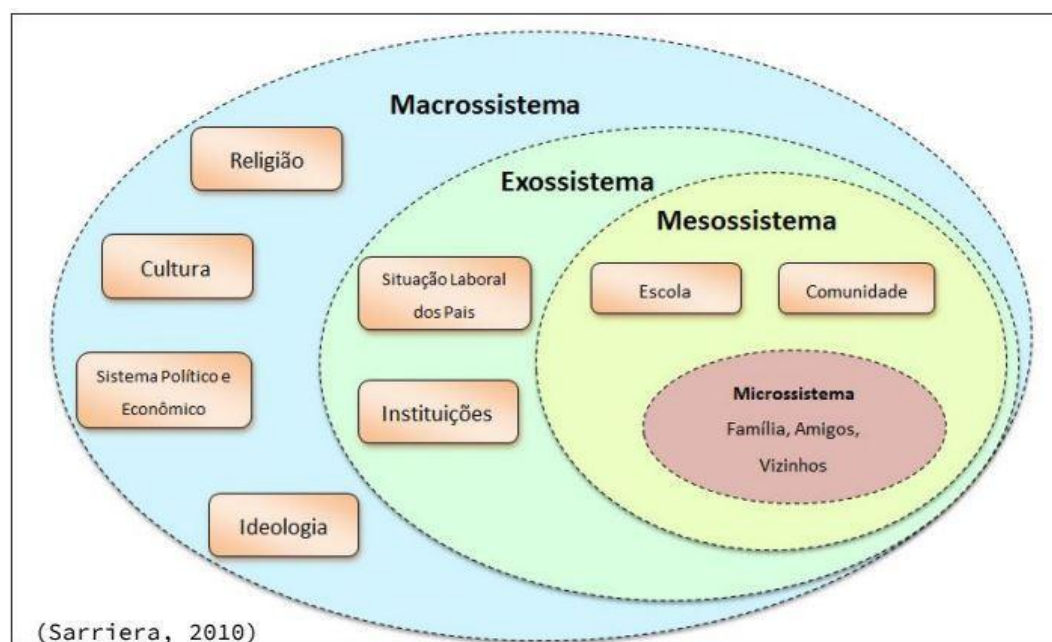


Figura 1. Paradigma ecológico-contextual de James Kelly. Adaptado de Sarriera, 2010.

Essa perspectiva permite que possamos compreender as diferentes redes de apoio e seus papéis na vida dos adolescentes como fatores relevantes ao bem-estar subjetivo. Entre as

redes de conexão que hoje constituem as redes de apoio estão presentes as relações familiares, relações de amizade, de trabalho, de estudos e as redes virtuais de contatos. Um estudo conduzido por Valkenburg et al. (2006) mostrou que existe associação entre o uso de redes sociais pelos adolescentes, a autoestima social e o bem-estar; e isso se dá pelas reações positivas recebidas nos perfis nas redes sociais, que reflete em uma maior autoestima, que por sua vez está significativamente correlacionada com a satisfação com a vida (Metzler & Scheithauer, 2015). Esses achados apoiam outros resultados encontrados sobre os efeitos positivos do uso de sites de redes sociais, como o *Facebook*, no bem-estar dos adolescentes, que produzem níveis mais elevados de autoestima, diminuição da solidão e maiores sentimentos de pertencimento (Apaolaza et al., 2013; Kim e Lee, 2011; Ma, 2018; Valkenburg et al. 2006).

Redes sociais on-line

As redes sociais são uma forma importante de construir e manter conexões e relações para satisfação social, de carreira ou pessoal (Silva, 2016). As redes sociais on-line, podem ser definidas como sites ou aplicativos, que surgiram no início dos anos 2000, e que permitem aos usuários construir perfis públicos ou privados, criar e compartilhar conteúdos, articular contatos com outros usuários, fazer novas amizades e conectar com as existentes, compartilhar informações pessoais, trocar mensagens públicas e privadas, expressar opiniões, receber apoio em situações difíceis, construir uma identidade social, entre outras. São consideradas redes sociais on-line os sites de relações pessoais, de divulgação de vídeos, blogs e microblogs (blogs são plataformas que contemplam o compartilhamento de ideias, relatos, pensamentos pessoais, fotos e links para outros blogs, páginas da web e mídias relacionadas a seu tema, enquanto microblogs são plataformas que permitem o compartilhamento de mensagens breves com menos de 140 caracteres e que permite interações entre publicações) e outras plataformas que permitam que se possa criar e compartilhar conteúdos. Algumas dessas plataformas são o *Facebook*, *Instagram*, *Snapchat*, *Twitter*, *TikTok* e *Tumblr* (Gioia et. al., 2020; Huang, 2017; Murillo & Puerta-Cortés, 2020; Pérez-Tellez et.al.; 2015; Vermeulen et al., 2018; Webster et al., 2021).

Em 2019, os usuários de redes sociais no mundo chegavam a 3,5 bilhões. A Ásia Oriental e a América do Norte são os locais com maiores usuários registrados, seguido da Europa setentrional (McCrory et al., 2020). Algumas características específicas das redes sociais estimulam e fomentam seu uso constante. Uma delas é o acesso amplamente facilitado

através de diferentes plataformas, como celulares, tablets e notebooks. Também o fato de permitir que o indivíduo possa construir sua auto apresentação, ressaltando e escolhendo quais características quer ressaltar ou esconder. Outro ponto importante é que fazer parte de uma rede oferece a sensação de pertencimento e acolhimento (McCrary et al., 2020; Metzler & Scheithauer, 2015; Murillo & Puerta-Cortés, 2020).

A idade mínima para acessar essas redes e poder manter um perfil ativo é de 13 anos. Mesmo assim, é expressiva a quantidade de pré-adolescentes com perfis em mais de uma rede social. Na Austrália, um levantamento realizado em 2018 referiu que 66,7%, ou seja, mais da metade dos usuários de redes sociais, eram pré-adolescentes (Fardouly et al., 2020). No Brasil, 89% das crianças e dos adolescentes são usuários de Internet, segundo dados da pesquisa TIC Kids Online Brasil (2019). Embora exista essa restrição, os adolescentes podem facilmente burlar esse acesso criando datas de nascimento alteradas que aumentem sua idade.

Sabendo isso, algumas redes flexibilizaram o acesso dos pré-adolescentes ao seu conteúdo. O *Tiktok*, por exemplo, é uma rede que foca em um público jovem (41% da base de usuários está na faixa etária entre 16 e 24 anos). A plataforma permite o cadastro de menores de 13 anos, mas esses perfis podem apenas curtir conteúdos e seguir usuários, eles estão bloqueados para a criação e compartilhamento de conteúdos próprios (Fardouly et al., 2020; Shah et al., 2019; Wilksch et.al., 2020).

Os adolescentes de hoje são a primeira geração de “nativos digitais”, e passam muito tempo em redes sociais. Esse conceito de nativos digitais foi criado pelo pesquisador Marc Prensky (2001) para descrever a geração de jovens nascidos com total disponibilidade de informações rápidas e acessíveis via internet. Para esse autor, a chegada e disseminação dessa forma de comunicação e das novas tecnologias digitais promove uma descontinuidade das gerações anteriores (Webster et al., 2021). No entanto, essas facilidades não atingem considerável parcela da população mundial, os chamados excluídos digitalmente (Silva & Oliveira, 2014). Dentro dessa perspectiva, a Organizações das Nações Unidas (ONU) reconheceu, no ano de 2011, o acesso à internet como direito humano, afirmando sua imprescindibilidade nos setores econômico, político e governamental, além das já conhecidas vantagens sociais (ONU, 2011). Para esta Organização, impedir o acesso à informação por meio do uso das tecnologias infringe o Artigo 19, parágrafo 2, do Pacto Internacional de Direitos Civis e Políticos, de 1966, e, de acordo com o seu conteúdo, todo cidadão possui direito à liberdade de expressão e de acesso à informação por qualquer tipo de veículo, incluindo o meio virtual (Silva & Oliveira, 2014).

A compreensão do direito de acesso à informação, como direito humano faz parte da Declaração Universal dos Direitos Humanos, de 1948, do Pacto Internacional sobre Direitos Civis e Políticos, de 1966 (internalizado no ordenamento jurídico brasileiro pelo Decreto nº 592, em 1992), e a Convenção Americana sobre Direitos Humano de 1969, que vigora no Brasil por meio do Decreto Presidencial nº 678, em 1992 (Silva & Oliveira, 2014). No Brasil, no ordenamento jurídico brasileiro, ainda se dispõe da Carta Magna que consolida o direito à informação. Nestes documentos, declara-se que toda a pessoa tem direito de receber e transmitir informações por quaisquer meios e independente de fronteiras (Silva & Oliveira, 2014).

Cada plataforma tem certas características, e por isso atrai determinados públicos para seu uso. Os usuários aprendem com seus pares quais plataformas são adequadas para quais práticas, observando os comportamentos dos que fazem parte de suas redes (Vermeulen et al., 2018). Evidências apontam que os adolescentes estão cada vez mais buscando as redes sociais para informações relacionadas à saúde, como atividades físicas, nutrição e dieta, e imagem corporal (Goodyear et al., 2018). Essa procura é o que possibilita que diferentes perfis em redes sociais possam ditar e popularizar o tipo de conteúdo relacionado à saúde que os adolescentes acessam, oferecendo credibilidade ao conteúdo postado independente da veracidade das informações e popularizando os perfis. Para garantir maior exposição do perfil, é preciso ter uma boa reputação na rede, ou seja, ser acessado pelo maior número de pessoas, isso garante visibilidade ao conteúdo. E, essa reputação é construída pela credibilidade, número de seguidores e de pesquisas realizadas em busca da marca. Esse conteúdo, de tanto ser compartilhado e consumido, passa a ser compreendido como verdade e torna infinito o alcance das informações disponíveis para os adolescentes (Goodyear et al., 2018).

As redes e contas que os jovens reportam como as com maior respeitabilidade em termos de conteúdo são: organizações oficiais (Ministério da saúde, OMS, governos, associações esportivas, times de futebol), celebridades, atletas profissionais e marcas oficiais que patrocinam esportes (Nike, Adidas). Esses tipos de perfis, que geralmente estão presentes em mais de uma plataforma, possuem altíssimos números de seguidores e podem ser influenciadores poderosos para adolescentes tanto positivamente quanto negativamente. Os adolescentes preferem buscar mais informações em celebridades e atletas profissionais, seguido de marcas famosas. Em comum nesses perfis, são compartilhadas fotos e vídeos de

exercícios físicos, alimentação saudável e adereços esportivos para práticas constantes de esportes como um estilo de vida saudável a ser seguido (Goodyear et al., 2018).

Celebridades, por outro lado, não são consideradas fontes de credibilidade de informação em saúde, mesmo assim os adolescentes acabam sendo influenciados pelas publicações deles. Os adolescentes, em meio a tantas informações divulgadas, tentam entender o que pode ser confiável ou não, e demonstram confusão quando celebridades postam informações parecidas com o que é divulgado por atletas (Goodyear et al., 2018). Esse movimento permite que os próprios usuários criem conteúdos de incentivo ao exercício e a magreza e compartilhem com os demais fotos e vídeos inspirados em influenciadores que iniciam esses movimentos.

A *hashtag* (palavras-chaves denominadas *hashtags*, identificadas pelo símbolo #) *#thinspiration*, junção das palavras inglesas “thin” e “inspiration”, que pode ser traduzida como “inspiração de magreza” já foi uma das mais populares do *Instagram*, mas, recentemente, teve seu número de curtidas suprimido pela plataforma. Com a *#thinspiration*, era possível acompanhar usuários que publicam e incentivam a perda de peso e promovem a glamourização de transtornos alimentares (Silva, 2016). As imagens compartilhadas são de celebridades ou garotas comuns, com corpos de uma magreza excessiva, acompanhadas por mensagens de repulsa à gordura e à comida como frases do tipo “ser gordo é humilhante”, “gordos são fracassados”, “garotas bonitas não comem”, “nada é melhor do que sentir-se magra”.

Acompanhando a busca por esse conteúdo, é gerada toda uma publicidade de culto ao corpo, com anúncios de produtos que visam melhorar a imagem corporal para emagrecimento, cosméticos e dietéticos (Silva, 2016). Outra # relacionada à ideais de beleza e estética é a *#Fitspiration* (junção das palavras *Fit*, que remete à fitness, e inspiração). Essa # hoje tem 1.5 milhões de resultados atribuídos a ela (Instagram, 2021). São vídeos e fotos que tem a intenção de motivar as pessoas a se exercitarem e buscarem um estilo de vida mais saudável (Abena, 2013). Ao contrário do *#thinspiration*, a inspiração física tem como ideal alcançar uma imagem corporal fortalecida por meio de exercícios e alimentação saudável.

Embora inegável, a popularidade das plataformas e a facilidade de acesso a informações, evidências sugerem correlações significativas entre seu uso e a saúde mental de adolescentes e problemas comportamentais (Lee et al., 2020). Conquanto essas tecnologias não podem ser determinadas como totalmente boas ou nocivas, achados relacionam seu uso com diminuição da autoestima, insatisfação corporal, elevado risco de *cyberbullying*, alta

exposição a material pornográfico e comportamentos sexuais de risco, além de exposição e incentivo ao consumo de álcool (Lee et al., 2020; Shah et al., 2019).

O uso excessivo de muitas plataformas pode exacerbar estresse e sofrimento emocional, e ocasionar a fadiga por rede social, que é a crença que o indivíduo precisa conferir, produzir atualizações e conteúdo novo nas redes e responder imediatamente a todas as interações. Esse excesso de uso de diferentes plataformas também se relaciona com fadiga cognitiva, diminuição atencional e menor controle inibitório (Vannucci et al., 2019). Estudos anteriores referem que o uso de muitas plataformas também está relacionado a ansiedade, uso de álcool, sintomas depressivos, uso de drogas ilícitas (Lee et al., 2020; Vannucci et al., 2019). Uma suposição que ganha força na literatura é sobre esse impacto ser maior em pré-adolescentes em decorrência das limitações das habilidades cognitivas de controle e do córtex pré-frontal ser imaturo (Vannucci et al., 2019). Cada rede social oferece ao usuário uma ação diferente e, ao mesmo tempo, por essa razão requer estratégias diferentes de como lidar com essas exposições.

Plataformas de acesso às redes sociais on-line

Entre as redes com maior número de usuários está o *TikTok*, uma rede social de compartilhamento de vídeos curtos (vídeos *shortform*) que ganhou grande popularidade entre o público desde o seu lançamento, com uma base atual de 800 milhões de usuários ativos por mês em todo o mundo (*TikTok*, 2020; Wu et al., 2021). Plataformas como o *TikTok*, e seu concorrente direto, o *Kuaishou*, conhecido como "*Kwai*", permitem que os usuários se inscrevam, comentem, sigam e "curtam" os vídeos de outras pessoas, assim como criem seus próprios vídeos de maneira rápida e descomplicada. O sucesso desse tipo de vídeo que tem duração de 6 segundos a 1 minuto fez com que outras redes adicionassem recursos de criação e compartilhamento de vídeos curtos nas suas próprias plataformas. Um exemplo disso é o *Reels* do *Instagram*, que possui as mesmas funções do *TikTok* e permite que vídeos gravados em outros aplicativos possam ser importados e compartilhados nessa rede (Wu et. al., 2021).

Já o *Instagram* é uma plataforma gratuita de compartilhamento de fotos, acessada através de um aplicativo para celular ou via *website*. Atualmente, o *Instagram* tem 1.158 bilhão de usuários, com uma média de 70 milhões de fotos compartilhadas por dia, e uma média de 2.5 bilhões de curtidas por dia (*Instagram*, 2021). O diferencial dessa rede é que ele é o único dedicado puramente a postagem e compartilhamento de fotos, seja de forma pública, ou somente com amigos e conhecidos através das configurações de privacidade. O site ainda

oferece a possibilidade de marcar as fotos com palavras-chaves denominadas *hashtags*, identificadas pelo símbolo #, que facilitam a busca pelo conteúdo. O conteúdo da rede também pode ser compartilhado por mensagem particular para outro usuário (Vermeulen et al., 2018).

Outra particularidade desta rede é a facilidade da edição de fotos, com a oferta de diferentes opções de filtros (*softwares* de aprimoramento de cores que alteram a aparência das imagens originais) (Shah et al., 2019). O acesso aos *softwares* de manipulação de imagem dentro da própria plataforma fez o *Instagram* ser tema de preocupação e gerando debates públicos (Sass, 2014; Winter, 2013). A principal questão debatida sobre essa rede é justamente a manipulação de fotos na plataforma por meio de técnicas de retoque e as possíveis consequências negativas que essas fotos perfeitas - mas irreais - podem ter na imagem corporal dos usuários (Kleemans et. al., 2018).

Outra plataforma que se assemelha ao *Instagram* é o *Snapchat*, com a diferença de ter maior controle de privacidade que a outra rede concorrente. Nesta, os usuários também podem compartilhar fotos, vídeos e texto para amigos específicos ou disponibilizar na linha do tempo para que todos os amigos vejam. Recursos foram elaborados para diferenciar as redes, como os vídeos e fotos desta rede serem chamados de "instantâneos" e a possibilidade de os usuários definirem um tempo limite de visualização (de 1 a 10 segundos) das suas postagens. O *Snapchat*, assim como o *Instagram* e recentemente o *Facebook*, oferecem o recurso "história", que permite aos usuários compartilhar fotos ou vídeos apenas com indivíduos selecionados, ou com todos os indivíduos em sua lista de amigos, dependendo do grau de privacidade configurado (Shah et al., 2019; Snapchat, 2021).

Já a proposta do *Youtube*, outra plataforma amplamente utilizada, é o compartilhamento de vídeos. Nessa rede, qualquer usuário pode assistir todos os vídeos que estão em modo público na plataforma. Além disso, é possível criar uma lista para reproduzir os conteúdos selecionados, comentar os vídeos, compartilhar o conteúdo e salvar para assistir mais tarde. Se for feita uma conta na plataforma, é possível fazer o upload de filmes para serem vistos por todo o mundo ou apenas por um público selecionado. Filmes inteiros estão disponíveis para compras nesta plataforma, o que torna o *Youtube*, uma espécie de locadora virtual. Reportagens nacionais e internacionais, resenhas e avaliações de produtos, shows, videoclipes, aulas gravadas, apresentações de diferentes naturezas, compõem os materiais disponíveis para acesso imediato (Vermeulen et al., 2018).

Com uma proposta diferente das mídias exclusivas de compartilhamento de imagens, o microblogging *Twitter* propõe como plataforma um espaço para postagem de mensagem de textos, fotos e vídeos que são limitados a 140 caracteres. Nessa rede existe a possibilidade de seguir outros usuários e as configurações dos perfis podem ser públicas e privadas. Um *twitte* público pode ser compartilhado por qualquer usuário. Um exemplo disso é que o *twitte* mais compartilhado da história atualmente é de um milionário japonês que atingiu esse recorde oferecendo dinheiro aos seus seguidores que compartilhassem sua postagem e teve quase cinco milhões de compartilhamentos (Twitter, 2021; Vermeulen et al., 2018). Canais de televisão e jornais importantes mantêm contas no *Twitter* e usam essas redes para atualizar os leitores dos últimos acontecimentos que ainda não viraram notícias formais, como acidentes que podem interditar o trânsito em uma via importante da cidade, ou uma reviravolta no tempo.

Já o *Facebook*, a rede social com o maior número de usuários no mundo - 2.740 bilhões de usuários em 2021 - é uma rede que conta com diferentes atrativos das redes supracitadas, o que explica, em parte, seu grande número de acessos. Essa rede permite que os usuários criem perfis pessoais, páginas e grupos para interação. As configurações de privacidade permitem ajustes personalizados entre o que os usuários gostariam de expor ou não. A comunicação nesta rede pode ser feita através de textos, fotos ou vídeos e essas postagens podem ser feitas de forma privada, por meio do *Messenger* (aplicativo de troca de mensagens instantâneas acoplado à plataforma) ou em grupos privados onde somente os membros podem ver o que é compartilhado, ou publicamente pela atualizações de status, publicações no mural de mensagens ou publicações em uma página ou em um grupo público (Facebook, 2021; Vermeulen et al., 2018).

A despeito de o *Facebook* ainda ser a rede social mais popular do mundo, sua popularidade diminuiu entre os adolescentes, principalmente entre adolescentes de 13 a 17 anos (Fardouly et al., 2020). Além disso, os comportamentos dos usuários nesta rede também têm particularidades. No *Facebook*, indivíduos têm a tendência a dar *like* em postagens com fotos, enquanto postagens com informações em forma de textos, incitam reações como comentários, e o retorno desses feedbacks nas postagens, parece ser, segundo estudos, a principal razão por que alguns indivíduos usam o *Facebook* (Metzler & Scheithauer, 2015).

Embora pareçam semelhantes, cada plataforma oferece um contexto social único conforme seu público-alvo (Marwick & Boyd, 2011), o que exige que elas se tornem cada vez mais complexas em sua multifuncionalidade, evoluam cada vez mais rápido e integrem

recursos similares às demais para não perder público. Esse contexto social criado no ambiente on-line é o que permite uma pluralidade de comportamentos, como a escolha pela plataforma onde o usuário opta por se expressar, e a forma pelo qual ele escolhe se expressar. Redes como o *Facebook* e *Twitter* são apontadas como contextos sociais de expressão de emoções negativas, enquanto o *Instagram* surge como a rede mais adequada para expressar emoções positivas e uma vida mais desejável (Marwick & Boyd, 2011; Metzler & Scheithauer, 2015; Naveed et al., 2011; Sheldon & Bryant, 2016; Vermeulen et al., 2018).

Isso está de acordo com pesquisas que apontam para um foco em autopromoção no *Instagram* devido a sua constituição totalmente voltada para o visual, e a popularidade de conteúdo com conotação negativa no *Twitter*, que se tornou entre os jovens uma rede social de desabafo (Naveed et al., 2011; Sheldon & Bryant, 2016). Essas diferenças entre as plataformas podem ajudar a explicar ainda mais por que os usuários, principalmente os adolescentes, possuem várias contas em diferentes redes sociais e alternam entre elas para se expressar.

Esse espaço de desabafo facilitado pelas redes, como o supramencionado *Twitter*, faz parte de um fenômeno observado entre os jovens que é a expressão de forma aberta com preocupações e vivências em saúde mental e o encontro de pessoas com problemas semelhantes para trocas e apoio, algo que no passado não acontecia de forma tão aberta, e fazia com que as pessoas sofressem isoladamente (Keles et al., 2019). Essa possibilidade de compartilhar emoções e expressar sentimentos, ao mesmo tempo que potencializa e facilita interações e contatos com familiares e amigos, é um indicador importante do bem-estar, uma vez que os estudos apontam que relações sociais recompensadoras estão entre os preditores mais robustos de felicidade (Diener & Seligman, 2002; Diener et al. 2017; Rohrer et al. 2018). Relações sociais de qualidade são geralmente uma marca registrada do bem-estar subjetivo e provavelmente necessárias para atingir altos níveis de felicidade (Diener & Seligman, 2002).

Contudo, nem todas as formas de uso das redes sociais, e nem todas as plataformas podem ter usos considerados saudáveis. As pesquisas apontam que as interações movidas por imagens levantam questões relacionadas à capacidade dos adolescentes de realizar uma construção saudável de autoconceito e do bem-estar subjetivo nesse contexto de interação mediado por imagens facilmente manipuladas (Borzekowski et al., 2000; Fardouly et al., 2020, Jones, 2001; Seetharaman, 2015; Strahan et. al., 2006; Sturdevant & Spear, 2002; Myers & Crowther, 2009; Tiggemann & Slater, 2013). Esses questionamentos se tornam

especialmente importantes pensando na interface entre redes sociais, o desenvolvimento do autoconceito e o impacto disso no bem-estar subjetivo ao longo do desenvolvimento das crianças e adolescentes.

Autoconceito na adolescência

A definição de autoconceito não encontra um consenso na literatura, mas, de forma geral, é definida como a percepção de si mesmo, englobando atitudes, sentimentos e conhecimentos sobre suas habilidades, aparência física e aceitabilidade social (Faria & Fontaine, 1990), sendo compreendido como o conhecimento que a própria pessoa desenvolve sobre si. É multidimensional e inclui aspectos cognitivos, afetivos e comportamentais, também sendo definido como um fator gerado por meio da interação que ocorre entre o indivíduo e o seu meio ambiente (Sisto & Martinelli, 2004). Para García et al. (2013), o autoconceito é um conjunto de crenças que alguém possui sobre si mesmo, a totalidade dos pensamentos e sentimentos de um indivíduo no que se referem a si, sendo derivado de pensamentos e avaliações, percepções subsequentes de identidade, características e atributos que possuímos. O componente cognitivo é o conjunto de características da própria pessoa que rege a maneira como esta se comporta e seu jeito de ser; o aspecto afetivo engloba os sentimentos e as emoções que a pessoa tem em relação a si mesma; e o aspecto comportamental diz respeito ao conceito que a pessoa possui sobre si mesma (Martins et al., 2008).

Os indivíduos podem variar na sua clareza de autoconceito, isso se refere ao quanto o autoconceito é definido com clareza e confiança, internamente consistente e temporalmente estável. Os que apresentam menor clareza tendem a possuir baixa autoestima, ruminações mais autocentradas e mantêm autodescrições menos estáveis ao longo do tempo. Se esse senso de identidade é claro e estável, tem ramificações importantes para desenvolvimento social, já que pode ser influenciado pela família, escola, pelo meio social, a idade, a raça, o gênero e os aspectos físicos. O autoconceito também tem impacto no bem-estar por estar fortemente relacionado à autoestima e à autoeficácia (Borges et al., 2013; Campbell, 1990; Freire & Tavares, 2011; Lavy & Gai, 2013; Sisto & Martinelli, 2004; Veltro et al., 2014; Weber et al., 1995).

O autoconceito físico é avaliado de acordo com critérios de competência e aparência física, especialmente o conceito de imagem corporal (Hasse & Paradiso, 2017; Martins et al., 2008; Shavelson et al., 1976). Uma especificidade da adolescência é a transformação do

corpo, que pode ocorrer de forma insatisfatória, proporcionando uma autoavaliação distorcida ou imprópria (Lemes et al., 2018). Estudos sugerem que existe uma elevada frequência de adolescentes insatisfeitos com sua imagem, principalmente entre os que não possuem os biótipos prescritos socialmente como adequados, que acabam por desenvolver excessiva preocupação com a sua aparência física e muitas vezes manifestam insatisfação com a imagem corporal (Lemes et al., 2018). O corpo é experienciado e associado a uma estética socialmente aceita que chega a todos os indivíduos por meio da mídia. Especialmente para as mulheres, o excesso de compartilhamento de imagens de corpos idealizados facilita um processo de comparação constante em relação à aparência, e pode influenciar no conceito que elas têm de si mesmas (Murillo & Puerta-Cortés, 2020).

A imagem corporal é a representação mental que os indivíduos possuem de seus corpos, considerando a experiência psicológica da corporeidade, e também a avaliação subjetiva que as pessoas fazem sobre seu próprio corpo, contemplando as atitudes e sentimentos associados a ela (Lemes et al., 2018; Lira et al., 2017). Já a autoestima refere-se ao sentimento de estar satisfeito consigo mesmo, acreditando ser uma pessoa de valor e é apenas uma das muitas dimensões do autoconceito (Rosenberg, 1985).

O autoconceito pode ser afetado principalmente na adolescência, pois o uso das redes é intenso e potencializado por *feedbacks* recebidos pelas postagem constantes de fotos e mensagens o que pode aumentar a percepção de popularidade e aceitação entre os pares e a crença na facilidade de interação (Košir et al., 2016; Murillo & Puerta-Cortés, 2020). Porém, para aqueles que fazem uso excessivo das redes, possuem autoconceito negativo e não recebem esse *feedback*, referem frustração ao não atingir os objetivos propostos, o que ocasiona baixa autoconfiança e imagem deteriorada (Murillo & Puerta-Cortés, 2020).

Pesquisas apontaram que os adolescentes que passavam mais tempo no *Facebook* e que tinham menos amigos na rede social, tinham baixa clareza de autoconceito. Essa relação entre tempo despendido on-line e autoconceito pode ser explicada pelo fato de que receber elogios e validação de outras pessoas é particularmente importante para aqueles que têm um autoconceito menos estável, levando-os a passar mais tempo em ambientes onde podem conseguir isso (Fullwood et al., 2016).

Os objetivos deste estudo são realizar uma revisão de literatura acerca do uso de redes sociais, autoconceito e bem-estar subjetivo em adolescentes, investigando dados gerais dos estudos encontrados, os principais achados sobre o uso de redes sociais nesta população e

identificar as relações entre o bem-estar subjetivo, o uso de redes sociais e o autoconceito na adolescência.

Método

No presente estudo, foram buscados artigos publicados entre 2015 e 2021, em português, inglês ou espanhol que investigassem e caracterizassem os efeitos do uso das redes sociais on-line e sua relação com o bem-estar subjetivo e o autoconceito de adolescentes.

Para tanto, foram utilizadas as bases de dados PsychNet, BVS, Web of Science e PubMed. Os descritores adotados em português foram (Autoconceito) OU (Autoimagem) OU (Autopercepção) OU (Autoestima) E (Redes sociais on-line) OU (Rede Social Virtual) OU (Mídia Social) OU (Comunidade virtual) E (Bem-Estar Subjetivo) OU (Satisfação de vida) Ou (Afeto positivo) OU (Afeto negativo) E (Adolescent*) OU (Jovem) OU (Juventude).

Em inglês: (Self-concept) OU (Self perception) OU (Self Confidence) OU (Self Esteem) E (Online social network) OU (Online social support) OU (Online social networking) OU (Online social group) E (Subjective well being) OU (Life satisfaction) OU (Positive affect) OU (Negative affect) E (Adolescents) OU (Teens) OU (Tennagers) OU (Youths). A terceira língua foi o espanhol com os descritores (Autoconcepto) OU (Autoimagen) OU (Autopercepción) OU (Autoestima) E (Redes Sociales en Línes) OU (Comunidades Virtuales) OU Red Social Virtual) E (Bienestar subjetivo) Ou (Satisfacción con la Vida) OU (Afecto positivo) OU (Afeto negativo) E (Adolescent*) OU (Jóvenes) OU (Juventud). Os termos foram pesquisados nas bases MESH, THESAURUS e DECS.

Os critérios de inclusão foram: a) Artigos científicos publicados em língua portuguesa, espanhola ou inglesa, b) publicados entre 2015 e 2021, c) Que tenham as palavras-chaves nos títulos ou resumos, d) com população adolescente. Esse recorte de tempo se deu pelo período de maior adesão de participantes brasileiros à rede social *Instagram* e pela atualidade da literatura.

A avaliadora principal excluiu artigos duplicados e artigos não científicos. Dois avaliadores leram os títulos e resumos dos artigos; em caso de desacordo entre os dois avaliadores, um terceiro avaliador avaliou os resumos. Após essa etapa, os manuscritos que não atenderam aos critérios de inclusão foram excluídos pelos seguintes critérios: a) artigos não científicos; b) estudos em idiomas diferentes do inglês, espanhol ou português; c) estudos que não investigaram adolescentes; d) artigos que não abordavam bem-estar subjetivo,

autoconceito ou redes sociais on-line. Posteriormente, o avaliador líder e um terceiro avaliador leram os materiais com atenção, selecionando os manuscritos que atendiam aos critérios de inclusão.

Resultados e Discussão

Seleção dos artigos

A busca nas bases eletrônicas identificou 348 artigos nas diferentes bases. Desses, nove (2,58%) foram excluídos porque não eram artigos científicos e 234 (67,24%) eram artigos duplicados que também foram excluídos. Após a leitura dos títulos e resumos dos 105 artigos remanescentes, 67 (63,81%) foram excluídos pelos seguintes motivos: 44 (65,67%) não consideravam somente adolescentes como amostra principal da pesquisa; oito (11,94 %) não estavam escritos nos idiomas selecionados, 15 (22,38%) não relacionavam bem-estar subjetivo com o uso de redes sociais e autoconceito. Na sequência foram lidos os 38 (36,19%) artigos que fecharam os critérios de inclusão com um índice Kappa de concordância de 92% (Figura 2).

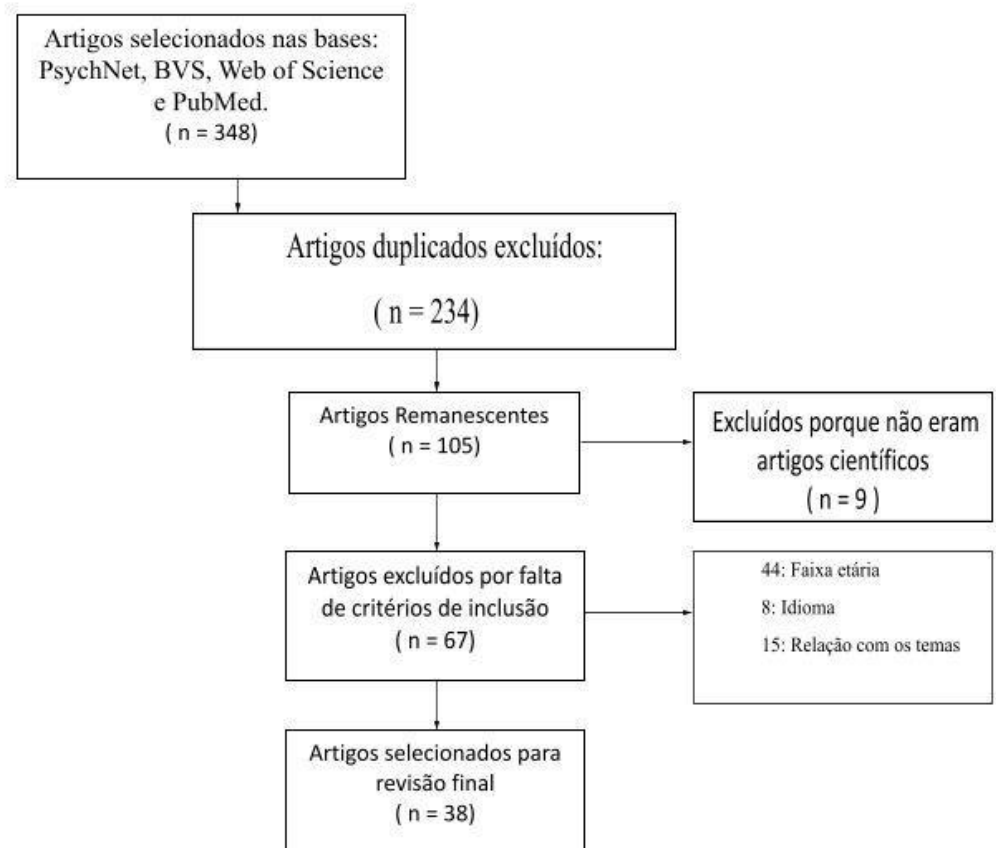


Figura 2. Fluxograma da Revisão.

A seguir, são apresentados os principais resultados dos estudos, considerando as temáticas mais prevalentes, que foram agrupadas em três grandes categorias, a saber: a) os riscos do uso das redes sociais on-line pelos adolescentes, b) desfechos positivos do uso das redes sociais on-line e c) uso das redes sociais on-line, bem-estar e autoconceito. A lista completa com os 38 artigos analisados está apresentada no Anexo A.

Riscos do uso das redes sociais on-line pelos adolescentes

O uso das redes sociais pode aumentar ou incitar comportamentos de risco dos adolescentes. A exposição a fotos e vídeos de pares em redes sociais mantendo algum comportamento de risco aumenta a probabilidade de outros adolescentes se envolverem em comportamentos similares para aumentar sua percepção de aceitação pelo grupo, seus status social entre esses grupos e por entenderem esses comportamentos como normas sociais entre os pares (Vannucci et al., 2019).

Estudos realizados com o uso de neuroimagem indicaram que o tipo de conteúdo postado em redes sociais como o *Instagram* e o *Snapchat* potencializa essa influência dos pares. Isso acontece porque o reforço que é recebido para essas fotos que retratam comportamentos de risco na forma de "curtidas", comentários ou compartilhamentos demonstrou ser altamente recompensador e aumentar o desejo de aceitação pelos iguais, independentemente se essas imagens são suas, ou se os adolescentes estão visualizando as imagens de outros. Porém, o recebimento de muitas curtidas em suas próprias fotos mostrou uma ativação significativamente maior (Sherman et al. 2018).

Os adolescentes eram mais propensos a gostar de uma foto - mesmo uma retratando comportamentos de risco que eles desaprovam, como fumar maconha ou beber álcool - se essa foto tivesse recebido mais curtidas de seus colegas. As regiões de maior atividade incluíram áreas implicadas na cognição social e nas memórias sociais, incluindo o precuneus, córtex pré-frontal medial e hipocampo, bem como o giro frontal inferior, que é implicado na imitação. Esse aumento de atividades sugere que os adolescentes possam ter analisado as fotos populares com mais cuidado, e percebem as informações de uma maneira qualitativamente diferente quando acreditam que essas informações são mais valorizadas pelos colegas. Os adolescentes são mais propensos a gostar de fotos que acreditavam ser populares, e as respostas neurais diferiam em função da popularidade.

Outro ponto importante foi a compreensão de que um importante centro do circuito de recompensa do cérebro está implicado na experiência de receber feedback positivo sobre as

próprias imagens, bem como visualizar as imagens de outras pessoas que foram curtidas por colegas (Sherman et al., 2018). Baseado nesses achados, preocupações sobre o efeito das mídias sociais no cérebro em desenvolvimento começaram a existir. As pesquisas apontam que o sistema dopaminérgico e regiões relacionadas no corpo estriado estão implicados a duas características comuns da adolescência: aumento de comportamentos de risco e maior desejo de passar tempo com e ganhar a aprovação dos pares (Sherman et al., 2018).

Além da problemática de imitar ou performar comportamentos que coloquem a integridade física em risco, os estudos analisados apontam problemas de saúde mental como outro viés que deve receber atenção em relação ao uso das redes por adolescentes. Estudos avaliados apontaram que os adolescentes que passaram muito tempo em sites de redes sociais e comunicação relataram um nível mais alto de depressão e apresentaram associações mais fortes entre comparação negativa on-line e sintomatologia depressiva (Lee et al. 2020; Ma, 2018; Webster et al., 2021; Weinstein, 2017), o que está em acordo com os estudos anteriores que demonstraram uma relação positiva entre as horas gastas na Internet e a depressão (McDougall et al. 2016). Possuir poucos amigos ou ter poucos pedidos de amizade aceitos também foram fatores associados a depressão, baixa autoestima, mudanças repentinas de humor, diminuição das horas de sono e, em casos mais graves, ideias e tentativas de suicídio (Arab & Díaz, 2015; Chalco et al., 2016; Murillo & Puerta-Cortés, 2020).

Adolescentes da Turquia, em um estudo, apresentaram níveis significativamente baixos de satisfação com a vida e felicidade pelo uso do *Facebook* (Satici & Uysal, 2015). Em outro estudo com adolescentes de 13 a 16 anos, foi revelado que a dependência emocional dos comentários no *Facebook* tem um impacto no bem-estar psicológico (Naeemi & Tamam, 2019). Já uma revisão sistemática sobre saúde mental e *Facebook*, que sintetizou 65 estudos, associou o uso da rede com 6 desfechos: adição ao uso da rede, ansiedade, depressão, distúrbios de imagem corporal e distúrbios alimentares e elevado uso de álcool (Webster et al., 2021).

Outro agravante para situações de adoecimento psíquico é a percepção de rejeição social oriunda da falta de feedbacks ou curtidas (Frison & Eggermont, 2017; Webster et al., 2021). Esse fator é potencializado pela possibilidade de o adolescente sofrer com *cyberbullying* em decorrência da alta exposição e vulnerabilidade ao qual é exposto na procura por aceitação (Shah et al., 2019). Uma rede social como *Instagram* estabelece que as pessoas precisam obter um maior número de curtidas, e a identidade e o autoconceito dos usuários estão atrelados a partir de uma imagem digital ideal de si mesmos, onde receber

menos curtidas do que o esperado pode ser percebido como rejeição social (Murillo & Puerta-Cortés, 2020).

A solidão é um dos fatores mais prevalentes na motivação dos indivíduos a entrar nas redes sociais em primeiro lugar (McCrary et al., 2020). Indivíduos que usam as redes sociais em excesso sentem que a vida não é justa e outros são mais felizes e tendo uma vida melhor do que eles. Essas sensações são comuns numa síndrome chamada *Fear of Missing Out (FOMO)* que é caracterizada pela preocupação de que o indivíduo esteja perdendo experiências que seus pares estão tendo, ou uma ansiedade relacionada à inveja sobre experiências perdidas e pertencimento, e uma sensação de dúvida e inadequação (Reagle, 2015; Tomczyk & SelmanagicLizde, 2018). A *FOMO* aparece na literatura relacionada à ansiedade e ao uso excessivo das redes sociais (Dhir et al., 2018; Webster et al., 2021; Yin et al., 2019). O adolescente que esteja passando por uma situação de ansiedade relacionada a *FOMO* tem dificuldade de se manter longe do celular, desligá-lo à noite, tem necessidade de receber mensagens, participar de forma ativa ou passiva na troca de informações em redes sociais, jogos online e páginas em geral e demonstra a necessidade de estar constantemente conectado. Sentir-se menos conectado aos outros fará com que as pessoas sofram com o medo de estarem perdendo algo importante, o que pode aumentar a *FOMO* (Eniko, 2016; Yin et al., 2019). Em uma revisão de literatura sobre o tema, pontua-se que o *FOMO* media a relação entre uso de redes sociais e a autoestima (Schütz, 2018). O aumento no *FOMO* leva a uma diminuição significativa nos índices de bem-estar. Além disso, pessoas com altos índices de *FOMO*, tendem a apresentar maior necessidade de conexão social (Schütz, 2018).

O tempo excessivo gasto em redes sociais está associado a outros fatores que podem ter impacto negativo no bem-estar dos adolescentes, a questões de comparação e objetificação corporal (Andrew et al., 2016; Barzoki et al., 2017; Gioia et al., 2020; Graff & Czarnomska, 2019; Melioli et al., 2015; Slater & Tiggemann, 2015; Vandenbosch & Eggermont, 2015). Para muitos adolescentes, as redes sociais servem como parâmetro sobre os corpos saudáveis e desejáveis, o que influencia diretamente na percepção dos mesmos em relação aos seus corpos. Essa comparação, segundo os achados, é um importante preditor de insatisfação corporal, patologias relacionadas à alimentação e ansiedade social elevada (Fardouly et al., 2020). Para os autores, pessoas engajadas em altos níveis de insatisfação corporal tem como prática recorrente a postagem de *selfies*, tentando encontrar aceitação e validação.

A insatisfação corporal é a avaliação subjetiva negativa da imagem corporal, que pode ser avaliada pela discrepância entre a imagem corporal real e a idealizada. A internalização do

padrão do corpo “ideal”, ou seja, a incorporação do valor ao ponto de modificar as atitudes e comportamentos pessoais, é um importante mediador da insatisfação corporal (Fardouly et al., 2020; Lira et al., 2017). Outro achado foi entre o uso problemático de redes sociais e o sentimento de vergonha. Indivíduos que experimentam uma discrepância entre a imagem corporal e a aparência idealizada podem sentir vergonha do próprio corpo. Nos estudos que focaram a vergonha corporal dos adolescentes, os achados relevaram que esta é intimamente ligada a vigilância corporal (Fardouly et al., 2020; Gioia et al., 2020, Verrastro et. al., 2020).

A prática constante de manipulação digital e aprimoramento de recursos físicos estabelece padrões de atratividade que são impossíveis de serem alcançados, e as mulheres, mais do que os homens, são socializadas para internalizar a perspectiva de um observador como sua visão primária de seu eu físico. Essa perspectiva é conhecida como "auto-objetificação", e é a visão internalizada, e agora exteriorizada no on-line, que leva muitas meninas e mulheres a monitorar habitualmente a aparência externa de seus corpos (Fardouly et al., 2020; Gioia et al., 2020; McCrory et al., 2020, Verrastro et.al., 2020). De acordo com esses pesquisadores que investigaram a relação entre as redes sociais e a auto-objetificação, o Instagram pode ser especialmente adequado para essas comparações distorcidas. Ele foi projetado para compartilhamento de fotos, o que incentiva a comparação negativa (Ma, 2018; Weinstein, 2017).

Achados referem que as meninas em especial refletiram sobre a edição de selfies como uma prática necessária para conseguir uma autoapresentação ideal para impressionar seus pares. Além disso, a edição de selfies foi utilizada como meio de controlar a insegurança e a baixa autoestima. Junto com a edição de selfies, o planejamento e a encenação de *selfies*, bem como a seleção cuidadosa da melhor foto para postar, foram relatados por essas adolescentes e todas essas práticas foram consideradas importantes para uma auto-apresentação ideal (McCrory et al., 2020; McLean et al., 2019; Yurdagül et al., 2019). Estudos referem que pessoas que postam suas fotos editadas estão mais sujeitas a comparações sociais digitais e mostram mais ansiedade e insatisfação com a aparência corporal do que aquelas que não o fazem, sugerindo a relação entre a exposição ao padrão de beleza do Instagram e uma imagem corporal negativa (Verrastro et.,al, 2020).

Os estudos também associaram índices de bem-estar ao ato de observar fotos postadas pelos outros usuários. Estudos com meninas adolescentes dos EUA mostraram que o envolvimento em atividades de selfie, como ver selfies de amigos e atualizar a foto do perfil, bem como outras atividades incluindo comentar fotos de amigos, postar uma foto e desmarcar

a si mesmo em fotos de amigos, estava relacionado a uma série de indicadores de confiança com o próprio corpo (McLean et al., 2019). Visualizar selfies postadas nas mídias sociais por colegas pode resultar em baixa autoconfiança corporal e desejo de mudar a aparência depois de comparar sua aparência com as imagens postadas (McCrary et al., 2020; McLean et al., 2019).

Da mesma forma, efeitos negativos sobre a satisfação corporal, que é um importante índice de confiança corporal, foram relatados por meninas adolescentes da Holanda que viram selfies no *Instagram* de uma adolescente, que tinha sido manipulada pelos pesquisadores para ficar mais próxima dos ideais de beleza (McLean et al., 2019). A satisfação corporal foi reduzida em um grau maior para as participantes que tinham uma tendência maior de se comparar com os outros (McLean et al., 2019).

Os adolescentes e pré-adolescentes, que estão mais propensos a serem impactados com questões relacionadas a sua aparência pelo curso natural do seu desenvolvimento, podem ser atraídos pela ideia de filtros de imagem existentes nessas plataformas que podem melhorar a aparência física dos usuários. Entretanto, essa necessidade de uso dos filtros aumenta as preocupações com a imagem corporal e pode estar relacionado ao aumento de transtornos alimentares, pois permite que eles examinem sua própria aparência em suas imagens e façam comparações frequentes de aparência com outras (Fardouly et al., 2020; Gioia et al., 2020; Westein, 2017).

Achados recentes presentes nos estudos fazem referência a insatisfação corporal. Esse fator é importante no desenvolvimento do autoconceito positivo. Segundo as pesquisas, adolescentes que acessam *Facebook*, *Instagram* e *Snapchat* diariamente têm mais chance de ficar insatisfeitos com sua imagem corporal. E nas redes sociais *Facebook* e *Instagram*, essa insatisfação aumenta com a frequência do acesso (Gioia et al., 2020; Lira et al., 2017).

Os estudos mencionados indicam que o uso de redes sociais pode ter inúmeros desfechos negativos que têm impactos significativos no bem-estar e no autoconceito dos adolescentes, como riscos à integridade física, adoecimentos psíquicos como depressão, ansiedade, FOMO, sensação de rejeição, comparação social, objetificação e insatisfação corporal. Entretanto, desfechos positivos do uso das redes também foram encontrados na literatura, como conexão com os outros, sentimento de pertencimento a um grupo, redução de solidão (Metzler & Scheithauer, 2015), conforme apresentado a seguir.

Desfechos positivos do uso das redes sociais on-line

Os participantes relatam um impacto positivo em seu bem-estar relacionado ao uso das redes on-line pela sensação de confiança, maior apoio social, e modelagem positiva por pares. Uma pesquisa conduzida sobre as diferentes plataformas indicou que as plataformas baseadas em imagens como *Instagram e Snapchat*, aumentariam a satisfação com a vida e a felicidade, enquanto o uso de mídia baseada em texto como o *Twitter* não teve esse efeito. Os pesquisadores propuseram que isso ocorreria porque as plataformas baseadas em imagens ofereciam um nível mais alto de presença social simulada e intimidade (Frison & Eggermont, 2015; Pittman & Reich, 2016).

Essa sensação de intimidade e presença social encontra outro ponto relevante das redes sociais que é o suporte social percebido. Estudos encontraram uma relação positiva entre o uso de redes sociais e as percepções dos adolescentes sobre o suporte social on-line percebido (Frison & Eggermont, 2015). Nos estudos, os achados apontam que quanto mais deprimidas as pessoas estavam, mais apoio social elas recebiam como resposta às suas postagens de desabafo no *Facebook*. Esses resultados sugerem que nas redes sociais podem existir espaços diferenciados para suporte social em comparação com as interações sociais off-line de indivíduos deprimidos (Frison & Eggermont, 2015; Metzler & Scheithauer, 2015).

Plataformas voltadas prioritariamente para a interação, como o *Facebook*, incentivam que os usuários desenvolvam novos relacionamentos a partir da sugestão de amizades, que conecta amigos de amigos em uma rede ampla de conexões, o que expande os laços sociais. Uma vez ativados, esses laços sociais podem fornecer fontes adicionais de apoio social que não estão disponíveis em contextos sociais off-line. Em ambientes off-line, as pessoas muitas vezes não têm tempo ou energia para manter um grande número de laços. No entanto, o custo de manter relacionamentos em sites de redes sociais é comparativamente baixo, e esses sites podem permitir uma forte expansão de uma rede social. Outro ponto que torna as plataformas boas fontes de apoio e suporte é que os contatos podem ser feitos sem a necessidade de deslocamento que uma interação cara a cara exige. Digitando uma mensagem rápida, comentando uma postagem ou curtindo uma foto, o usuário pode manifestar suporte e proximidade sem necessidade de comprometimento com deslocamento, tempo e maior esforço (Ma, 2018; Metzler & Scheithauer, 2015).

Dessa forma, as redes sociais on-line podem ser uma ferramenta poderosa para aliviar a solidão. Usando sites de redes sociais e outras formas de mídia social, eles podem se comunicar com amigos e colegas com ideias semelhantes (Webster et al., 2021). Além disso, as redes emergem como um espaço rico para treinar habilidades como iniciar conversas,

fortalecer a identidade e a comunicação. Nas redes, a comunicação torna-se mais íntima ou hiperpessoal, em comparação com a comunicação face a face. Em linha com esta suposição, estudos mostraram que a comunicação on-line aumenta a auto-revelação dos adolescentes, o que por sua vez pode melhorar o seu bem-estar (Frison & Eggermont, 2015). Este efeito positivo pode ser explicado pela tendência dos adolescentes de divulgar informações íntimas mais francamente on-line do que off-line (Metzler & Scheithauer, 2015; Lin et al., 2020).

À vista disso, usuários que precisam obtêm suporte on-line, constroem intimidade e expandem sua rede social. Os usuários com maior uso da Internet para funções sociais referem maior nível de percepção de suporte social e menor nível de solidão (Ma, 2018; Lin et al., 2020; Park et al., 2016). O número de amigos é considerado um aspecto importante do uso positivo das redes sociais. Estudos apoiam uma associação positiva entre o número de amigos e diferentes formas de *feedback* social, interações sociais, satisfação com a vida e bem-estar (Lin et al., 2020; Metzler & Scheithauer, 2015; Park et. al., 2016).

Por meio do início de relacionamentos on-line, os adolescentes podem praticar e reforçar suas habilidades de comunicação com um grande número de outros adolescentes. Essas oportunidades de comunicação on-line, por sua vez, podem ser transportadas para as vidas off-line dos adolescentes, de modo que sua competência social off-line melhore. Adolescentes que têm dificuldades na interação presencial se beneficiam da comunicação on-line. Como alguns sinais de desconforto físico não ficam visíveis durante a comunicação nas redes, pessoas introvertidas, tímidas e com ansiedade social encontram um espaço seguro neste ambiente para desenvolver a comunicação com os pares. Pesquisas apontam que adolescentes e crianças sozinhas têm maior motivação para uso das redes como forma de comunicação para compensar as poucas habilidades sociais presenciais, suprimindo assim os desejos de interação social, exposição e construção da identidade (Metzler & Scheithauer, 2015).

Para Frison e Eggermont (2015), por exemplo, o impacto positivo do suporte social percebido pelo uso do *Facebook* no bem-estar dos adolescentes é semelhante ao impacto das interações de apoio face a face. O apoio social recebido de outras pessoas e a capacidade de controlar a auto-representação nas redes sociais podem reduzir as influências negativas de atividades on-line potencialmente prejudiciais na ansiedade social dos usuários e sintomas depressivos (Fardouly et al., 2020).

O acesso facilitado a informações que consideram importantes foi outro ponto importante apontado pelos usuários. Os adolescentes relataram que materiais relacionados à

saúde que viram nas redes sociais tiveram um impacto positivo em seus comportamentos relacionados à saúde. As pesquisas sugerem que os conteúdos são influentes porque operaram através do afeto, promoveram suposições de bom senso e limitaram e / ou excluíram o acesso dos jovens a uma gama mais ampla de informações relacionadas à saúde (Goodyear et al., 2018).

A validação social, ou o *feedback* positivo é outro aspecto das redes sociais que pode estar associado à saúde mental. A motivação para postar conteúdo nas redes sociais é receber ‘curtidas’ de outras pessoas (Burnette et al., 2017; Fardouly et al., 2020). As redes sociais on-line possibilitam que os usuários possam experimentar diferentes formas de se apresentar a si mesmo, e avaliar como os outros reagem a eles. Estudos apontam que receber aprovações nas redes, em formas de curtidas, por exemplo, ou comentários positivos, pode servir para validar uma apresentação de si mesmo, e isso pode ser incorporado a identidade off-line da pessoa (Fullwood et al., 2016). Os adolescentes com baixa clareza de autoconceito podem desejar apresentar diferentes versões de si mesmo como um ato de autodescoberta à medida que trabalham para compreender quem são e encontrar uma identidade com o qual se sintam confortáveis (Fullwood et al., 2016).

Um uso importante das redes está associado a pacientes com doenças crônicas, como diabetes ou atrofia. Através de sequências de postagens de fotos cotidianas, conhecidas como *photovoice* que mostram os utensílios utilizados para controle de doenças, como medidores de insulinas, ou exames de sangue, os pacientes compartilham as estratégias de manejo diárias com suas patologias e encontram nas redes, através do contar dessas histórias, possibilidades de ressignificar suas rotinas e sua relação com o adoecimento (Yi-Frazier et al., 2015). Além disso, *hashtags* compartilhadas com elementos que possam identificar as postagens facilitam que outros usuários que estejam vivenciando a mesma situação possam encontrar os demais e criar uma rede de apoio (Yi-Frazier et al., 2015).

Uso das redes sociais on-line, bem-estar e autoconceito

O uso das redes sociais on-line está relacionado tanto à diminuição quanto ao aumento no bem-estar (Beyens et al., 2020). Os adolescentes que se envolveram em situações de comparação durante o acesso às redes sociais tiveram resultados em bem-estar afetivo pós-navegação significativamente pior (menos emoções positivas e mais emoções negativas) do que seus pares que se envolveram em uma comparação menos negativa. Quando se pensa em um posicionamento ativo nas redes, achados importantes referem que a influência positiva

das postagens no bem-estar foi consistente com os estudos anteriores que descobriram que o status da postagem no Facebook estava negativamente relacionado à solidão e ao aumento do afeto positivo. Isso pode ocorrer porque a necessidade dos usuários de interação social foi satisfeita por meio do uso ativo (Lin et al., 2020; Park et al., 2016; Wu et al., 2021).

Outro fator das redes sociais on-line associado ao bem-estar subjetivo foi o recebimento de *feedback*. Um estudo com jovens de 14 a 19 anos descobriu que quando os adolescentes recebiam gratificações do site da rede social, seu humor positivo aumentava (Webster et al., 2021). Segundo esses autores, receber feedback positivo em sites de redes sociais aumentou a satisfação com a vida e a felicidade.

Estudos apontam uma associação entre bem-estar subjetivo reduzido e redes sociais, um exemplo disso é um experimento que pediu que os usuários cancelassem suas contas por uma semana. Isso levou a aumentos na satisfação com a vida e efeito positivo, em relação àqueles que continuaram a usar *Facebook* (Lee et al., 2020). Uma revisão recente concluiu que a evidência para os efeitos negativos do uso de mídia social sobre o bem-estar é geralmente mais forte do que para os efeitos positivos (Park et al., 2016). Essas descobertas apoiam a hipótese de sobrecarga de tecnologia, sugerindo que o uso frequente de várias plataformas de mídia social leva à autorregulação e relacionamentos interpessoais prejudicados como resultado da fadiga de redes sociais, controle cognitivo reduzido e problemas de multitarefa (Lee et al., 2020).

Um número crescente de pesquisas descobriu que o *FOMO* pode ter efeitos adversos no bem-estar das pessoas, como aumentar as emoções negativas além de estar relacionado a sono mais pobre, danos relacionados ao álcool e aprendizagem / direção distraída (Yin et al., 2019). Outros achados correlacionam efeitos negativos sobre o bem-estar e a confiança corporal ao ver os *feeds* do Instagram (O feed é um fluxo de conteúdo que permite rolagem. O conteúdo é exibido em blocos de aparência semelhante que se repetem um após o outro. O feed do Instagram é um local para compartilhar fotos e vídeos. Além de ver conteúdo de pessoas e hashtags que o usuário segue, também são sugeridas contas conforme os interesses do usuário (Instagram, 2021; Google, 2021). Quando os usuários se envolvem em comparações sociais negativas enquanto visualizam perfis do Instagram, apresentam menor afeto positivo e maior afeto negativo (McLean et al., 2019).

A aceitação social aparece nas pesquisas intimamente relacionada ao bem-estar. Principalmente no período da adolescência, a aceitação social é um componente muito importante de manutenção de bem-estar e indicador de qualidade de vida. Segundo pesquisas,

os adolescentes criticam as tentativas de aceitação dos colegas por meio da postagem de selfies, ao mesmo tempo que reconhecem sua importância. Isso ilustra o equilíbrio que os adolescentes tentam manter entre alcançar a aceitação dos pares por meio de “curtidas” e reconhecimento nas redes sociais e, ao mesmo tempo, não demonstrar estar se esforçando por tal afirmação. Isso explica em parte o stress ao qual os adolescentes estão submetidos, particularmente aqueles para quem a autoestima está fortemente ligada à validação externa (McLean et al., 2019).

Considerações Finais

O acesso facilitado às redes sociais fez com que inúmeros estudos relacionassem variáveis de bem-estar individual com o seu uso tais como a criação de redes de apoio, aumento da autoestima, interações sociais diretas, facilidade de criação de redes sociais, percepção aumentada de suporte (Huang, 2017). Entretanto, a literatura ainda é bastante contraditória (Silva, 2016). Alguns achados relacionam o uso excessivo do Facebook a consequências negativas no bem-estar dos usuários, como prejuízos na autoestima, depressão e declínio no nível de bem-estar (Huang, 2017; Weinstein, 2017). Por isso, ao analisar o impacto do uso das redes no bem-estar subjetivo, é importante atentar para diferenças individuais, contextos nacionais e de gênero, que são fatores que podem influenciar essa relação (Wu et al., 2021).

É importante pontuar que se trata de uma geração que já nasceu na era digital e cujo uso de mídia social é normativo, apesar de estarem abaixo do limite mínimo de idade para ter uma conta em mídia social. Essa geração busca na mídia respostas para questões cotidianas e descontentamentos. Se imagens de corpos “perfeitos” são veiculados e eles consomem essas imagens repetidamente, começam a acreditar que é uma versão da realidade, e não alcançar tal ideal é motivo de frustração e insatisfação (Lira et al., 2017). Além disso, esses grupos são importantes consumidores de tendências, e usam intensamente as mídias sociais como modo de comunicação e “informação”, e estas, por sua vez, parecem exercer importante influência sobre a insatisfação corporal (Lira et al., 2017).

Achados negativos referentes à visualização de selfies em adolescentes estava relacionado à questão da imagem corporal e da comparação social, que atuava como moderador ou preditor de efeitos negativos (McLean et al., 2019). Os usuários do YouTube, Instagram e Snapchat relataram mais preocupações com a imagem corporal e patologias alimentares do que os não usuários, sugerindo que essas plataformas podem atrair

pré-adolescentes com problemas de saúde mental relacionados à aparência ou fomentar seu desenvolvimento (Fardouly et al., 2020).

Em última análise, a internalização desses padrões de beleza coloca os adolescentes em maior risco de desenvolver preocupações com a imagem corporal, engajar-se em comportamentos de modificação de peso e, potencialmente, desenvolver transtornos alimentares. Muitos adolescentes, especialmente meninas, sentem-se pressionados pela sociedade para se adequar a certos padrões de beleza e recorrer a manipulação e edição de imagens de fácil acesso para alterar suas imagens antes de publicá-las nas redes sociais (Shah et al., 2019). Além disso, aqueles com maior ansiedade social tendem a se julgar inferiores aos outros e, portanto, são propensos a fazer comparações sobre sua aparência com os outros e julgar os outros como mais atraentes do que eles nas redes sociais, o que por sua vez pode aumentar sua ansiedade social (Fardouly et al., 2020).

As adolescentes do sexo feminino apareceram em todos os estudos como mais propensas à comparação social e com maiores níveis de sofrimento se comparadas com os meninos. Esses dados referem que as meninas têm maior risco no uso das redes sociais, podendo desenvolver insatisfação com a imagem corporal, depressão, ansiedade geral e ansiedade social e baixa autoestima (Yurdagül et al., 2019). Parece haver uma generalização da insatisfação com o peso e as formas corporais, entre as meninas, presente inclusive em crianças com idades entre 7 e 10 anos (Lira et al., 2017). Apesar de esses ideais de magreza estarem presentes desde muito cedo na vida das crianças, é na adolescência que os questionamentos e o não enquadramento nos padrões aprendidos podem surgir de forma aparente, trazendo insatisfação e sofrimento (Lira et al., 2017). No entanto, meninos também podem ser afetados pelas representações da mídia sobre os corpos masculinos, sugerindo que há pressões sobre meninos para alcançar o padrão de aparência corporal da sociedade, porém com menor intensidade e menos pressão que as meninas (Yurdagül et al., 2019).

O lado positivo do uso das redes é que os ambientes on-line são contextos menos ameaçadores para iniciar interações, compartilhar informações sobre si mesmos de forma mais livre, elaborar autoapresentação, o que leva a maiores habilidades sociais entre os jovens (Metzler & Scheithauer, 2015). Essa busca por ambientes on-line mais saudáveis pode ser ilustrada pela emergência de uma rede social chamada *Finsta*, um *Instagram* falso. Com a pressão para postar fotos perfeitas no Instagram, houve um aumento recente no 'Finsta', uma rede onde os usuários criam círculos menores e mais restritos de amigos, e estão menos preocupados com quais fotos postar e quantas curtidas receberão (Shah et al., 2019). O *Finsta*

retrata a vida real, sem filtros, e o Instagram representa a vida que os usuários querem ter. Os adolescentes continuam lidando com as mesmas questões típicas de identidade e mudanças que sempre enfrentaram, mas agora, com uma centralidade cada vez maior no corpo (Gioia et al., 2020).

Entre as limitações deste estudo estão o escasso número de estudos brasileiros que visam investigar o impacto das redes sociais no autoconceito e no bem-estar subjetivo simultaneamente. Os achados que abordam essa temática são oriundos de outros países e não contemplam questões culturais importantes da nossa amostra populacional. Além disso, a velocidade com que novas redes sociais emergem, criam um problema de atualização constante dos dados, uma vez que os usuários migram de plataforma e modificam seu uso constantemente. Dessa forma, essa pesquisa é um recorte do uso das redes neste momento, passível de mudança repentinamente. Para futuras pesquisas, seria importante contemplar questões de raça e gênero com profundidade e os achados relacionados às culturas locais para estudar como essas questões se costumam sobre a temática abordada.

CAPÍTULO III - Estudo 2: Grupos Focais on-line com crianças e adolescentes sobre redes sociais on-line, bem-estar subjetivo e autoconceito durante a pandemia do COVID-19 no Brasil.

Introdução

Com o uso intenso e constante de dispositivos que conectam o usuário a internet, e conseqüentemente, às redes sociais, nasceu a preocupação de como esse uso, sua forma e frequência podem estar relacionados ao bem-estar subjetivo dos adolescentes. Essa preocupação tornou-se mais pontual durante o isolamento social, visto que as redes sociais e os dispositivos de comunicação virtual se tornaram nossa fonte de conexão com nossa rede de apoio, amigos, familiares, fonte de estudos e trabalho.

O acesso facilitado e os meios de comunicação aproximaram os adolescentes dos amigos que estão fisicamente afastados, mas também aumentou o número de horas que esses passam em frente às telas. Anteriormente destinada ao lazer, agora a tela do celular e do computador também virou o acesso e garantia à educação e ao contato social.

A opção por um estudo exploratório e qualitativo se deu pela vontade de conhecer como esses acessos foram modificados por esse recorte específico do tempo que estamos vivendo e quais as relações estabelecidas entre o uso de tecnologias de informação e saúde mental, através do bem-estar subjetivo e autoconceito.

O Bem-estar subjetivo (BES) constitui um campo de estudos que procura compreender as avaliações que as pessoas fazem de suas vidas tendo como seus principais tópicos de pesquisa satisfação e felicidade (Diener et al., 2003). Para que o BES esteja adequado, é necessário que se perceba um nível elevado de satisfação com a vida, alta frequência de experiências emocionais positivas e baixas frequências de experiências emocionais negativas (Diener et.al., 1997). Nessa perspectiva, pode-se dizer que o BES tornou-se um importante indicador de qualidade de vida.

Um ponto importante em relação à percepção do BES é que esse requer auto-avaliação, ou seja, ele é observado e relatado pelo próprio indivíduo e não por indicadores externos escolhidos e definidos por terceiros (Diener & Lucas, 2000). Esse relato deve ser colhido do indivíduo independente da sua idade, o que traz uma mudança importante de paradigma em relação ao entendimento do BES de crianças e adolescentes, uma vez que

atualmente as pesquisas envolvendo esses grupos estão interessados no relato dos jovens sobre sua auto-avaliação do que compõe ou não seu bem-estar.

Nas pesquisas anteriores realizadas pelo grupo de pesquisa GPPC com crianças e adolescentes sobre o bem-estar subjetivo, apontou que o autoconceito é um ponto importante a ser considerado no desenvolvimento positivo do BES.

O autoconceito, é comumente definido como o conjunto das representações que o indivíduo tem de si (Basílio, 2012; Monteiro, 2012; Schiavoni & Martinelli, 2012), um conceito que vai sendo internalizado e modificado a partir das relações e das experiências vivenciadas e que tem influência nas crenças e na forma de se comportar do indivíduo (Céos, 2020). O entendimento atual do autoconceito também refere que esse é multidimensional. Neste estudo avaliou-se a relação das dimensões autoconceito acadêmico e autoconceito físico, que emergiram nos discursos dos participantes da pesquisa.

O autoconceito acadêmico refere-se à noção que o indivíduo tem de si no ambiente escolar (Céos, 2020). A possibilidade de ter uma convivência amistosa com os pares, bom desenvolvimento do aprendizado, percepção da sua capacidade de aprender e evoluir e da capacidade de socialização auxilia na adequada manutenção do autoconceito acadêmico. Já as experiências como o envolvimento em situações de bullying e outros tipos de violência, podem gerar um desenvolvimento negativo do autoconceito, que podem refletir no desempenho das suas atividades escolares e na capacidade de socialização (Céos, 2020).

Por sua vez, o autoconceito físico engloba as percepções do indivíduo sobre o seu corpo e desempenho atlético frente ao que é posto como modelo no seu meio. A boa relação com o próprio corpo aumenta a autoconfiança do indivíduo e favorece a socialização com os pares. A má relação com o próprio corpo, geralmente decorrente da imposição social do que seria o corpo ideal, pode contribuir para o isolamento social, desenvolvimento de problemas alimentares de ordem psicológica e baixa capacidade de interação social. O discurso vigente acerca dos corpos, padrões de beleza e capacidade física influencia na construção do autoconceito físico desde a infância e marca o desenvolvimento dos indivíduos ao longo do desenvolvimento (Céos, 2020).

O uso de redes sociais de compartilhamento de imagens foi apontado na revisão de literatura como um importante espaço de fortalecimento de comparação social, com importantes relações com uma autoimagem negativa. Por sua vez, níveis baixos de autoconceito positivo se relacionavam com níveis baixos de bem-estar subjetivo. Dessa forma, surgiu o interesse em pesquisar como o aumento no número de horas e de acessos às

redes pode estar relacionado a níveis maiores ou menores de bem-estar e com prejuízos no autoconceito dos adolescentes em isolamento. Para obter essa compreensão foram realizados grupos focais on-line.

A realização dos grupos focais nos ambientes virtuais iniciou com a chegada de novas tecnologias de comunicação (Abreu, Baldanza & Gondim, 2009) e foi potencializada pelo atual cenário mundial. Quanto ao principal objetivo dos grupos focais, a metodologia on-line não se diferencia da metodologia de grupo focal presencial (Bordini & Sperb, 2013; Faria & Oliveira Júnior, 2019). Porém é importante apontar que apesar das semelhanças, essa forma de coleta mantém suas particularidades, não podendo ser considerada uma adaptação dos grupos para o ambiente virtual, mas sim uma forma de coleta nova, complementar e diferente (Bordini & Sperb, 2013; Faria & Oliveira Júnior, 2019).

Entre as vantagens que podemos apontar desse ambiente de coleta estão reunir em um mesmo momento participantes de diferentes locais, excluindo a necessidade de proximidade geográfica, a redução de custos e o menor tempo para a realização da coleta de dados (Abreu et al., 2009; Bordini & Sperb, 2013; Duarte, 2007; Faria & Oliveira Júnior, 2019; Gondim, 2009). Já as desvantagens apontadas se referem ao acesso à internet ser um limitador de quem poderá participar (Abreu et al., 2009).

Essa forma de coleta pode ser realizada de duas formas, síncrona ou assíncrona de acordo com a presença em tempo real, ou não, dos participantes. Os grupos síncronos são aqueles em que existe uma comunicação em tempo real, com participação simultânea dos envolvidos, seja por vídeo chamada com uso de imagem e som, ou apenas por interações escritas. Por sua vez, os grupos focais assíncronos normalmente fazem uso de listas de e-mail ou fóruns de discussão. Dessa forma, os envolvidos podem acessar os comentários postados por outros e contribuir com suas próprias ideias em qualquer momento que optarem ou que seja possível o acesso ao grupo. Nessa modalidade, não é necessária a interação simultânea (Abreu et al., 2009; Bordini & Sperb, 2013; Duarte, 2007; Faria & Oliveira Júnior, 2019; Gondim, 2009).

Similar ao que ocorre na coleta dos grupos focais presenciais, a participação ocorre mediante um convite, existe a definição do tema que irá ser explorado no grupo, a seleção dos participantes que estarão presentes na discussão, a elaboração do roteiro para discussão, o planejamento das formas de recrutamento, o registro da coleta de dados e a análise de dados (Abreu et al., 2009).

Os objetivos deste estudo são compreender as experiências dos adolescentes e sua relação com as redes sociais on-line durante o período de isolamento social decorrente da pandemia de covid - 19. A realização dos grupos visou compreender a percepção dos usuários sobre a relação estabelecida entre o bem-estar subjetivo, o uso das redes sociais, e o autoconceito e os possíveis prejuízos ou potencialidades que emergiram das modificações deste uso diante das aulas on-line e estratégias de promoção de saúde mental neste período.

Método

Participantes

Participaram do grupo focal nove crianças e adolescentes, sendo sete meninas e dois meninos, com idades entre 12 e 14 anos. Os participantes eram de cidades do Rio Grande do Sul e de Santa Catarina (Tabela 1). A maioria estudava em escola particular e estava no 6º ou 8º ano do ensino fundamental. Os nomes utilizados neste estudo são fictícios buscando preservar o anonimato dos participantes.

Tabela 1. Informações sobre os participantes

Participante*	Sexo	Idade	Cidade	Ano Escolar	Instituição
1. Vinícius	M	14	Canoas	8º ano	Particular
2. Henrique	M	14	Içara	8º ano	Particular
3. Marília	F	12	São Leopoldo	6º ano	Particular
4. Isadora	F	14	Caxias do Sul	8º ano	Particular
5. Inajara	F	12	Porto Alegre	6º ano	Particular
6. Lidiane	F	12	São Leopoldo	6º ano	Particular
7. Tatiane	F	12	São Leopoldo	6º ano	Particular
8. Luana	F	13	Porto Alegre	8º ano	Estadual
9. Renata	F	13	Dois irmãos	8º ano	Particular

*Nomes fictícios

Instrumentos

Uma ficha com dados dos participantes foi enviada para os pais para ser preenchida. Os aspectos sociodemográficos coletados foram: nome, idade, sexo, escola, ano escolar. Essa ficha com os dados serviu para contextualizar a amostra participante do estudo.

Foi construído um roteiro (Anexo C) para o levantamento dos dados a serem investigados. Esse roteiro foi elaborado em achados da literatura e testado em grupo piloto com o grupo de pesquisa do GPPC para averiguar sua aplicabilidade.

Procedimentos de Recrutamento dos participantes

Após estudos conduzidos pelo grupo de pesquisa, foram realizados dois grupos piloto com crianças e adolescentes indicados por participantes do GPPC. Os pilotos tornaram possível avaliar o roteiro produzido para os grupos, o manejo das ferramentas de coleta de dados, qualidade da videochamada, da gravação e do áudio. Além disso, nesse piloto foi possível observar a qualidade do *rapport* construído entre os pesquisadores e os participantes.

A plataforma utilizada no grupo piloto foi escolhida após testes realizados. Entre os dispositivos testados, foram excluídos os que demandam instalação e grande espaço de armazenamento, não possuísem criptografia de ponta a ponta no período testado, tivessem algum *delay* de áudio ou vídeo, e os que precisavam de investimento financeiro para funções importantes como a gravação das chamadas.

Para facilitar a realização do grupo, optou-se por ferramentas que oferecessem acesso através do próprio navegador do computador, melhor usabilidade ou interface intuitiva, conexão de áudio e vídeo mais estável e acesso através de conta de e-mail vinculada ao *Google* ou *link* criado. Desta forma, a ferramenta *Google Meet* foi escolhida para a realização do grupo focal. A gravação do grupo focal para posterior análise ocorreu através do acesso ao *Gsuite* vinculado à conta de usuário da UFRGS e do *Loom* para obter uma gravação reserva e que disponibilizasse em tela todos os participantes. Após aprovação das alterações pelo Comitê de Ética da UFRGS, foi realizado contato por e-mail com as escolas que já haviam participado da etapa quantitativa.

A primeira tratativa consistiu no envio do informe de pesquisa com os dados da primeira fase da coleta, e em agradecimentos pela colaboração (Bedin et al., 2020). Esse contato também oportunizou o convite para a participação na etapa dos grupos focais. As escolas estavam em período de adaptação para oferecer aos alunos o seguimento do ano

letivo. Devido a essa necessidade de mudanças, capacitação dos profissionais envolvidos e alunos, aquisição de recursos tecnológicos, as escolas tiveram dificuldade de responder nossos convites para participar de forma remota da coleta.

Quando um retorno era recebido, os pais apontados pela instituição eram contatados por e-mail e recebiam o formulário preparado pelo grupo de pesquisa para informação sobre seus procedimentos, garantindo ao responsável e ao participante da pesquisa o direito de acesso às temáticas que seriam abordadas, conforme orientado pela CONEP (Brasil, 2021); Nesse formulário também era possível coletar dados de contato para posterior agendamento dos grupos e apresentar os Termos de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e de Assentimento (TA) para a participação na pesquisa que estavam disponíveis para download para guarda.

Foram contatados oito adolescentes e seus responsáveis indicados inicialmente pelas escolas parceiras do projeto para agendar o grupo focal via *Whatsapp*. Destes, apenas três responderam ao convite. Considerando-se o número ideal de participantes e o número de retornos obtidos, criou-se uma nova estratégia para montar os grupos, dessa vez por conveniência. Dessa forma, os adolescentes passaram a ser indicados por conhecidos e usuários das redes sociais que viram a divulgação da pesquisa. A partir dessa nova escolha metodológica, foram necessários alguns ajustes, como a elaboração de *cards* de divulgação com informações sobre a pesquisa e formas de contatar o grupo para participação. Foram desenvolvidos *cards* de divulgação da pesquisa, *cards* lembrando a data do grupo e o link de acesso ao grupo, e *cards* de agradecimentos pela participação (Anexo E). Essas estratégias foram pensadas para aumentar a adesão ao grupo e diminuir as possibilidades de esquecimentos e desistência (Abreu et al., 2009).

Procedimentos do grupo focal online

O grupo focal teve duração de 1h35min. Conforme as combinações iniciais realizadas, os participantes estavam sozinhos, com sua privacidade resguardada pelo uso de fones ou pelo fato de estarem em ambiente isolado, com exceção de uma participante que ficou na sala de casa pois era o local onde o sinal de internet era mais estável. O grupo transcorreu sem apresentar dificuldades técnicas de conexão, e os adolescentes mostraram domínio da ferramenta *Google Meet*, silenciando e liberando seu áudio quando queriam participar e usando o chat sempre que queriam complementar alguma informação. Em função da idade,

percebe-se maior autonomia para participar das discussões e mediar a própria participação nos grupos.

Os participantes mostraram-se colaborativos e interessados na temática desde o início do grupo, não permitindo que grandes momentos de silêncio sem interações ocorressem. Em mais de uma situação, vários iniciaram o debate ao mesmo tempo, fazendo com que o moderador necessitasse organizar a ordem de explanação e fosse chamando quem estava aguardando para contribuir na sequência. Houve tópicos em que os participantes concordaram uns com os outros, em outros momentos discutiram pontos de vista antagônicos.

Assuntos que não estavam previstos surgiram nas discussões, mas o tema do grupo focal foi reconduzido e o grupo facilmente aderiu aos tópicos que estavam dentro da temática investigada. A retomada dos tópicos abordados também ocorreu de forma tranquila pelos próprios participantes, que sinalizavam que gostariam de complementar um ponto discutido anteriormente antes de iniciar sua nova contribuição. O roteiro, que foi baseado em literatura prévia sobre o assunto, seguiu um fluxo lógico e foi facilmente explorado pelos próprios participantes, que nas trocas sobre suas vivências nas redes sociais anteciparam tópicos importantes que estavam previstos para discussão.

Aspectos éticos

O estudo seguiu orientações para pesquisas com seres humanos, de acordo com a Resolução nº 510 do Conselho Nacional de Saúde (2016). O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Instituto de Psicologia da UFRGS (parecer nº 4.149.888 (Anexo B).

A transposição da coleta presencial para o ambiente virtual exigiu que cuidados éticos fossem adotados, principalmente em relação à privacidade, à segurança e à confiabilidade das informações obtidas (Abreu et al., 2009; Faria & Oliveira Júnior, 2019; Gondim, 2009). Assim como nos grupos presenciais, são estabelecidas com os participantes as regras de confidencialidade antes do início da discussão on-line, e prestados esclarecimentos acerca da segurança dos dados (Faria & Oliveira Júnior, 2019).

Ainda em consonância com o ofício redigido pela CONEP, que apresentou as orientações para procedimentos de pesquisa em ambiente virtual para preservar a proteção, segurança e os direitos dos participantes de pesquisa (Brasil, 2021), o acesso ao *Google Meet* se deu através do acesso institucional, o que permitiu que as gravações dos grupos focais permanecessem armazenadas por apenas 30 dias na nuvem para download, com exclusão

automática após esse prazo, apagando todo e qualquer registro em plataformas virtuais ou "nuvens".

Por se tratar de participantes menores de idade, seguindo as diretrizes da CONEP, os primeiros contatos para consentimento foram realizados com os pais e/ou responsáveis que, a partir da concordância, informaram o contato dos filhos, que também assentiram na participação na pesquisa (Brasil, 2021).

Análise dos dados

Trata-se de uma análise temática de dados de grupo focal on-line. A análise temática é uma das maneiras mais diretas de deduzir padrões de significado - conhecidos como temas - a partir de dados qualitativo, pois consiste na construção analítica de padrões de recorrência, avaliação ou associações dentro desses temas, sendo possivelmente o método mais amplamente utilizado (Braun & Clarke, 2013). A escolha pela análise temática se deu por ser uma metodologia adequada para analisar experiências, percepções e entendimentos, o que temos como foco deste trabalho. E por ser adequada para a análise de conjuntos de dados pequenos, médios e até grandes. Além disso, é reconhecida pela sua utilização em dados oriundos de fontes digitais como o Facebook, e vídeos do YouTube (Herzog, Handke, & Hitters, 2019).

O grupo focal foi transcrito e seu conteúdo analisado no programa *MAXQDA pro* 2020. A codificação foi orientada por dados, preservando a liberdade e flexibilidade para permitir a emergência dos conceitos, confiando na teoria, mas mantendo-se aberto ao que se descobrirá no decorrer do estudo (Andrews et al., 2017).

Resultados e Discussão

A partir da análise de dados, foram gerados 13 códigos conforme apresentados na Tabela 2. Esses códigos dizem respeito aos assuntos que apareceram na discussão do grupo online. Os assuntos foram agrupados por similaridades, gerando códigos com temas em comum. Os códigos foram nomeados a fim de facilitar o entendimento do principal assunto sendo discutido dentro de cada categoria.

Tabela 2. Lista de Códigos

Lista de Códigos	Frequência
Lista de Códigos	194
Impacto das redes no bem-estar	34
Comparação social	22
Ensino e o uso da internet	18
Tempo de uso diário	17
<i>Selfies</i> e alterações com filtros	17
Forma de uso das redes	16
Sobrecarga EAD e uso da internet	14
Autoconceito	12
Conceito de bem-estar	12
Lazer e uso das redes	11
<i>Cyberbullying, haters</i>	8
Diferença entre redes sociais	7
Importância dos <i>likes</i>	6

Os códigos foram agrupados por semelhança gerando quatro categorias finais para análise: a) relação entre as rede sociais on-line e o bem-estar (códigos: conceito de bem-estar; *cyberbullying, haters*; impacto das redes no bem-estar; lazer e uso das redes sociais), b) autoconceito físico (códigos: importância dos *likes*; *selfies* e alterações com filtros; autoconceito; comparação social), c) autoconceito acadêmico (códigos: sobrecarga EAD e uso da internet e ensino e o uso da internet) e d) forma de uso das redes (códigos: tempo de uso diário; forma de uso das redes e diferença entre as redes sociais). Não foi criada nenhuma categoria específica acerca da pandemia, pois compreende-se que ela está contemplada nas demais, conforme apresentados a seguir.

Relação entre as redes sociais on-line e o bem-estar: Categoria que aborda o entendimento dos participantes acerca do conceito e sua forma de perceber o bem-estar e como ele está sendo afetado pelo uso constante das redes on-line e sua relação com o contexto de

isolamento. Também faz referência à relação que as redes sociais on-line têm no bem-estar dos usuários. Essa relação pode ser positiva, com aumento da autoestima e do autoconceito, ou negativa, com ofensas ou comparações. Além disso foram agrupadas para análises as referências ao *cyberbullying*, aos ataques e violências sofridas pelos usuários das redes sociais e a forma como as redes sociais são um espaço de lazer para os usuários, principalmente no contexto de pandemia e isolamento social: *“Eu penso em estar tranquilo consigo mesmo e não só com os outros (P.1)”*, *“Acho que é se sentir bem (P.8)”*, *“Acho que é cumprir com o que tu precisa e também ter tempo de fazer o que tu gosta, tempo de lazer (P.4)”*, *“Acho que é tanto teu estado mental quanto o físico (P.9)”*, *“Eu assisti filme com meus amigos pela internet, então foi uma coisa bem nova bem legal de fazer com os meus amigos a gente usou bastante e a gente espera fazer mais vezes (P.5)”*, *“Eu uso bastante para falar com meus amigos e na maioria das vezes eu jogo com os meus amigos , uma coisa positiva que é a internet tá mais presente na tua vida tu tá mais conectado com a internet eu descobri aplicativos novos que dá para convidar um amigo e ver filme com ele no aplicativo entendeu, dá para ter esse contato dá para ter esse contato com os amigos pela internet então acho que isso é muito bom (P.7)”*. *“Ao mesmo tempo essa rede social pode ser ruim para as pessoas principalmente para quem tem muitos seguidores e posta bastante vídeo porque pode ser que leve bastante hate (discurso de alguém, anônimo ou não, que dissemina ódio ao falar mal de outros usuários nos espaços de interação na internet) porque tem gente que só vai para lá para tirar as pessoas e isso vai fazer mal para as pessoas porque eu vi que teve gente que parou de postar vídeo no Tik Tok porque ficava levando muito hate, a maioria dos comentários maldosos sobre a pessoa aí parou de postar vídeo (P.2)”*.

Ben-Arieh et al. (2014) referem que o então recente estudo do bem-estar de crianças e adolescentes deve levar em consideração as condições de vida das crianças e adolescentes e medidas objetivas de seu bem-estar; as suas percepções, suas avaliações e suas aspirações em relação às suas próprias vidas, e as percepções, avaliações e aspirações de outras figuras relevantes em relação à vida e às condições de vida de crianças e adolescentes.

O bem-estar subjetivo possui domínios específicos e é dividido em três elementos: processo cognitivo (satisfação / insatisfação) e dois processos afetivos (afeto positivo e negativo (Navarro et al., 2017). O entendimento dos participantes do grupo acerca do que é bem-estar se aproxima de achados da literatura que referem que relações saudáveis com as pessoas que fazem parte da vida, como os amigos, e ter saúde, cuidando de si mesmo, são aspectos importantes na definição do bem-estar (Navarro et al., 2017). Os sentimentos em

relação a si mesmo, como sentir-se bem consigo mesmo, também mencionado como uma definição de bem-estar subjetivo, é respaldado pela literatura como um achado importante entre os adolescentes (Navarro et al., 2017).

Existe um corpo de evidências que sugere que, para muitos, as redes sociais oferecem benefícios consideráveis em termos de comunicação e relacionamentos, em relação à aprendizagem, inclusive para o desenvolvimento da auto identidade dos adolescentes. As redes sociais são um espaço que oportuniza a auto-revelação, e os feedbacks recebidos, e como eles constituem esses próprios processos de revelação são fatores que potencializam a identidade individual. Além disso, nesses espaços, os jovens podem constituir grupos de iguais que podem não ser possíveis pessoalmente.

Entretanto, é necessária atenção para jovens que tenham baixa autoestima, ou pouca satisfação nas relações sociais e familiares (Livingstone & Helsper, 2007; Valkenburg & Peter, 2007). Os adolescentes que se comunicam por várias redes sociais diferentes correm maior risco de vitimização on-line, assim como aqueles que têm pessoas desconhecidas em suas listas de amigos (Livingstone & Brake, 2010). Nas falas, foi possível perceber as críticas e o receio dos participantes de sofrerem violência nos ambientes on-line. Além das descobertas de que a grande maioria dos adolescentes encontra algum grau de experiência negativa nos meios virtuais, a perversidade do *bullying* on-line é exacerbada devido à natureza despersonalizada, embora pública, de postagens baseadas em tecnologia, juntamente com a difusão das novas redes (Bazelon, 2013).

Autoconceito físico: categoria referente a forma como os usuários percebem o impacto das redes no autoconceito físico. Contempla o impacto que o recebimento do conteúdo postado tem através do número de curtidas, e como isso repercute em quem postou. A comparação social também aparece nessa categoria na forma como os usuários se enxergam em comparação aos outros, através dos conteúdos postados nas redes e suas repercussões. A relação dos usuários com a postagem de suas fotos e modificações por meio do uso de edição de imagens (filtros) e outros recursos também está contemplada nessa categoria. *“Eu não gosto de me comparar muito com as pessoas porque cada um tem seu jeito, né? Um pode ser maior, pode também ser menor, mais gordinho, mais magrinho, cada um tem seu jeito né? Então, não dá para ficar comparando (P.2)”*, *“É porque tem esse negócio de ser padrão né? Então, quando envolvem maquiagem eu procuro no Instagram, eu procuro me inspirar naquela maquiagem ou naquela pessoa, quando eu admiro muito eu procuro me inspirar não*

me diminuir, não comparar (P.8)”, “às vezes olha, olha muito e acaba apagando porque começa a procurar algum defeito e aí apaga sei lá, já fiz isso (P.4)”, “Eu não me afeto porque não fico olhando muito para curtidas até porque a minha conta é pessoal. Então, só amigos e famílias seguem, então não tem como ter muita curtida. É pouca gente e quem comenta são só meus amigos e família, então acho difícil comentarem alguma coisa ruim sabe (P.3)”, “eu acho que no TikTok também acontece isso porque tem várias pessoas de vários lugares do mundo e aí tu acaba achando que o vídeo da pessoa tá melhor do que o teu, porque o vídeo dela tem mais like que o teu ou coisas do tipo é eu não gosto muito de me comparar”(P.6), “eu posto bem pouco eu não fico muito no Instagram porque a gente começa a se comparar com os outros daí, sei lá, prefiro ficar no TikTok”(P.1), “Eu acho que todo mundo já deve ter alguma vez pensado... Ah não sei o que... que menina bonita, e pensar, ah não sei tipo, tipo tu sabia que tu é bonita e ver outra pessoa bonita aí pensar e se diminuir (P.9)”, “normalmente eu tiro foto em preto e branco sabe? sei lá, para mim ficar melhor, mas é só isso que eu vou fazer, nada que tipo me mude. Nossa não parece tu! só coisas que tiveram destaque para foto (P.5)”.

Apesar dos inúmeros estudos focando o autoconceito, não existe ainda clareza sobre sua definição, sendo frequentemente utilizado como sinônimo de autoestima. Os dois conceitos estão ligados, porém, autoestima é um dos fatores que compõe o fenômeno do autoconceito, e segundo Monteiro (2012) está mais limitada a um componente afetivo, unidimensional, sendo entendida como o modo como o indivíduo se sente em relação a seus atributos (Sarriera et al., 2015). Por sua vez, o autoconceito é um construto que inclui aspectos cognitivos e comportamentais, sendo considerado multidimensional e tem impacto direto no bem-estar, na satisfação pessoal, e é considerado importante para as relações sociais positivas, bom funcionamento pessoal e profissional (Sarriera et al., 2015). O autoconceito se refere a conclusões sobre as habilidades e competências do sujeito pela imagem e aceitação de si mesmo, em um *continuum* entre bem-estar e seu oposto (García, Musitu, & Veiga, 2006; Sarriera et al., 2015). Shavelson, Hubner e Staton (1976) apresentam uma divisão do autoconceito em acadêmico e não acadêmico, e é organizado em componentes emocionais, que são mais subjetivos e internos, sociais que se referem aos relacionamentos com os outros, e físicos que têm influência nas atitudes e aparência geral do indivíduo (Sarriera et al., 2015).

Para esses autores, existem ainda sete características básicas do autoconceito: 1. organizado; 2. multifacetado; 3. com estrutura hierárquica; 4. com relativa estabilidade global;

5. ao longo da vida se modifica e constrói-se; 6. é avaliativo; e 7. diferenciação em relação a outros construtos com os quais está teoricamente relacionado (Malo et al., 2014).

Outra forma de divisão do autoconceito é o modelo de cinco fatores de García, Musitu, Riquelme e Riquelme (2011). Esse constructo é multifatorial e por essa razão, dividido em cinco dimensões: acadêmica e profissional, social, física, emocional e familiar. O autoconceito pela sua capacidade de mudança e adaptação é desenvolvido a partir das relações estabelecidas e conforme cada contexto social exige (Schiavoni e Martinelli, 2012). Desenvolve-se mais intensamente a partir do primeiro ano escolar, quando a criança passa mais tempo na companhia de outras crianças, exposta pela primeira vez a avaliações que comparam suas competências com as de outras crianças (Pallas, Entwisle, Alexander, e Weinstein, 1990). As funções afetivas e socializadoras da família também exercem impacto no autoconceito (Sarriera et al.,).

A comparação social gera um impacto importante no autoconceito, principalmente em ambientes como redes sociais on-line. Nas falas das participantes, a comparação social impediu a postagem de fotografias, pela vergonha que isso poderia causar, ou fez com que fotos postadas fossem apagadas. A comparação social faz com que as pessoas utilizem filtros e ajustes para melhorar a qualidade das suas fotos e postem materiais irreais para tentar serem aceitos (Kramer et al. 2008). Adolescentes do sexo feminino apresentam mais relatos de perceberem sua imagem corporal negativa depois de ver fotos bonitas em comparação com as suas (Haferkamp & Kramer 2011). Achados semelhantes surgiram nas falas dos participantes do grupo focal conduzido. As meninas referiram maior preocupação com a edição de fotos, e o uso de filtros, assim como preocupação com críticas sobre o conteúdo postado. Os meninos referiram não aderir tanto às redes sociais de compartilhamento de fotos, e não utilizarem ferramentas de manipulação de imagem, ou estarem preocupados com as críticas recebidas.

Autoconceito acadêmico: categoria que aborda a forma como os usuários se sentem diante da adaptação da escola para o modelo EAD, e a forma como isso afetou seu uso com a internet e seus atravessamentos pela pandemia. *“No início eu tava com um pouco de dificuldade porque eu não nunca tinha usado essa plataforma, porque na minha escola eles não tavam falando pra gente, e eu mudei de escola então era diferente, só que daí depois eu tinha muita coisa acumulada, aí, foi melhorando e agora já tô acostumada” (P.5), “pra mim, o que mais me ajudou é porque a gente pode usar a internet, pesquisar, usar vídeos e*

aprender, acaba aprendendo às vezes muito mais do que poderia aprender na escola” (P.7), “um problema que eu acho que tá tendo é que principalmente nas nossas escolas, os professores só mandam a matéria e não explicam, isso acaba prejudicando muita coisa porque na maioria das vezes a gente não entende e mesmo perguntando fica difícil de entender e ainda mais porque é muita coisa, às vezes tu acaba de fazer uma coisa e não pode nem descansar porque já mandaram outra”(P.9), “tá muito mais tão ocupada e preocupada com a escola do que com a própria saúde física e mental (P.3), “Tô com muita dificuldade de entender por videoaula. Isso tá ficando bem pesado” (P.8), “muito legal o que ele falou de pesquisas e coisas, mas tem que saber como usar, pesquisar, ele disse que falou que usa para pesquisar e ver vídeos, isso eu acho muito legal, eu não aprendo tanto com escrever, eu aprendi muito mais com alguém falando, e eu ouvindo, sou mais auditivo, mas tem gente que usa só pra pesquisar as respostas prontas de todas as provas e acaba não aprendendo, então acaba sendo um desuso da internet (P.1)”.

Existem evidências de que o uso de redes sociais também pode prejudicar o desempenho acadêmico (Huang & Leung, 2009; Jacobsen & Forste, 2011; Kirschner & Karpinski, 2010). Os achados referem que isso se dá pelo menor tempo total de estudo, bem como estudo ineficiente devido à multitarefa (Jacobsen & Forste, 2011; Junco & Cotten, 2012; Kirschner & Karpinski, 2010) e também por impactos no sono.

Os adolescentes podem realizar várias tarefas ao mesmo tempo. Uma pesquisa realizada envolvendo o uso do Facebook simultaneamente com outras atividades de estudo, e sua relação com o desempenho acadêmico medido pela média de notas e horas gastas estudando por semana mostram que os usuários do Facebook relataram ter notas mais baixas e passam menos horas por semana estudando do que os não usuários (Kirschner, & Karpinski, 2010).

Em estudos conduzidos por Navarro (2011), o autoconceito acadêmico foi um dos pontos citados pelos adolescentes como importante para o desenvolvimento do bem-estar subjetivo, como ter sucesso acadêmico e obter boas notas. Enquanto ter notas ruins, estudar muito e não passar; sentir-se pressionado para estudar; e ter muitos exames e trabalhos de casa tem um impacto negativo importante.

As reclamações do cenário atual dos adolescentes correspondem aos achados de Navarro (2011) sobre componentes importantes diretamente ligados ao bem-estar subjetivo, e ao autoconceito acadêmico, que não se desenvolve de forma positiva devido à sobrecarga atual de demandas e aos ajustes necessários para adaptação que ainda estão em curso.

Estudados datados de 2004 mostram que, naquela época, em maior ou menor grau, os países europeus apoiavam o fornecimento de tecnologias digitais e o desenvolvimento de habilidades de alfabetização digital em suas salas de aula da primeira infância, reconhecendo que a internet oferece novas oportunidades de aprendizagem, participação, criatividade e comunicação com outras pessoas, e com uma correlação positiva entre o uso da Internet durante a primeira infância e o desempenho escolar (Cavanaugh et al., 2004; Plowman et al., 2011). Essa discussão tornou-se fundamental neste momento, em que devido à pandemia, os jovens estão tendo aulas em casa, e muitas crianças pequenas, em fase de alfabetização estão tendo seu processo através do computador. Ser alfabetizado na era digital envolve múltiplos letramentos - habilidades de acesso, compreensão, visualização e criação em múltiplos formatos digitais.

A maioria dos participantes aponta muito mais para os aspectos da escola que reduzem seu bem-estar ao invés de aumentá-lo. Esses resultados mostram que a percepção dos adolescentes sobre a adaptação para o EAD está mais relacionada a um sentimento de insatisfação (estresse, pressão), o que pode estar relacionado com um baixo autoconceito acadêmico como sugerido pela literatura (Casas et al., 2012a) . Bons resultados acadêmicos são apontados como um fator facilitador do bem-estar subjetivo, uma vez que o bem-estar aumenta quando a maioria dos fatores que envolvem o cotidiano dos jovens são positivos, enquanto diminui quando eles não ocorrem ou são negativos. (Casas et al., 2012b; Cerrato et al., 2012).

Forma de uso das redes sociais on-line: Categoria que aborda as diferenças que fidelizam os usuários às suas plataformas, quais as redes mais usadas, como são majoritariamente utilizadas pelos usuários e o tempo médio de uso das redes sociais pelos participantes do grupo focal. As falas a seguir são relacionadas e esses indicadores: *“eu 14 horas por dia, se tiver conectado tô em rede social” (P.5), “uma coisa perceptível mas é bem chocante porque até quando tu não tá no celular tá sempre perto, no bolso, nunca sai muito de perto, mesmo não usando ou fazendo outra coisa nunca tá longe, sempre perto, tudo que temos de informação, tudo tá ali então estamos sempre perto, conversas com outras pessoas, tá tudo ali”(P.1), “usa umas 6 horas” (P.3), “pra mim depende mais do tipo de uso, porque agora com a pandemia e tudo mais, nem sempre que a gente tá no celular a gente tá só focado em assistir coisas, jogar, grande parte estamos estudando, fazendo atividade escolar, pesquisando, então o horário continua o mesmo mas o tempo e tipo de uso diferencia” (P.9),*

“No TikTok, por ser vídeos tão curtos que tu fica, vou ver só mais esse, e aí tu acaba indo, indo, indo. E aí, depois de 15 minutos tu ficou mais de uma hora porque ele te prende (P.8)”. *“sou criadora de conteúdos: gravo pouco, besteirinhas, humor e dancinhas”, “Instagram e Facebook” (P.7), “tenho duas contas, uma pessoal e uma de estudo que mostro as coisas que estou fazendo na escola também, mostro horário das aulas, faço perguntas de quais materiais eles preferem (P.6)”*, *“tinha uma conta de estudos mas com o EAD parei” (P.5), “criaram o Facebook pra mim quando eu tinha 5 anos pra jogar joguinho” (P.2).*

Nas falas dos adolescentes, é possível perceber como a internet invadiu os espaços privados e a vida dos adolescentes desde a infância. Uma pesquisa EU Kids Online mostra que as crianças agora estão se conectando à Internet cada vez mais cedo, mas a falta de habilidades técnicas, críticas e sociais delas pode representar um risco importante (Livingstone et al., 2011). Crianças muito pequenas, de zero a oito anos, estão mostrando padrões elevados de uso da Internet. Achados de Cerrato et al. (2012) referem que para adolescentes a atividade que proporciona maior bem-estar é a utilização de tecnologias para interagir, comunicar e manter contato com seus pares. O uso da Internet permite acessar por meio de diversos aplicativos muitos conteúdos audiovisuais que lhes interessam, além de os manter conectados com os amigos e oferecer a possibilidade de encontrar antigas amizades e estabelecer contacto com pessoas que vivem longe.

Considerações finais

O presente estudo buscou investigar as percepções de adolescentes sobre o uso de redes sociais on-line durante a pandemia, e seu impacto no bem-estar subjetivo e no seu autoconceito. Os resultados mostraram que, nesse período, foi necessário reinventar formas de se conectar com os amigos, e as redes sociais foram auxiliares nesse processo. Da mesma forma, o uso intenso e constante da internet facilitou os processos de aprendizagem em casa, aproximando os alunos de alternativas de estudos para assimilar as matérias. Por outro lado, o excesso de materiais destinado aos alunos pelas escolas sobrecarrega os adolescentes que referem pouco tempo para si e prejuízos no seu bem-estar subjetivo.

Mesmo com o uso da internet por períodos longos do tempo em função das atividades escolares, o refúgio para lazer ainda está nas redes sociais e nas diferentes plataformas existentes. As redes sociais on-line, são parte integrante da vida das crianças e adolescentes, e, neste momento específico de isolamento social, são fontes de bem-estar subjetivo e de acesso ao mundo. Dado esse contexto, fica evidente que é necessário facilitar a aquisição das

competências e aptidões exigidas para usar as atuais tecnologias de informação e comunicação com eficácia e segurança (Livingstone, 2004).

Dentro desse ambiente que pode ser seguro e potencializador, mas também nocivo e com potencial de adoecimento, é importante que os adolescentes sejam educados on-line desde pequenos para o uso responsável em relação às tecnologias. O investimento na promoção de educação de segurança na internet pode criar um ambiente protegido para os jovens, para que não fiquem expostos à violência, bullying e aproximações sexuais indesejadas.

A diferença entre o mundo das crianças e adolescentes e dos adultos ficou mais evidente com o surgimento das TICs. O uso e manejo de tecnologias confere aos usuários jovens determinado status por seu domínio, o que aumenta essa distância entre esses mundos, enquanto oferece aos adultos uma sensação de controle sobre os filhos (Ramírez, Malo, & Camats, 2010). Isso é o que a literatura chama de um *GAP* entre gerações (Ramírez, et al., 2010).

Mesmo com previsões ao longo dos anos de como seríamos remodelados, reestruturados e até relacionados através do uso das mídias, o impacto das TICs principalmente em populações mais jovens é impressionante (Malo & Ramírez, 2010). As perspectivas teóricas que investem em pesquisas neste campo são inúmeras, assim como as teorias que surgiram sobre os usos das TICs, como forma de potencialização do desenvolvimento psicossocial, até prejuízos como roubar a infância pela captura dos jovens pelas telas (Malo & Ramírez, 2010). Independente da abordagem, é importante salientar que assim como a unidade familiar pode ser o meio de consumo das tecnologias, com diferentes funções dentro dessas unidades, os amigos e as TICs são importantes agentes de socialização para os jovens. Isso se dá porque a competência comunicativa, que é a principal competência da sociedade da informação, tem como papel central na sua criação e desenvolvimento os amigos e as tecnologias dando origem a novas culturas de comunicação e relacionamento, ativamente lendo o ambiente, e não apenas passivamente consumindo essas informações. Dessa forma, as TICs se apresentam como um contexto de desenvolvimento da vida social (Malo & Ramírez, 2010).

As redes sociais on-line são hoje, um dos serviços on-line mais usados. Nas redes sociais on-line estão integradas as comunicações voltadas para coordenação de tarefas, como reuniões, agendas, comunicação de massa como youtube, netflix, notícias e comunicação interpessoal (mensagens pessoais diretas como WhatsApp, messenger, twitter). Entre os mais

jovens, as redes sociais são uma das mais populares atividades que eles exercem hoje, depois de usar a internet para trabalhos escolares - 85%, jogar games - 83% e assistir a vídeos - 76% (Livingstone et al., 2011). Algumas facilidades das redes que justificam essa adesão são: a persistência (o fato de registrar mensagens textuais / visuais permitindo a comunicação assíncrona), pesquisabilidade (a disponibilidade de ferramentas que facilitam o estabelecimento de relações estendidas e / ou de nicho), replicabilidade (a gravação digital possibilita a geração de múltiplas versões de mensagens sem distinção entre o original e a cópia) e públicos invisíveis (a falta de certeza sobre quem recebe qualquer comunicação exacerbando a sensação de anonimato) (Boyd, 2008).

As limitações deste estudo se referem à amostra, em função do isolamento social e das escolas não estarem em formato presencial, apenas um grupo conseguiu ser realizado. A pouca heterogeneidade da amostra e das idades investigadas é um ponto importante sobre as informações coletadas, pois pode existir um viés amostral importante.

Para estudos futuros, sugere-se a investigação dos aspectos abordados em diferentes populações, e em grupos divididos por faixas etárias diferentes para fins de comparação sobre o uso das redes. Além disso, seria interessante a abordagem cultural e econômica do fenômeno, explorando como as redes sociais são um terreno fértil de militância de causas sociais, e como esse uso repercute no autoconceito dos adolescentes. Questões de gênero são um recorte importante para pensar o bem-estar subjetivo, o autoconceito e as redes sociais também.

CAPÍTULO IV – CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao final dessa dissertação, percebemos o quanto a literatura ainda não encontrou um consenso em relação aos benefícios e malefícios do uso de redes sociais pelos adolescentes. As formas de uso e a orientação quanto às plataformas acessadas, assim como o letramento digital e a proteção de dados ainda parecem ser os maiores pontos que merecem atenção em relação à segurança dos adolescentes neste ambiente virtual. Quanto mais atrativo e com mais oportunidades o ambiente on-line é, mais risco ele oferece (Livingstone & Brake, 2010).

Nas redes sociais, o bem-estar é fortalecido quando os adolescentes encontram oportunidades de expressão do eu em construção, testando formas de socializar, conectando-se com amigos e ultrapassando limitações que, no contato face-a-face podem acabar causando o isolamento social do indivíduo. O aumento na sensação de confiança, o maior apoio social, modelagem positiva por pares, percepções dos adolescentes sobre o suporte social on-line percebido e a expansão dos laços sociais são os principais pontos positivos apontados na literatura (Frison & Eggermont, 2015; Ma, 2017; Metzler & Scheithauer, 2015; Pittman & Reich, 2016).

Nestes espaços, os adolescentes compartilham informações sobre o que é interessante no seu mundo, experimentam diferentes papéis e também encontram iguais que passam por situações ou vivem condições parecidas. A rede faz seu papel de suporte quando oferece ao adolescente companhia durante o isolamento social, e o conecta com o mundo e com as pessoas que são importantes para ele. Além disso, as redes oferecem um espaço rico para treinar habilidades como iniciar conversas, se espelhar em comportamentos positivos relacionados à saúde, compartilham as estratégias de manejo diárias de patologias, e encontram possibilidades de ressignificar seus adocimentos (Goodyear et al., 2018; Frison & Eggermont, 2015; Lin et al., 2020; Ma, 2017; Metzler & Scheithauer, 2015; Park et. al., 2016; Yi-Frazier et al., 2015).

Entretanto, este mesmo espaço de fortalecimento é apontado como terreno fértil para o desenvolvimento da comparação social em redes específicas de compartilhamento de imagens. Quando envolvidos em comparações sociais negativas enquanto visualizam perfis do Instagram, apresentam menor afeto positivo e maior afeto negativo (McLean et al., 2019). A sensação de não pertencimento à realidade vendida nas redes sociais, a não inclusão em grupos seletos de amigos, o não recebimento de feedbacks, ou likes nas redes e a a

presença de haters, pode adoecer o adolescente que circula nesses espaços, enfraquecer seu autoconceito em desenvolvimento e diminuir seus níveis de bem-estar.

Ainda é ponto importante de discussão a exposição excessiva e prejudicial dos adolescentes, a violação da sua privacidade, e a facilidade como tonram-se alvo de assédio ou bullying. Paralelo a isso, ganha força o fenômeno do *FOMO* que aumenta as emoções negativas além de estar relacionado a prejuízos no sono, consumo de álcool, e danos na aprendizagem (Yin et al., 2019).

É importante reforçar que esses desdobramentos do uso das redes sociais, tanto positivos quanto negativos, estão ocorrendo no mesmo momento e contexto de vida em que toda a rotina de contatos sociais, estudos, trabalho e lazer migrou para esse ambiente. Soma-se a isso as dificuldades mencionadas de acompanhar o ano letivo de forma virtual, o que gera desgastes e estresse, e diminui o autoconceito acadêmico do adolescente que tem dificuldade de acompanhar o desenvolvimento das aulas, de manter-se em dia com as atividades e referem sensação de esgotamento. O adolescente que não está on-line é excluído dos grupos de amigos, pois não acompanha as conversas. E, durante o isolamento social, não obtém formas de estar próximo fortalecendo vínculos. Dessa forma, estar on-line é garantia de pertencimento e de também de assegurar uma rede de apoio.

As redes sociais são inegavelmente parte da rotina dos adolescentes, e, isso posto, é preciso que exista um direcionamento de formas saudáveis de uso, e não a restrição de acesso à elas. Orientações e cuidados por parte dos responsáveis e da escola quanto a privacidade de dados e a exposição do adolescente, assim como os riscos de violência e assédio que ocorrem nestes espaços.

O autoconceito dos adolescentes é afetado pelas redes sociais quando os mesmos sentem que estabelecem relações de comparação social, principalmente em plataformas com disponibilidade de alterações de imagens, onde comparam a suas fotos com fotos que passaram por processos de edição. Ao mesmo tempo, esse autoconceito é fortalecido quando o adolescente recebe validação social através de likes, compartilhamento de suas postagens, aumento no número de seguidores ou tem seus canais de estudo como referência.

O autoconceito positivo fora das redes sociais, oferece condições para o desenvolvimento saudável do autoconceito on-line, e potencializa fatores que estão relacionados com o bem-estar na vida offline do adolescente, permitindo que esses possam ser transpostos de ambiente, mantendo-o saudável, apesar da nocividade que o ambiente virtual pode oferecer. O adolescente que é bem orientado quanto à proteção on-line pode encontrar

nas redes sociais um espaço criativo importante para seu desenvolvimento, onde pode desenvolver habilidades de comunicação, exposição segura, descobrir e pesquisar informações, obter conhecimento, contatar amigos, realizar estudos, e desenvolver uma identificação positiva com iguais.

REFERÊNCIAS

- Arab, L. E., & Díaz, G. A. (2015). Impacto de las redes sociales e internet en la adolescencia: aspectos positivos y negativos. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 26(1), 7-13.
- Abreu, N. R. de., Baldanza, R. F & Gondim, S. M. G. (2009). Os grupos focais on-line: das reflexões conceituais à aplicação em ambiente virtual. *JISTEM Journal of Information Systems and Technology Management*. São Paulo, v. 6, n. 1, p. 5-24.
- Beyens, I., Pouwels, J. L., van Driel, I. I., Keijsers, L., & Valkenburg, P. M. (2020). The effect of social media on well-being differs from adolescent to adolescent. *Scientific Reports*, 10(1), 1-11.
- Abena, C. (2013). From thinspo to fitspiration: How social media could be affecting your body image. *Retrieved*, 1(28), 2017.
- Bedin, L. M et al. (Ed.). *O bem-estar infantil: Direitos das crianças e satisfação com seus contextos de vida*. Porto Alegre: Ideograf, 2020.
- Beyens, I., Pouwels, J. L., van Driel, I. I., Keijsers, L., & Valkenburg, P. M. (2020). The effect of social media on well-being differs from adolescent to adolescent. *Scientific Reports*, 10(1), 1-11.
- Ben-Arieh, A.(2008). Indicators and indices of children's well-being: towards a more policy-oriented perspective. *European Journal of Education*, 43(1), 37-50.
- Ben-Arieh, A. (2019). Review of the book: Psychosocial Well-being of Children and Adolescents in Latin America: Evidence-based Interventions. Jorge Castellá Sarriera & Livia Maria Bedin (Eds.)(2017) Children´s Well-Being: Indicators and Research.
- Beyens, I., Pouwels, J. L., van Driel, I. I., Keijsers, L., & Valkenburg, P. M. (2020). The effect of social media on well-being differs from adolescent to adolescent. *Scientific Reports*, 10(1), 1-11.
- Boehm, J. K., Lyubomirsky, S., & Sheldon, K. M. (2011). A longitudinal experimental study comparing the effectiveness of happiness-enhancing strategies in Anglo Americans and Asian Americans. *Cognition & Emotion*, 25(7), 1263-1272.
- Boyd, D.. (208). Why Youth (Heart) Social Network Sites: The Role of Networked Publics in Teenage Social Life. YOUTH, IDENTITY, AND DIGITAL MEDIA. Berkman Center Research Publication No. 2007-16.

- Bordini, G.S & Sperb, T.M. (2013). Focais Online e Pesquisa em Psicologia: Revisão de Estudos Empíricos entre 2001 e 2011. *Interação em Psicologia*, Curitiba, v. 17, n. 2, sep.
- Blomfield Neira, C. J., & Barber, B. L. (2014). Social networking site use: Linked to adolescents' social self-concept, self-esteem, and depressed mood. *Australian Journal of Psychology*, 66(1), 56-64.
- Burnette, C. B., Kwitowski, M. A., & Mazzeo, S. E. (2017). “I don’t need people to tell me I’m pretty on social media:” A qualitative study of social media and body image in early adolescent girls. *Body Image*, 23, 114-125.
- BRASIL, Ministério da Saúde. Comissão Nacional de Ética em Pesquisa. Ofício circular nº 2. Orientações para procedimentos em pesquisas com qualquer etapa em ambiente virtual., [S. l.], Brasília, DF. 24 fev. 2021.
- Campbell, J. D. (1990). Self-esteem and clarity of the self-concept. *Journal of personality and social psychology*, 59(3), 538.
- Casas, F., González, M., & Navarro, D. (2014). Social psychology and child well-being. In A. Ben-Arieh, F. Casas, I. Frones, & J. E. Korbin (Eds.), *Handbook of child well-being: Theories, methods and policies in global perspective* (Vol. 1, pp. 513-554). New York: Springer.
- Casas, F., Sarriera, J., Alfaro, J., González, M., Malo, S., Bertran, I., ... Valdenegro, B. (2012a). Testing the Personal Wellbeing Index on 12–16 year-old adolescents in 3 different countries with 2 new items. *Social Indicators Research*, 105(3), 461-482. doi:10.1007/s11205-011-9781-1.
- Casas, F., Sarriera, J. C., Abs, D., Coenders, G., Alfaro, J., Saforcada, E., & Tonon, G. (2012b). Subjective Indicators of Personal Well-Being among Adolescents. Performance and Results for Different Scales in Latin-Language Speaking Countries: A Contribution to the International Debate. *Child Indicators Research*, 5(1), 1-28. doi:10.1007/s12187-011-9119-1.
- Cavanaugh, C., Gillan, K. J., Kromrey, J., Hess, M., & Blomeyer, R. (2004). The effects of distance education on K–12 student outcomes: A meta-analysis: Naperville, Ill.: Learning Point Associates
- Céos, C. P. (2020). Autoconceito, bullying e preconceito: uma análise a partir de estudantes de escolas públicas. 125 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) - Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão, SE, 2020.

- Cerrato, S. M., Pou, D. N., & Aznar, F. C. (2012). El uso de los medios audiovisuales en la adolescencia y su relación con el bienestar subjetivo: análisis cualitativo desde la perspectiva intergeneracional y de género. *Athenea Digital. Revista de pensamiento e investigación social*, 12(3), 27-49.
- Cingel, D. P., & Olsen, M. K. (2018). Getting over the hump: Examining curvilinear relationships between adolescent self-esteem and Facebook use. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 62(2), 215-231.
- Clarke, Victoria & Braun, Virginia. (2013). *Successful Qualitative Research: A Practical Guide for Beginners*.
- Csikszentmihalyi, M., & Seligman, M. (2000). Positive psychology. *American Psychologist*, 55(1), 5-14.
- Cummins, R. A., & Lau, A. L. (2005). *Personal Wellbeing Index–School Children. Melbourne: School of Psychology, Deakin University*.
- Diener, E., Suh, E., & Oishi, S. (1997). Recent findings on subjective well-being. *Indian journal of clinical psychology*, 24, 25-41.
- Diener, E. & Lucas, R. E. (2000). Explaining differences in societal levels of happiness: Relative standards, need fulfilment, culture and evaluation theory. *Journal of Happiness Studies*, 1(1), 41–78. <http://dx.doi.org/10.1023/A:1010076127199>
- Diener, E., & Seligman, M. E. P. (2002). Very Happy People. *Psychological Science*, 13(1), 81–84. <https://doi.org/10.1111/1467-9280.0041>
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual review of psychology*, 54(1), 403-425.
- Diener, E. Guidelines for National Indicators of Subjective Well-Being and Ill-Being. *Applied Research Quality Life* 1, 151–157 (2006). <https://doi.org/10.1007/s11482-006-9007-x>
- Diener E. (2009) Subjective Well-Being. In: Diener E. (eds) *The Science of Well-Being. Social Indicators Research Series*, vol 37. Springer, Dordrecht. https://doi.org/10.1007/978-90-481-2350-6_2
- Diener, E., & Ryan, K. (2009). Subjective well-being: A general overview. *South African Journal of Psychology*, 39(4), 391–406. <https://doi.org/10.1177/008124630903900402>
- Diener, Ed & Chan, Micaela. (2011). Happy People Live Longer: Subjective Well-Being Contributes to Health and Longevity. *Applied Psychology: Health and Well-Being*. 3. 1 - 43. [10.1111/j.1758-0854.2010.01045.x](https://doi.org/10.1111/j.1758-0854.2010.01045.x).

- Diener, E. (2012). New findings and future directions for subjective well-being research. *American Psychologist*, 67(8), 590–597. <https://doi.org/10.1037/a29541>
- Diener, E., Pressman, S. D., Hunter, J., & Delgado-García, D. (2017). If, Why, and When Subjective Well-Being Influences Health, and Future Needed Research. *Applied Psychology: Health and Well-being*, 9(2), 133–167. <https://doi.org/10.1111/aphw.12090>
- Dhir, A., Yossatorn, Y., Kaur, P., & Chen, S. (2018). Online social media fatigue and psychological wellbeing—A study of compulsive use, fear of missing out, fatigue, anxiety and depression. *International Journal of Information Management*, 40, 141-152.
- Duarte, A. B. S. (2007). Grupo focal online e offline como técnica de coleta de dados. *Informação & Sociedade: estudos. João Pessoa*, v. 17, n. 1, pp. 81-95.
- Facebook: www.facebook.com
- Fardouly, J., Magson, N. R., Rapee, R. M., Johnco, C. J., & Oar, E. L. (2020). The use of social media by Australian preadolescents and its links with mental health. *Journal of clinical psychology*, 76(7), 1304-1326.
- Faria, L., & Fontaine, A. M. (1990). Avaliação do conceito de si próprio de adolescentes: Adaptação do SDQ I de Marsh à população portuguesa.
- Faria de, A. M., Oliveira- Júnior, M. M. (2019). Grupos De Foco On-line Assíncronos: Uma Breve Reflexão Sobre Sua Aplicação. *E&G Economia e Gestão*. Belo Horizonte, v. 19, n. 54.
- Figuer, C. & Cerrato, M. S & Bertran, I. (2010). Cambios en las Relaciones y Satisfacciones Intergeneracionales Asociados al Uso de las TICs. *Intervención Psicosocial*. 19. [10.5093/in2010v19n1a5](https://doi.org/10.5093/in2010v19n1a5).
- Freire, T., & Tavares, D. (2011). Influência da autoestima, da regulação emocional e do gênero no bem-estar subjetivo e psicológico de adolescentes. *Archives of Clinical Psychiatry (São Paulo)*, 38, 184-188
- Frison, E., & Eggermont, S. (2015). The impact of daily stress on adolescents' depressed mood: The role of social support seeking through Facebook. *Computers in Human Behavior*, 44, 315-325.
- Frison, E., & Eggermont, S. (2017). Browsing, posting, and liking on Instagram: The reciprocal relationships between different types of Instagram use and adolescents'

- depressed mood. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 20(10), 603-609.
- Fonseca Martins, Denise da, & Farias Oliveira Nunes, Maiana, & Porto Noronha, Ana Paula (2008). Satisfação com a imagem corporal e autoconceito em adolescentes. *Psicologia: Teoria e Prática*, 10(2),94-105.
- .Fullwood, C., James, B. M., & Chen-Wilson, C. H. (2016). Self-concept clarity and online self-presentation in adolescents. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 19(12), 716-720.
- García, J. F., Musitu, G., & Veiga, F. (2006). Autoconceito en adultos de España y Portugal [Self-concept in adults from Spain and Portugal]. *Psicothema*, 18(3), 551–556.
- García, J. F., Musitu, G., Riquelme, E., & Riquelme, F. (2011). A confirmatory factor analysis of the “Autoconceito Forma 5” questionnaire in young adults from Spain and Chile. *The Spanish Journal of Psychology*, 14(2), 648-658.
- García, F., Gracia, E., & Zeleznova, A. (2013). Validation of the english version of the Five-Factor Self-Concept Questionnaire. *Psicothema*, 25(4), 549-555. doi: 10.7334
- Giacomoni, C. H., & Hutz, C. S. (2008). Escala multidimensional de satisfação de vida para crianças: estudos de construção e validação. *Estudos de psicologia (Campinas)*, 25, 25-35.
- Gioia, F., Griffiths, M. D., & Boursier, V. (2020). Adolescents’ body shame and social networking sites: The mediating effect of body image control in photos. *Sex Roles*, 83(11), 773-785.
- Graff, M., & Czarnomska, O. (2019). Can time spent on social media affect thin-ideal internalisation, objectified body consciousness and exercise motivation in women?. *Psychreg Journal of Psychology*, 3(3), 28-39.
- Griffiths, M. D., & Balakrishnan, J. (2018). The psychosocial impact of excessive selfie-taking in youth: A brief overview. *Education and health*, 36(1), 3-6.
- Goodyear, V. A., Armour, K. M., & Wood, H. (2018). Young people and their engagement with health-related social media: New perspectives. *Sport, education and society*.
- Gondim, S. M. G. (2002). Grupos focais como técnica de investigação qualitativa: desafios metodológicos. *Paidéia*. Ribeirão Preto, v. 12, n. 24, p. 149-161.
- Guareschi, P. (2010). Grupos focais em psicologia comunitária. In SARRIERA, Jorge Castellá; SAFORCADA, Enrique (Org.). *Introdução à Psicologia Comunitária: Bases teóricas e metodológicas*. Porto Alegre: Sulina. p. 188-204.

- Haferkamp, N. & Krämer, N.C. (2011). Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking. 309-314. <http://doi.org/10.1089/cyber.2010.0120>
- Harter, S. (2006). The Development of Self-Esteem. In M. H. Kernis (Ed.), *Self-esteem issues and answers: A sourcebook of current perspectives* (pp. 144–150). Psychology Press.
- Hasse, C. S., & Paradiso, Â. C. (2017). Intervention on Self-Concept: A Path to Promoting Subjective Wellbeing. In *Psychosocial Well-being of Children and Adolescents in Latin America* (pp. 319-339). Springer, Cham
- Huang, H., & Leung, L. (2009). Instant messaging addiction among teenagers in China: shyness, alienation, and academic performance decrement. *Cyberpsychology & behavior : the impact of the Internet, multimedia and virtual reality on behavior and society*, 12(6), 675–679. <https://doi.org/10.1089/cpb.2009.0060>
- Huang, C. (2017). Time spent on social network sites and psychological well-being: A meta-analysis. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 20(6), 346-354.
- Hendriks, H., van den Putte, B., & Gebhardt, W. A. (2018). Alcoholposts on social networking sites: the alcoholpost-typology. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 21(7), 463-467.
- Instagram: www.instagram.com
- Ivie, E. J., Pettitt, A., Moses, L. J., & Allen, N. B. (2020). A meta-analysis of the association between adolescent social media use and depressive symptoms. *Journal of affective disorders*, 275, 165-174.
- Jacobsen, W. C., & Forste, R. (2011). The wired generation: academic and social outcomes of electronic media use among university students. *Cyberpsychology, behavior and social networking*, 14(5), 275–280. <https://doi.org/10.1089/cyber.2010.0135>
- Ji, Y., Wang, G. J., Zhang, Q., & Zhu, Z. H. (2014). Online social networking behaviors among Chinese younger and older adolescent: The influences of age, gender, personality, and attachment styles. *Computers in Human Behavior*, 41, 393-402.
- Junco, R., & Cotten, S. R. (2012). No A 4 U: The relationship between multitasking and academic performance. *Computers & Education*, 59(2), 505–514. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2011.12.023>
- Keles, B., McCrae, N., & Grealish, A. (2020). A systematic review: The influence of social media on depression, anxiety and psychological distress in adolescents. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 79–93. <https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1590851>

- Kleemans, M., Daalmans, S., Carbaat, I., & Anschutz, D. (2018). Picture perfect: The direct effect of manipulated Instagram photos on body image in adolescent girls. *Media Psychology, 21*(1), 93-110.
- Krayer, A., Ingledew, D. K., & Iphofen, R. (2008). Social comparison and body image in adolescence: a grounded theory approach. *Health education research, 23*(5), 892–903. <https://doi.org/10.1093/her/cym076>
- Kirschner, P. A., & Karpinski, A. C. (2010). Facebook® and academic performance. *Computers in human behavior, 26*(6), 1237-1245.
- Košir, K., Horvat, M., Aram, U., Jurinec, N., & Tement, S. (2016). Does being on Facebook make me (feel) accepted in the classroom? The relationships between early adolescents' Facebook usage, classroom peer acceptance and self-concept. *Computers in Human Behavior, 62*, 375-384.
- Lee, H. Y., Jamieson, J. P., Reis, H. T., Beevers, C. G., Josephs, R. A., Mullarkey, M. C., ... & Yeager, D. S. (2020). Getting fewer “Likes” than others on social media elicits emotional distress among victimized adolescents. *Child development, 91*(6), 2141-2159.
- Lemes, D. C. M., Câmara, S. G., Alves, G. G., & Aerts, D. (2018). Satisfação com a imagem corporal e bem-estar subjetivo entre adolescentes escolares do ensino fundamental da rede pública estadual de Canoas/RS, Brasil. *Ciência & Saúde Coletiva, 23*, 4289-4298.
- Lira, A. G., Ganen, A. D. P., Lodi, A. S., & Alvarenga, M. D. S. (2017). Uso de redes sociais, influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria, 66*, 164-171.
- Lin, C. Y., Broström, A., Griffiths, M. D., & Pakpour, A. H. (2020). Investigating mediated effects of fear of COVID-19 and COVID-19 misunderstanding in the association between problematic social media use, psychological distress, and insomnia. *Internet Interventions, 21*, 100345.
- Livingstone, Sonia. (2004). What is media literacy?. *Intermedia*. 32.
- Livingstone, Sonia & Helsper, Ellen. (2007). Gradations in digital inclusion: Children, young people and the digital divide. *New Media and Society*. 9. 10.1177/1461444807080335.
- .Livingstone, S.; & Brake, D. R. (2010) On the rapid rise of social networking sites: new findings and policy implications. *Children & society, 24* (1). pp. 75-83. ISSN 0951-0605 DOI: [10.1111/j.1099-0860.2009.00243.x](https://doi.org/10.1111/j.1099-0860.2009.00243.x)

- Livingstone, S.; & Haddon, L.; Goerzig, A. & Ólafsson, K. (2011). Risks and Safety on the Internet: The Perspective of European Children. Full FINDINGS.
- Lyubomirsky, S., King, L. A. and Diener, E. 2005. The benefits of frequent positive affect: Does happiness lead to success?. *Psychological Bulletin*, 131: 803–855.
- Ma, C. M. (2018). A latent profile analysis of internet use and its association with psychological well-being outcomes among Hong Kong Chinese early adolescents. *Applied Research in Quality of Life*, 13(3), 727-743.
- Malo, S., González, M., Casas, F., Viñas, F., Gras, M. E., & Bataller, S. (2014). Adaptación al catalán. Em F. García, & G. Musitu, G. (Eds.), Manual Af-5. Autoconcepto forma 5 (pp. 69-96). TEA ediciones: Madrid.
- Marengo, D., Longobardi, C., Fabris, M. A., & Settanni, M. (2018). Highly-visual social media and internalizing symptoms in adolescence: The mediating role of body image concerns. *Computers in Human Behavior*, 82, 63-69.
- Marwick, A. E., & Boyd, D. (2011). I tweet honestly, I tweet passionately: Twitter users, context collapse, and the imagined audience. *New Media & Society*, 13(1), 114–133. <https://doi.org/10.1177/1461444810365313>
- McCrory, A., Best, P., & Maddock, A. (2020). The relationship between highly visual social media and young people’s mental health: A scoping review. *Children and Youth Services Review*, 115, 105053.
- McDougall, M. A., Walsh, M., Wattier, K., Knigge, R., Miller, L., Stevermer, M., & Fogas, B. S. (2016). The effect of social networking sites on the relationship between perceived social support and depression. *Psychiatry research*, 246, 223-229.
- McLean, S. A., Jarman, H. K., & Rodgers, R. F. (2019). How do “selfies” impact adolescents' well-being and body confidence? A narrative review. *Psychology research and behavior management*, 12, 513.
- Metzler, A., & Scheithauer, H. (2015). Adolescent self-presentation on Facebook and its impact on self-esteem. *International Journal of Developmental Science*, 9(3, 4), 135-145.
- Metzler, A., & Scheithauer, H. (2017). The long-term benefits of positive self-presentation via profile pictures, number of friends and the initiation of relationships on Facebook for adolescents’ self-esteem and the initiation of offline relationships. *Frontiers in psychology*, 8, 1981.

- Melioli, T., Rodgers, R. F., Rodrigues, M., & Chabrol, H. (2015). The role of body image in the relationship between Internet use and bulimic symptoms: Three theoretical frameworks. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, *18*(11), 682-686.
- Montserrat, C., Dinisman, T., Bălătescu, S., Grigoraș, B. A., & Casas, F. (2015). The effect of critical changes and gender on adolescents' subjective well-being: Comparisons across 8 countries. *Child Indicators Research*, *8*(1), 111-131.
- Montserrat, C., Casas, F., & Moura, J. F. (2015). Children's subjective well-being in disadvantaged situations. In *Theoretical and empirical insights into child and family poverty* (pp. 111-126). Springer, Cham.
- Morgan, D. L (1997). *Focus group as qualitative research*. Londres: Sage.
- Murillo, A. C. G., & Puerta-Cortés, D. X. (2020). Relación entre el uso adictivo de Facebook y el autoconcepto en estudiantes colombianos. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, (59), 27-44.
- Myers, D. G., Diener E. (1995) Who Is Happy? *Psychological Science*, *6*(1):10-19. doi:10.1111/j.1467-9280.1995.tb00298.
- Myers, T. A., & Crowther, J. H. (2009). Social comparison as a predictor of body dissatisfaction: A meta-analytic review. *Journal of Abnormal Psychology*, *118*, 683–698. <http://dx.doi.org/10.1037/a0016763>
- Navarro, D. (2011). La participació social dels adolescents en el context escolar: Estudi psicosocial d'una experiència participativa. Doctoral thesis: University of Girona, Girona.
- Navarro, D., Montserrat, C., Malo, S., González, M., Casas, F., & Crous, G. (2017). Subjective well-being: What do adolescents say? *Child & Family Social Work*, *22*(1), 175–184. <https://doi.org/10.1111/cfs.12215>
- Naveed, N, Gottron, T, Kunegis, J. (2011) Bad news travel fast: a content-based analysis of interestingness on Twitter. In: Proceedings of the 3rd international web science conference, Koblenz, 15–17 June, pp. 1–7. New York: ACM.
- Pallas, A. M., Entwisle, D. R., Alexander, K. L., & Weinstein, P. (1990). Social structure and the development of self-esteem in young children. *Social Psychology Quarterly*, *53*(4), 302-315
- Park, J., Lee, D. S., Shablack, H., Verduyn, P., Deldin, P., Ybarra, O., Jonides, J., & Kross, E. (2016). When perceptions defy reality: The relationships between depression and

- actual and perceived Facebook social support. *Journal of affective disorders*, 200, 37–44. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2016.01.048>
- Pittman, M., & Reich, B. (2016). Social media and loneliness: Why an Instagram picture may be worth more than a thousand Twitter words. *Computers in Human Behavior*, 62, 155-167.
- Pérez-Tellez, F., Cardiff, J., Rosso, P., & Pinto, D. (2015). Disambiguating company names in microblog text using clustering for online reputation management. *Revista Signos*, 48(87), 54-76.
- Plowman, L., Stevenson, O., McPake, J., Stephen, C., & Adey, C. (2011). Parents, pre-schoolers and learning with technology at home: some implications for policy. *Journal of Computer Assisted Learning*, 27(4), 361-371.
- Reagle, J. 2015. *Reading the Comments: Likers, Haters, and Manipulators at the Bottom of the Web*. Cambridge: MIT Press
- Rohrer, J.; Richter, D.; Brümmer, M.; Wagner, G. & Schmukle, Stefan. (2018). Successfully Striving for Happiness: Socially Engaged Pursuits Predict Increases in Life Satisfaction. *Psychological Science*. 29. 095679761876166. 10.1177/0956797618761660.
- Rosenberg, M. (1965). Rosenberg self-esteem scale (RSE). *Acceptance and commitment therapy. Measures package*, 61(52), 18.
- Sass, E. (2014). Social media fueling women’s body image issues. *Mediapost*.
- Saforcada, E. (2018). *Psicologia Comunitária. El enfoque ecológicocontextualista de James G. Kelly*. (1. ed.) Buenos Aires: Nuevos Tiempos.
- Sarriera, J. C. (2010) O paradigma ecológico em Psicologia Comunitária: do contexto à complexidade. In: Sarriera, J.C. e Saforcada, E. (Eds.). *Introdução à Psicologia Comunitária: bases teóricas e metodológicas* (pp. 27-48). Porto Alegre: Editora Sulina.
- Sarriera, J. C., Schutz, F. F., Galli, F., Bedin, L. M., Strelhow, M. R. W., & Calza, T. Z. (2014). *Bem-estar na Infância e Fatores Psicossociais Associados*. (1. Ed). Porto Alegre: Concórdia. ISBN: 857731129-3.
- Sarriera, J. C., Casas, F., Bedin, L., Cruz, D., Strelhow, M. R., Gross-manos, D., Giger, J. (2015). Material Resources and Children’s Subjective WellBeing in Eight Countries. *Child Indicators Research*, 8, 199-209.

- Sarriera, J. C. & Bedin, L. M. (2017). Psychosocial Well-being of Children and Adolescents in Latin America: Evidence-based Interventions. *Children's Well-Being: Indicators and Research: Series 16*, Springer. ISBN 978-3-319-55600-0 86
- Satici, S. A., & Uysal, R. (2015). Well-being and problematic Facebook use. *Computers in Human Behavior*, 49, 185-190.
- Schiavoni, A., & Martinelli, S. (2017). O autoconceito de estudantes aceitos e rejeitados no contexto escolar. *Psicologia Argumento*, 30(69).
- Shah, J., Das, P., Muthiah, N., & Milanaik, R. (2019). New age technology and social media: adolescent psychosocial implications and the need for protective measures. *Current opinion in pediatrics*, 31(1), 148-156.
- Shavelson, R.; Hubner, J. & Stanton, G.(1976). Self-Concept: Validation of Construct Interpretations. *Review of Educational Research*. 46. 407-441. 10.3102/00346543046003407.
- Sherman, L. E., Greenfield, P. M., Hernandez, L. M., & Dapretto, M. (2018). Peer influence via instagram: effects on brain and behavior in adolescence and young adulthood. *Child development*, 89(1), 37-47.
- Sheldon, P, Bryant, K (2016) Instagram: motives for its use and relationship to narcissism and contextual age. *Computers in Human Behavior* 58(1): 89–97.
- Silva, D. (2016). *Relações entre bem-estar subjetivo, religiosidade e relacionamentos interpessoais na adolescência*. Dissertação de mestrado. Universidade Federal do Rio Grande do Sul, RS, Brasil,
- Sisto, F. F., & de Cássia Martinelli, S. (2004). Estudo preliminar para a construção da escala de autoconceito infanto-juvenil (EAC-IJ). *Interação em Psicologia*, 8(2).
- Slater, A., & Tiggemann, M. (2015). Media exposure, extracurricular activities, and appearance-related comments as predictors of female adolescents' self-objectification. *Psychology of Women Quarterly*, 39(3), 375-389.
- Somayyeh, N. & Ezhar, T. (2017). "The Relationship Between Emotional Dependence on Facebook and Psychological Well-Being in Adolescents Aged 13–16," *Child Indicators Research*, Springer;The International Society of Child Indicators (ISCI), vol. 10(4), pages 1095-1106.
- Strahan, E. J., Wilson, A. E., Cressman, K. E., & Buote, V. M. (2006). Comparing to perfection: How cultural norms for appearance affect social comparisons and self-image. *Body Image*, 3(3), 211–227. doi:10.1016/j.bodyim.2006.07.004

- Sturdevant, M., & Spear, B. (2002). Adolescent psychosocial development. *Journal of the American Dietetic Association*, 102, 30–31. doi:10.1016/S0002-8223(02)90419-
- Tay L., Kuykendall L., Diener E. (2015) Satisfaction and Happiness – The Bright Side of Quality of Life. In: Glatzer W., Camfield L., Møller V., Rojas M. (eds) *Global Handbook of Quality of Life. International Handbooks of Quality-of-Life*. Springer, Dordrecht. https://doi.org/10.1007/978-94-017-9178-6_39
- Tiggemann, M., & Slater, A. (2013). NetGirls: The Internet, Facebook, and body image concern in adolescent girls. *International Journal of Eating Disorders*, 46, 630–634. doi:10.1002/eat.22141
- Tomczyk, L., & Selmanagic-Lizde, E. (2018). Fear of Missing Out (FOMO) among youth in Bosnia and Herzegovina—Scale and selected mechanisms. *Children and Youth Services Review*, 88, 541-549
- Trad, L.B (2009). Grupos focais: conceitos, procedimentos e reflexões baseadas em experiências com o uso da técnica em pesquisas de saúde. *Physis*. Rio de Janeiro, v. 19, n. 3, p. 777-796.
- Timeo, S., Riva, P., & Paladino, M. P. (2020). Being liked or not being liked: A study on social-media exclusion in a preadolescent population. *Journal of adolescence*, 80, 173-181.
- Timeo, S., Riva, P., & Paladino, M. P. (2020). Being liked or not being liked: A study on social-media exclusion in a preadolescent population. *Journal of adolescence*, 80, 173-181.
- TikTok: www.tiktok.com
- Twitter: www.twitter.com
- Vandenbosch, L., Eggermont, S. The Role of Mass Media in Adolescents' Sexual Behaviors: Exploring the Explanatory Value of the Three-Step Self-Objectification Process. *Arch Sex Behav* 44, 729–742 (2015). <https://doi.org/10.1007/s10508-014-0292-4>
- Vannucci, A., & Ohannessian, C. M. (2019). Social media use subgroups differentially predict psychosocial well-being during early adolescence. *Journal of youth and adolescence*, 48(8), 1469-1493.
- Valkenburg, P. M., Peter, J., & Schouten, A. P. (2006). Friend networking sites and their relationship to adolescents' well-being and social self-esteem. *CyberPsychology & behavior*, 9(5), 584-590.

- Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2007). Preadolescents' and adolescents' online communication and their closeness to friends. *Developmental Psychology, 43*(2), 267–277. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.43.2.267>
- Veltro, F., Ialenti, V., Iannone, C., Bonanni, E., & Morales García, M. A. (2015). Promoting the psychological well-being of Italian youth: A pilot study of a high school mental health program. *Health promotion practice, 16*(2), 169-175.
- Vermeulen, A., Vandebosch, H., & Heirman, W. (2018). # Smiling,# venting, or both? Adolescents' social sharing of emotions on social media. *Computers in Human Behavior, 84*, 211-219.
- Yi-Frazier, J. P., Cochrane, K., Mitrovich, C., Pascual, M., Buscaino, E., Eaton, L., ... & Malik, F. (2015). Using Instagram as a modified application of photovoice for storytelling and sharing in adolescents with type 1 diabetes. *Qualitative health research, 25*(10), 1372-1382.
- Yin, L., Wang, P., Nie, J., Guo, J., Feng, J., & Lei, L. (2019). Social networking sites addiction and FoMO: the mediating role of envy and the moderating role of need to belong. *Current Psychology, 1-9*.
- Yau, J. C., & Reich, S. M. (2019). “It's Just a Lot of Work”: Adolescents' Self-Presentation Norms and Practices on Facebook and Instagram. *Journal of research on adolescence, 29*(1), 196-209.
- Yurdagül, C., Kircaburun, K., Emirtekin, E., Wang, P., & Griffiths, M. D. (2019). Psychopathological consequences related to problematic Instagram use among adolescents: The mediating role of body image dissatisfaction and moderating role of gender. *International Journal of Mental Health and Addiction*.
- Weinstein, E. (2017). Adolescents' differential responses to social media browsing: Exploring causes and consequences for intervention. *Computers in Human Behavior, 76*, 396-405.
- Wang, K., Frison, E., Eggermont, S., & Vandebosch, L. (2018). Active public Facebook use and adolescents' feelings of loneliness: Evidence for a curvilinear relationship. *Journal of adolescence, 67*, 35–44. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2018.05.008>
- Waterloo, S. F., Baumgartner, S. E., Peter, J., & Valkenburg, P. M. (2018). Norms of online expressions of emotion: Comparing Facebook, Twitter, Instagram, and WhatsApp. *new media & society, 20*(5), 1813-1831.

- Webster, D., Dunne, L., & Hunter, R. (2021). Association between social networks and subjective well-being in adolescents: a systematic review. *Youth & Society*, 53(2), 175-210.
- Weber, M., Ruch, W., Littman-Ovadia, H., Lavy, S., & Gai, O. (2013). Relationships among higher-order strengths factors, subjective well-being, and general self-efficacy—The case of Israeli adolescents. *Personality and Individual Differences*, 55(3), 322-327.
- Weinstein, E. (2017). Adolescents' differential responses to social media browsing: Exploring causes and consequences for intervention. *Computers in Human Behavior*, 76, 396-405.
- Wilksch, S. M., O'Shea, A., Ho, P., Byrne, S., & Wade, T. D. (2020). The relationship between social media use and disordered eating in young adolescents. *International Journal of Eating Disorders*, 53(1), 96-106.
- Wu, Y., Wang, X., Hong, S., Hong, M., Pei, M., & Su, Y. (2021). The relationship between social short-form videos and youth's well-being: It depends on usage types and content categories. *Psychology of Popular Media*.
- Winter, J. (2013). Selfie-loathing. Instagram is even more depressing than Facebook. Here's why. Slate.

ANEXOS

Anexo A - Lista de artigos da revisão sistemática

Ordem	Referência	País	Objetivos	Principais resultados
1	Metzler, A., & Scheithauer, H (2015). Adolescent self-presentation on Facebook and its impact on self-esteem. <i>International Journal of Developmental Science</i> , 9(3, 4),135-145.	Alemanha	Investigar, usando uma abordagem multi-método transversal, se os adolescentes se apresentam de acordo com seu autoconceito no Facebook, usando uma perspectiva multidimensional de autoconceito, e se uma auto-apresentação congruente está associada à autoestima.	A autoapresentação geral dos adolescentes no Facebook reflete suas facetas de autoconceito relatadas. As evidências também sugerem que existe uma associação positiva entre a apresentação congruente dos adolescentes e a autoestima.
2	Yi-Frazier, J. P., Cochrane, K., Mitrovich, C., Pascual, M., Buscaino, E., Eaton, L., ... & Malik, F. (2015). Using Instagram as a modified application of photovoice for storytelling and sharing in adolescents with type 1 diabetes. <i>Qualitative health research</i> , 25(10), 1372-1382.	Estados Unidos	Explorar a viabilidade de usar um aplicativo de celular de compartilhamento de fotos, Instagram, para cumprir os princípios da Photovoice.	As fotos compartilhadas tinham maior probabilidade de se enquadrar nas categorias de cuidados com o diabetes, humor ou comida. Participantes engajados relataram universalmente que o projeto foi uma experiência positiva; no entanto, havia fatores tecnológicos e pessoais a serem considerados para implementação generalizada.
3	Fullwood, C., James, B. M., & Chen-Wilson, C. H. (2016). Self-concept clarity and online self-presentation in adolescents. <i>Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking</i> , 19(12), 716-720.	Inglaterra	O objetivo principal deste estudo foi testar a hipótese de que a clareza do autoconceito estaria associada à inclinação dos adolescentes para experimentar a autoapresentação online.	Adolescentes com senso de self menos estável relataram experimentar a autoapresentação online com mais regularidade, apresentando uma versão idealizada de self e uma preferência por se apresentar online. Adolescentes com autoconceito mais estável relataram apresentar um self online mais condizente com sua autoapresentação offline. Os adolescentes mais jovens eram mais propensos a apresentar um self inconsistente, enquanto os adolescentes mais velhos se apresentavam de forma mais consistente em diferentes contextos de comunicação. Finalmente, adolescentes que passavam mais tempo no Facebook e tinham menos amigos no Facebook eram mais propensos a apresentar várias versões de si mesmos enquanto estavam online..
4	Ridgway, J. L., & Clayton, R. B. (2016). Instagram unfiltered: Exploring associations of body image satisfaction, Instagram #selfie posting, and negative romantic relationship outcomes. <i>Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking</i> , 19(1), 2-7.4	Estados Unidos	O presente estudo investigou os papéis mediadores de suporte social e autoestima entre o uso ativo de sites de redes sociais e a solidão.	A análise da modelagem de equações estruturais de variáveis latentes indicou que: (a) o uso ativo de sites de redes sociais foi negativamente associado à solidão; (b) o suporte social e a autoestima poderiam mediar significativamente a relação entre o uso de sites de redes sociais ativos e a solidão, que continha dois caminhos mediadores: o simples efeito mediador do suporte social e os efeitos mediadores sequenciais do suporte social e autoestima. Esses resultados coincidem com pesquisas anteriores e os estendem examinando os efeitos de como os indivíduos usam as mídias sociais. Nossa compreensão de como o uso das mídias sociais ajuda a reduzir o sentimento de solidão, bem como os programas de intervenção que visam reduzir a solidão, podem se beneficiar com esses achados
	Lira, A. G., Ganen, A. D. P., Lodi, A. S., & Alvarenga, M. D. S. (2017). Uso		Avaliar relações entre a influência da mídia e o uso de redes sociais na imagem corporal (IC) de adolescentes do sexo feminino.	Participaram 212 meninas (14,8; DP 1,69 anos), sendo a maioria eutrófica (65,1%), pertencentes às classes sociais D e E, com

5	de redes sociais, influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras. <i>Jorn</i>	Brasil		escolaridade materna correspondente ao ensino médio completo; 85,8% estavam insatisfeitas com a IC; a maioria desejava uma silhueta menor. As meninas que escolheram figuras menores como desejadas apresentaram valores superiores na SATAQ-3 ($p < 0,001$). O acesso diário maior de 10 vezes ao dia ao Facebook e Instagram aumentou a chance de insatisfação em 6,57 e 4,47 vezes.
6	Metzler, A., & Scheithauer, H. (2017). The long-term benefits of positive self-presentation via profile pictures, number of friends and the initiation of relationships on Facebook for adolescents' self-esteem and the initiation of offline relationships. <i>Frontiers in psychology</i> , 8, 1981.	Alemanha	Examinar o impacto da autoapresentação positiva, número de amigos e o início de relacionamentos online no Facebook sobre a autoestima de adolescentes e o início de relacionamentos offline, bem como o papel mediador do feedback positivo.	A auto-apresentação positiva dos adolescentes e o número de amigos estão relacionados a uma maior frequência de recebimento de feedback positivo, o que, por sua vez, está negativamente associado à autoestima. No entanto, o número de amigos no Facebook teve um impacto positivo na autoestima, e o início de relacionamentos online influenciou positivamente o início de relacionamentos offline ao longo do tempo, demonstrando que o Facebook pode ser um campo de treinamento para aumentar as habilidades sociais dos adolescentes.
7	Huang, C. (2017). Time spent on social network sites and psychological well-being: A meta-analysis. <i>Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking</i> , 20(6), 346-354.	Taiwan	Examina a relação entre o tempo gasto em sites de redes sociais e fatores de bem-estar, auto-estima, satisfação com a vida, solidão e depressão.	A correlação média entre o tempo gasto em sites de redes sociais e o bem-estar foi baixa em $r = -0,07$. As correlações entre o tempo gasto em sites de redes sociais e indicadores positivos (autoestima e satisfação com a vida) foram próximas a 0, enquanto aquelas entre o tempo gasto em sites de redes sociais e indicadores negativos (depressão e solidão) foram fracas.
8	Weinstein, E. (2017). Adolescents' differential responses to social media browsing: Exploring causes and consequences for intervention. <i>Computers in Human Behavior</i> , 76, 396-405.	Estados Unidos	O presente estudo examinou sistematicamente o papel das comparações negativas na relação entre a navegação no Instagram e o bem-estar afetivo imediatamente após a navegação	Independentemente da condição de navegação, os adolescentes que relataram níveis mais elevados de comparação social negativa tiveram um efeito pós-navegação significativamente pior do que os pares que relataram uma comparação menos negativa com os estímulos. Nenhum efeito principal da condição de navegação foi encontrado. No entanto, a condição de navegação moderou a relação entre comparação social e bem-estar afetivo: as intervenções reduziram o efeito negativo pós-navegação para aqueles em níveis mais elevados de comparação negativa. Os resultados sugerem respostas diferenciais tanto para navegação social quanto para intervenções em mídia social.
9	Frison, E., & Eggermont, S. (2017). Browsing, posting, and liking on Instagram: The reciprocal relationships between different types of Instagram use and adolescents' depressed mood. <i>Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking</i> , 20(10), 603-609.	Bélgica	Investigar as relações recíprocas entre os diferentes tipos de uso do Instagram e o humor deprimido. Dados de autorrelato de 671 usuários adolescentes do Instagram (61% meninas; M _{Age} = 14,96; SD = 1,29) foram usados para examinar nossa questão de pesquisa e testar nossas hipóteses.	A navegação no Instagram no Tempo 1 estava relacionada a aumentos no humor deprimido dos adolescentes no Tempo 2. Além disso, o humor deprimido dos adolescentes no Tempo 1 estava relacionado a aumentos nas postagens no Instagram no Tempo 2. Essas relações eram semelhantes entre os meninos e meninas.
10	Goodyear, V. A., Armour, K. M., & Wood, H. (2018). Young people and their engagement with health-related social media: New perspectives. <i>Sport, education and society</i> .	Inglaterra	Este artigo apresenta novas evidências sobre o envolvimento de jovens com as mídias sociais e as influências que eles relatam em seus comportamentos relacionados à saúde. A pesquisa foi realizada com 1.296 jovens (13-18 anos) usando um desenho de métodos mistos participativos.	Os jovens acessaram e usaram uma série de informações relacionadas à saúde sobre transformações corporais, suplementos dietéticos / nutricionais ou receitas e treinos / exercícios, embora de maneiras diferentes. Além disso, os jovens identificaram cinco formas de conteúdo que influenciaram seus entendimentos e comportamentos: (i) conteúdo de origem automática; (ii) conteúdo sugerido ou recomendado; (iii)

				conteúdo de pares; (iv) com likes; (v) conteúdo confiável. As descobertas também sugerem que adultos relevantes podem reduzir o risco e perceber mais os impactos positivos das mídias sociais para os jovens, concentrando-se no conteúdo e nas formas como o conteúdo é moldado na interação entre as funcionalidades interativas da mídia social (por exemplo, gostos e seguidores) e usos sociais das redes sociais por jovens (por exemplo, amigos, informações)
11	Cingel, D. P., & Olsen, M. K. (2018). Getting over the hump: Examining curvilinear relationships between adolescent self-esteem and Facebook use. <i>Journal of Broadcasting & Electronic Media</i> , 62(2), 215-231.	Holanda	Testar a existência de uma relação curvilínea através da teoria da autoafirmação entre a autoestima e o uso de sites de redes sociais	Os dados de uma pesquisa com 337 adolescentes holandeses (idades 12-18) sugerem uma relação curvilínea entre a autoestima e o uso do Facebook. Em relação aos níveis mais altos e mais baixos de auto-estima, os níveis moderados de auto-estima correspondem aos níveis mais altos de uso do Facebook e atividades específicas, como contribuições sociais baseadas em texto e visuais. Os resultados esclarecem nossa compreensão das relações entre a variável de bem-estar, autoestima e uso de sites de redes sociais.
12	Kleemans, M., Daalmans, S., Carbaat, I., & Anschutz, D. (2018). Picture perfect: The direct effect of manipulated Instagram photos on body image in adolescent girls. <i>Media Psychology</i> , 21(1), 93-110.	Holanda	Este estudo investiga o efeito de fotos manipuladas do Instagram na imagem corporal de meninas adolescentes e se a tendência de comparação social modera essa relação.	Os resultados mostraram que a exposição a fotos manipuladas do Instagram levou diretamente a uma imagem corporal negativa. Especialmente, as meninas com tendências de comparação social mais altas foram afetadas negativamente pela exposição às fotos manipuladas. Curiosamente, as fotos manipuladas foram avaliadas de forma mais positiva do que as fotos originais. Embora o uso de filtros e efeitos tenha sido detectado, a remodelação dos corpos não foi percebida muito bem. Meninas em ambas as condições relataram achar as fotos realistas. Os resultados deste estudo implicaram que a recente preocupação da sociedade com os efeitos das fotos manipuladas nas redes sociais pode ser justificada, especialmente para meninas adolescentes com uma tendência de comparação social mais elevada.
13	Marengo, D., Longobardi, C., Fabris, M. A., & Settanni, M. (2018). Highly-visual social media and internalizing symptoms in adolescence: The mediating role of body image concerns. <i>Computers in Human Behavior</i> , 82, 63-69.	Itália	O presente estudo investigou a associação entre o tempo gasto em HVSM, preocupações com a imagem corporal e sintomas de internalização, em amostra de adolescentes do 6º ao 11º ano no norte da Itália. Os dados para este estudo foram baseados em 523 alunos, 54,2% do sexo feminino; Idade média (DP) = 14,82 (1,52). A regressão linear múltipla foi usada para examinar as associações entre o tempo gasto com a mídia social, preocupações com a imagem corporal e sintomas de internalização.	Os alunos que relataram usar Facebook e HVSM por mais de 2 horas foram 7,1% e 28,9% da amostra. Os alunos que relataram o uso frequente de HVSM (> 2 h / dia) relataram preocupações significativamente maiores com a imagem corporal e sintomas de internalização do que os colegas que relataram não usar HVSM. Além disso, descobrimos que a ligação positiva entre o uso de HVSM e sintomas de internalização a ser mediada por problemas de imagem corporal dos participantes. Esses achados sugerem que adolescentes que relatam alto uso de HVSM podem estar em risco de aumentar as preocupações com a imagem corporal, o que, por sua vez, pode levar a um ajuste psicológico mais pobre.
14	Vermeulen, A., Vandebosch, H., & Heirman, W. (2018). # Smiling,# venting, or both? Adolescents' social sharing of emotions on social media. <i>Computers in Human Behavior</i> , 84, 211-219.	Bélgica	Este estudo investiga a regulação das emoção e uso de recursos de tecnologias, descrevendo se e como os adolescentes usam diferentes plataformas de mídia social (Facebook, Instagram, Snapchat, Twitter, Tumblr, YouTube, 9Gag e blogs) para compartilhamento de emoções e como técnicas , fatores sociais e contextuais influenciam essas práticas..	Entrevistas mostram que os adolescentes compartilham emoções em várias dessas plataformas. Embora as diferentes plataformas tenham recursos semelhantes, suas normas sociais diferem claramente e influenciam o comportamento online dos adolescentes. Os status do Facebook, Instagram e Snapchat são usados principalmente para compartilhar emoções positivas. O Twitter e o Messenger, por outro lado, também são usados para compartilhar emoções negativas, embora por razões diferentes.
15	Waterloo, S. F., Baumgartner,	Holanda	O objetivo principal deste estudo foi examinar as normas de expressão de	As expressões positivas foram geralmente percebidas como mais apropriadas do que

	S. E., Peter, J., & Valkenburg, P. M. (2018). Norms of online expressions of emotion: Comparing Facebook, Twitter, Instagram, and WhatsApp. <i>new media & society, 20(5)</i> , 1813-1831.		emoções nas redes sociais. Especificamente, a adequação percebida (ou seja, normas injuntivas) de expressar seis emoções distintas (ou seja, tristeza, raiva, decepção, preocupação, alegria e orgulho) foi investigada em quatro plataformas de mídia social diferentes	as expressões negativas em todas as plataformas. Em linha com o objetivo do estudo, foram encontradas algumas diferenças de plataforma. A expressão de emoções negativas foi avaliada como mais adequada para o WhatsApp, seguida do Facebook, Twitter e Instagram. Para a expressão de emoções positivas, a percepção de adequação foi maior para o WhatsApp, seguido pelo Instagram, Facebook e Twitter. Além disso, foram encontradas algumas diferenças de gênero, enquanto a idade mostrou poucas variações.
16	Ma, C. M. (2018). A latent profile analysis of internet use and its association with psychological well-being outcomes among Hong Kong Chinese early adolescents. <i>Applied Research in Quality of Life, 13(3)</i> , 727-743.	China	Os objetivos deste estudo foram (a) examinar os padrões de uso da Internet entre os adolescentes de Hong Kong e (b) explorar se tais padrões diferiam em termos de bem-estar psicológico (felicidade, solidão, depressão e desesperança), sensação de busca e percepção de apoio social.	Os resultados sugeriram que havia quatro perfis latentes, e diferentes padrões de uso da Internet foram associados ao bem-estar psicológico, suporte social percebido e busca de sensação. O presente estudo lança luz sobre a importância de considerar a natureza da atividade online e a relação entre o uso da Internet e o bem-estar psicossocial.
17	Sherman, L. E., Greenfield, P. M., Hernandez, L. M., & Dapretto, M. (2018). Peer influence via instagram: effects on brain and behavior in adolescence and young adulthood. <i>Child development, 89(1)</i> , 37-47.	Estados Unidos	O presente estudo examinou o efeito dos likes nas respostas neurais e comportamentais dos jovens às fotos.	Os participantes gostaram com mais frequência de fotos que pareciam ter recebido muitas likes. Fotos populares provocaram maior atividade em várias regiões do cérebro, incluindo o núcleo accumbens, um centro dos circuitos de recompensa do cérebro. Ao visualizar imagens que retratam o risco (em vez de fotos sem risco), alunos do ensino médio, mas não universitários, mostraram diminuição da ativação de regiões neurais implicadas no controle cognitivo.
18	Hendriks, H., van den Putte, B., & Gebhardt, W. A. (2018). Alcoholposts on social networking sites: the alcoholpost-typology. <i>Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 21(7)</i> , 463-467.	Holanda	Este estudo avaliou até que ponto as postagens sobre álcool eram exibidas nos perfis do Facebook e / ou Instagram de jovens e com qual tipo de postagem sobre álcool essas postagens se assemelhavam mais.	Postagens moderadas de álcool (por exemplo, em que álcool estava em segundo plano) eram postadas com mais frequência. Às vezes, postagens de álcool com textos e postagens de álcool comercial também eram exibidos; no entanto, postagens radicais (por exemplo, sobre pessoas bêbadas ou jogos de bebida) eram quase inexistentes. Esses achados confirmam os resultados anteriores de Hendriks et al. que as postagens moderadas são postadas com mais frequência do que as postagens extremas. Isso pode implicar que as associações positivas com o consumo de álcool são mais visíveis nas redes sociais do que as associações negativas, podendo levar a uma subestimação dos riscos relacionados ao álcool.
19	Shah, J., Das, P., Muthiah, N., & Milanaik, R. (2019). New age technology and social media: adolescent psychosocial implications and the	EUA	Esta revisão examina as implicações psicossociais do uso da mídia social nos resultados relacionados à imagem corporal, socialização e desenvolvimento do adolescente. Ele discute as maneiras pelas quais os médicos e pais podem proteger	Embora as plataformas de mídia social continuem a experimentar surtos de popularidade, evidências crescentes sugerem correlações significativas entre seu uso e a saúde mental de adolescentes e problemas comportamentais. O aumento do

	need for protective measures. <i>Current opinion in pediatrics</i> , 31(1), 148-156.		efetivamente seus filhos das ameaças potenciais representadas pela mídia digital, ao mesmo tempo que fornece uma ficha técnica para os pais que aborda essas preocupações e resume as estratégias recomendadas para combatê-las.	uso da mídia social tem sido associado à diminuição da autoestima e da satisfação corporal, aumento do risco de cyber-bullying, aumento da exposição a material pornográfico e comportamentos sexuais de risco.
20	Vannucci, A., & Ohannessian, C. M. (2019). Social media use subgroups differentially predict psychosocial well-being during early adolescence. <i>Journal of youth and adolescence</i> , 48(8), 1469-1493.	Estados Unidos	Identificar subgrupos de adolescentes com base em seu uso de mídia social e examinar se esse uso predizia o bem-estar dos adolescentes.	O subgrupo de alto uso de mídia social previu mais sintomas depressivos, sintomas de transtorno de pânico, comportamentos delinquentes, conflito familiar, bem como menor apoio familiar e de amigos, do que os subgrupos de alto Instagram / Snapchat e baixo uso de mídia social. O subgrupo de alto uso de Instagram / Snapchat previu comportamentos mais delinquentes e evasão escolar do que o subgrupo de baixo uso de mídia social, mas também maior competência de amizade próxima e apoio de amigos em comparação com os subgrupos de alto uso de mídia social e baixo uso de mídia social. Os padrões de uso de mídia social parecem prever diferencialmente o ajuste psicossocial durante o início da adolescência, com o alto uso de mídia social sendo o mais problemático e os padrões de alto uso de Instagram / Snapchat e baixo uso de mídia social tendo distintas compensações de desenvolvimento.
21	Yau, J. C., & Reich, S. M. (2019). "It's Just a Lot of Work": Adolescents' Self-Presentation Norms and Practices on Facebook and Instagram. <i>Journal of research on adolescence</i> , 29(1), 196-209.	Estados Unidos	Exploramos a consciência dos adolescentes (de 12 a 18 anos; n = 51) sobre seu público e as práticas de autoapresentação subsequentes no Facebook e Instagram por meio de discussões em grupos focais.	As descobertas sugerem que os adolescentes, que são capazes de perceber uma situação do ponto de vista da terceira pessoa e que valorizam a aprovação dos colegas, compartilham conteúdo propositalmente para parecerem interessantes, queridos e atraentes. Alguns adolescentes investiram grande esforço em postar de acordo com essas normas, até mesmo pedindo a ajuda de seus amigos; no entanto, isso era mais comum entre as meninas. Essas descobertas sugerem que as habilidades de tomada de perspectiva e a necessidade de aprovação dos colegas influenciam a auto-apresentação online.
22	McLean, S. A., Jarman, H. K., & Rodgers, R. F. (2019). How do "selfies" impact adolescents' well-being and body confidence? A narrative review. <i>Psychology research and behavior management</i> , 12, 513.	Austrália	Este artigo teve como objetivo realizar uma revisão narrativa das práticas de selfies e as relações com o bem-estar e a confiança corporal em adolescentes. Não foram encontrados estudos relatando práticas de selfie e essas relações entre crianças. No entanto, tirar selfies parece ser uma prática comum entre adolescentes, embora postar selfies online seja menos frequente.	Os estudos revisados indicam que certos aspectos dos comportamentos de selfie podem ser mais problemáticos do que outros. Especificamente, ver selfies online parece ter um impacto negativo no bem-estar e na confiança corporal dos adolescentes, pelo menos a curto prazo em contextos experimentais. Além disso, buscar e dar importância ao feedback de outras pessoas também pode ser um aspecto prejudicial das práticas de selfies. Finalmente, consistente com a pesquisa que examinou a mídia social, a comparação social foi identificada neste corpo emergente de pesquisa como um mecanismo potencial que liga o engajamento de selfies ao bem-estar e à confiança corporal.
23	Yurdagül, C., Kircaburun, K., Emirtekin, E., Wang, P., & Griffiths, M. D. (2019). Psychopathological consequences related to problematic Instagram use among adolescents: The mediating role of body image dissatisfaction and moderating role of gender. <i>International Journal of Mental Health and Addiction</i> .	Turquia	O objetivo do presente estudo foi examinar os efeitos diretos e indiretos do uso problemático do Instagram em diferentes resultados psicopatológicos, incluindo solidão, depressão, ansiedade e ansiedade social através da insatisfação com a imagem corporal. Além disso, investigou-se o papel moderador do gênero nas relações entre as variáveis.	As análises mostraram que, entre os adolescentes do sexo masculino, a PIU estava diretamente associada à solidão, depressão, ansiedade geral e ansiedade social e o BID media parcialmente essas associações. Entre as mulheres, a PIU foi diretamente associada à depressão e indiretamente à ansiedade geral e ansiedade social via BID. O gênero moderou significativamente as relações diretas da PIU com a solidão, ansiedade geral e ansiedade social. A PIU foi diretamente associada à solidão, ansiedade geral e ansiedade social apenas entre os homens, enquanto entre as mulheres, a PIU foi indiretamente associada à ansiedade geral e social via BID, mas não estava relacionada

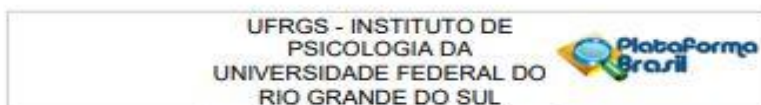
				à solidão. Os resultados deste estudo indicam que a PIU tem diferentes efeitos psicológicos negativos em adolescentes do sexo masculino e feminino e que o BID parece ser um fator explicativo para essas deficiências, especialmente entre as mulheres.
24	Yin, L., Wang, P., Nie, J., Guo, J., Feng, J., & Lei, L. (2019). Social networking sites addiction and FoMO: the mediating role of envy and the moderating role of need to belong. <i>Current Psychology</i> , 1-9.	China	O estudo atual testou o efeito mediador da inveja na associação entre o vício em redes sociais e FoMO, e se esse processo mediador foi moderado pela necessidade de pertencer.	Os resultados mostraram que o vício em redes sociais foi associado positivamente com FoMO. A análise de mediação indicou que a inveja mediou a associação entre o vício em redes sociais e FoMO. A análise de mediação moderada revelou ainda que o caminho mediado foi mais forte para adolescentes com graus mais elevados de necessidade de pertencer. Esses achados destacam a importância de confirmar os mecanismos que moderam os caminhos mediados entre o vício em redes sociais e FoMO. Além disso, os resultados fornecem uma maneira potencial de compreender melhor as consequências do vício do redes sociais e ajudar a reduzir o impacto negativo de altos níveis de FOMO nos adolescentes.
25	Murillo, A. C. G., & Puerta-Cortés, D. X. (2020). Relación entre el uso adictivo de Facebook y el autoconcepto en estudiantes colombianos. <i>Revista Virtual Universidad Católica del Norte</i> , (59), 27-44.	Colômbia	O presente estudo tem como objetivo identificar as relações entre o autoconceito e o uso do Facebook.	Os resultados revelam que 32,5% da mostra tem baixo uso do Facebook, 17,5% uso moderado, 25,7 % uso problemático e 24,2% uso aditivo. O baixo uso se associa com uma maior valorização do autoconceito, enquanto no uso aditivo o autoconceito é menor. Como conclusão, os dados apontam evidências para compreender a relação entre a dependência do Facebook e menor índice de autoconceito, ocasionando frustração, pouca independência nas atividades, autoconfiança insuficiente e imagem se si deteriorada.
26	Ivie, E. J., Pettitt, A., Moses, L. J., & Allen, N. B. (2020). A meta-analysis of the association between adolescent social media use and depressive symptoms. <i>Journal of affective disorders</i> , 275, 165-174.	Estados Unidos	Medir a associação entre o uso de mídias sociais e sintomas depressivos entre adolescentes iniciais e intermediários (11-18 anos).	Correlação positiva pequena, mas significativa (k = 12 estudos, r = 0,11, p <0,01) entre o uso de mídia social por adolescentes e sintomas depressivos. Também houve alta heterogeneidade (I ² = 95,22%), indicando variação substancial entre os estudos.
27	McCrary, A., Best, P., & Maddock, A. (2020). The relationship between highly visual social media and young people's mental health: A scoping review. <i>Children and Youth Services Review</i> , 115, 105053.	Irlanda do norte	Mapear a literatura existente sobre mídia social altamente visual, e seu impacto psicológico sobre os jovens.	Os resultados indicam uma escassez de dados que examinam exclusivamente HVSM. O predomínio da literatura depende de métodos quantitativos para atingir seus objetivos. Muitas descobertas são inconsistentes e carecem da riqueza que os dados qualitativos podem fornecer para explorar as razões para essas descobertas mistas.
	Wilksch, S. M., O'Shea, A., Ho, P., Byrne, S., & Wade, T. D. (2020). The relationship between social media	Austrália	Explorar a relação entre o uso de mídias sociais e distúrbios alimentares em	Os comportamentos de D.A foram relatados por 51,7% das meninas e 45,0% dos

28	use and disordered eating in young adolescents. <i>International Journal of Eating Disorders</i> , 53(1), 96-106.		adolescentes jovens.	meninos, sendo os exercícios rigorosos e a omissão de refeições os mais comuns. Um total de 75,4% das meninas e 69,9% dos meninos tinham pelo menos uma conta em rede social onde o Instagram era o mais comum, usado por 68,1% das meninas e 61,7% dos meninos. Meninas com contas Snapchat e Tumblr e meninos com Snapchat, Facebook e Instagram eram significativamente mais propensos a ter comportamentos de DA e superavaliação de forma e peso na faixa clínica. Um maior tempo diário gasto usando o Instagram foi associado à comportamentos DA para meninas significativamente mais altos, enquanto esse padrão também foi encontrado para o uso do Snapchat e comportamentos de DA para meninas. Um padrão claro de associação foi encontrado entre o uso de redes sociais e cognições e comportamentos de DA, confirmando que essas relações ocorrem em uma idade mais jovem do que previamente investigado.
29	Gioia, F., Griffiths, M. D., & Boursier, V. (2020). Adolescents' body shame and social networking sites: The mediating effect of body image control in photos. <i>Sex Roles</i> , 83(11), 773-785.	Itália	O presente estudo avaliou o papel preditivo até então inexplorado da vergonha corporal no uso do SNS, testando o efeito mediador do controle da imagem corporal em fotos no SNS.	Os resultados confirmaram apenas parcialmente o efeito direto da vergonha do corpo no uso problemático de SNS. No entanto, a vergonha do corpo previu fortemente o controle da imagem corporal em fotos SNS, levando indiretamente ao uso problemático de mídias sociais de adolescentes do sexo masculino e feminino. O estudo demonstrou novas descobertas no campo da pesquisa de auto-objetificação e contribui para o debate em andamento sobre possíveis preditores do uso problemático de SNS.
30	Timeo, S., Riva, P., & Paladino, M. P. (2020) Being liked or not being liked: A study on social-media exclusion in a preadolescent population. <i>Journal of adolescence</i> , 80, 173-181.	Itália	Neste estudo, foi analisado os efeitos da exclusão nas redes sociais adaptando o paradigma do Ostracism Online a uma coorte de pré-adolescentes italianos para testar a eficácia de duas estratégias de recuperação (ou seja, laços sociais vs. substituto social).	Pré-adolescentes que receberam menos curtidas do que outros relataram níveis mais altos de ameaça de necessidade (ou seja, pertencer, auto-estima, existência significativa, mas não controle) e emoções negativas. Além disso, a estratégia de laços sociais geralmente trouxe uma recuperação psicológica mais rápida da exclusão da mídia social do que a condição de controle. A eficácia da estratégia de substitutos sociais foi maior para meninos do que para meninas, provavelmente devido às diferentes escolhas de suas celebridades favoritas. Estas descobertas mostram como a vida offline oferece oportunidades compensatórias para a vida online dos adolescentes. Quando a falta de "likes" sinaliza exclusão nas redes sociais, pensar em uma relação social existente ajuda os adolescentes a lidar com essa experiência negativa.
	Lee, H. Y., Jamieson, J. P., Reis, H. T., Beevers, C. G., Josephs, R. A., Mullarkey, M. C., ... & Yeager, D. S. (2020). Getting fewer	Estados Unidos	Três estudos examinaram os efeitos de receber menos sinais de feedback positivo do que outros nas redes sociais.	No Estudo 1, adolescentes (N = 613, Mago = 14,3 anos) que foram aleatoriamente designados para receber poucos (vs. muitos) curtidas durante uma interação de mídia social padronizada se sentiram mais rejeitados e relataram mais afeto negativo e

31	<p>“Likes” than others on social media elicits emotional distress among victimized adolescents. <i>Child development</i>, 91(6), 2141-2159.</p>			<p>pensamentos mais negativos sobre si mesmos. No Estudo 2 (N = 145), as respostas negativas ao receber menos curtidas foram associadas a maiores sintomas depressivos relatados no dia a dia e no final do ano letivo. O Estudo 3 (N = 579) replicou o principal efeito do Estudo 1 de receber menos curtidas e mostrou que os adolescentes que já vivenciaram a vitimização de colegas na escola eram os mais vulneráveis. As descobertas levantam a possibilidade de que a tecnologia que torna mais fácil para os adolescentes comparar seu status social online - mesmo quando não há chance de compartilhar comentários explicitamente negativos - pode ser um fator de risco que acelera o início de sintomas de internalização entre jovens vulneráveis.</p>
32	<p>Fardouly, J., Magson, N. R., Rapee, R. M., Johnco, C. J., & Oar, E. L. (2020). The use of social media by Australian preadolescents and its links with mental health. <i>Journal of clinical psychology</i>, 76(7), 1304-1326.</p>	Austrália	<p>Este estudo investigou: (a) diferenças entre usuários pré-adolescentes e não usuários de várias plataformas de mídia social sobre saúde mental, (b) ligações exclusivas entre o tempo gasto nessas plataformas, atividades baseadas em aparência nas mídias sociais e saúde mental, e (c) o papel moderador do sexo biológico nessas relações.</p>	<p>Os usuários do YouTube, Instagram e Snapchat relataram mais preocupações com a imagem corporal e patologia alimentar do que os não usuários, mas não diferiram quanto aos sintomas depressivos ou ansiedade social. O investimento na aparência previu sintomas depressivos de maneira única. Comparações de aparência previram exclusivamente todos os aspectos da saúde mental, com algumas associações mais fortes para mulheres do que para homens.</p>
33	<p>Beyens, I., Pouwels, J. L., van Driel, I. I., Keijsers, L., & Valkenburg, P. M. (2020). The effect of social media on well-being differs from adolescent to adolescent. <i>Scientific Reports</i>, 10(1), 1-11.</p>	Holanda	<p>Quantificar diferenças e sua suscetibilidade aos efeitos das mídias sociais em seu bem-estar afetivo momentâneo</p>	<p>Análises rigorosas de 2.155 avaliações em tempo real mostraram que a associação entre o uso de mídia social e bem-estar afetivo difere fortemente entre os adolescentes: Enquanto 44% não se sentiram melhor ou pior após o uso passivo de mídia social, 46% se sentiram melhor e 10% se sentiram pior. Nossos resultados implicam que os efeitos específicos da pessoa não podem mais ser ignorados em pesquisas, bem como em programas de prevenção e intervenção.</p>
34	<p>Verrastro, V, Fontanesi, L, Liga, F, & Cuzzocrea, F & Gugliandolo, M. (2020). Fear the Instagram: beauty stereotypes, body image and Instagram use in a sample of male and female adolescents. <i>Open and Interdisciplinary Journal of Technology, Culture and Education</i>. Online first.</p>	Itália	<p>Analisar a relação entre o uso do Instagram, a internalização dos padrões de beleza, a pressão social para segui-los e a ansiedade em relação à imagem corporal, em uma amostra de estudantes do ensino médio.</p>	<p>Os resultados sugerem que os adolescentes que editam suas fotos e depois as carregam online, interiorizaram mais o estereótipo de beleza proposto pelo Instagram e se sentem mais ansiosos e incomodados com sua imagem corporal e mais pressionados para seguir os padrões das mídias sociais. Esses resultados se aplicam não apenas a adolescentes do sexo feminino, como visto em estudos anteriores, mas também ao sexo masculino. Questões sociais e clínicas são discutidas.</p>
35	<p>Boer, M. E, R, Boniel-Nissim, M. & Wong, Suzy-Lai & Inchley, Joanna & Badura, Petr & Craig, Wendy & Gobina, Inese & Kleszczewska, Dorota & Klanšček, Helena & Stevens, Gonke. (2020). Adolescents' Intense and Problematic Social Media Use and Their Well-Being in 29 Countries. <i>Journal of Adolescent Health</i>. 66. S89-S99.</p>	Holanda	<p>Examinar (1) se o uso intenso e problemático das mídias sociais (SMU) estava independentemente associado ao bem-estar do adolescente; (2) se essas associações variaram de acordo com a prevalência em nível de país de SMU intensa e problemática; e (3) se as diferenças na prevalência em nível de país de SMU intensas e problemáticas estavam relacionadas a diferenças no acesso à Internet móvel.</p>	<p>Análises de regressão de dois níveis indicaram que em países com prevalência mais baixa de SMU intenso, usuários intensos relataram níveis mais baixos de satisfação com a vida e apoio familiar e mais queixas psicológicas do que usuários não intensos. Em contraste, em países com maior prevalência de SMU intensa, usuários intensos relataram níveis mais elevados de apoio familiar e satisfação com a vida do que usuários não intensos, e níveis semelhantes de queixas psicológicas. Em todos os países, usuários intensos relataram mais suporte a amigos do que usuários não intensos. As descobertas sobre a SMU problemática foram mais consistentes: em todos os países, os usuários problemáticos relataram um</p>

	10.1016/j.jadohealth.2020.02.014			bem-estar inferior em todos os domínios do que os usuários não problemáticos. As diferenças observadas nas taxas de prevalência a nível de país de SMU intensas e problemáticas não puderam ser explicadas pelo acesso à Internet móvel.
36	Lin, S, Liu, D, Niu, G & Longobardi, C. (2020). Active Social Network Sites Use and Loneliness: the Mediating Role of Social Support and Self-Esteem. <i>Current Psychology</i> .	China	O presente estudo investigou os papéis mediadores do suporte social e da autoestima entre o uso ativo de sites de redes sociais e a solidão.	A análise da modelagem de equações estruturais de variáveis latentes indicou que: (a) o uso ativo de sites de redes sociais foi negativamente associado à solidão; (b) o suporte social e a autoestima poderiam mediar significativamente a relação entre o uso de sites de redes sociais ativos e a solidão, que continha dois caminhos mediadores: o simples efeito mediador do suporte social e os efeitos mediadores sequenciais do suporte social e autoestima. Esses resultados coincidem com pesquisas anteriores e os estendem examinando os efeitos de como os indivíduos usam as mídias sociais. Nossa compreensão de como o uso das mídias sociais ajuda a reduzir o sentimento de solidão, bem como os programas de intervenção que visam reduzir a solidão, podem se beneficiar com esses achados.
37	Wu, Y., Wang, X., Hong, S., Hong, M., Pei, M., & Su, Y. (2021). The relationship between social short-form videos and youth's well-being: It depends on usage types and content categories. <i>Psychology of Popular Media</i> .	China	Usando medidas objetivas entre os jovens chineses, o presente estudo (N = 1.254) buscou investigar a relação entre os diferentes tipos de uso (ou seja, uso passivo e uso ativo de plataformas de vídeo de formato curto), diferentes tipos de conteúdo de vídeo e 2 variáveis de resultado: bem-estar afetivo e bem-estar cognitivo.	Os resultados revelaram que assistir a vídeos (uso passivo) previu redução da satisfação com a vida e redução do afeto positivo após o controle de idade e sexo, enquanto postar online (uso ativo) previu maior satisfação com a vida. Em contraste com os vídeos com o tema Entretenimento / Relaxamento, assistir a vídeos com o tema Pessoas / Moda previu uma redução da satisfação com a vida. Além disso, nossa análise mostrou que adolescentes e adultos jovens chineses diferiam no uso de vídeos curtos. Em comparação com os jovens adultos, os adolescentes passam mais tempo assistindo a vídeos curtos e preferindo os de entretenimento / relaxamento. Eles também deram mais "curtidas", mas postaram com menos frequência. Essas descobertas sugerem que se os vídeos curtos prejudicam ou aumentam o bem-estar subjetivo depende do conteúdo de vídeo que as pessoas assistem.
38	Webster, D., Dunne, L., & Hunter, R. (2021). Association between social networks and subjective well-being in adolescents: a systematic review. <i>Youth & Society</i> , 53(2), 175-210.	Inglaterra	Este trabalho revisou sistematicamente todos os estudos que investigaram a relação entre o bem-estar subjetivo e as redes sociais de adolescentes.	As redes sociais offline têm uma associação positiva entre o humor, a autoestima e a solidão dos adolescentes, mas não a imagem corporal. Nove dos estudos que investigaram as redes sociais online encontraram uma associação positiva no humor, na satisfação com a vida e na solidão por meio da busca de suporte e do recebimento de feedback positivo. Quinze dos estudos encontraram uma associação negativa entre redes sociais online e humor, autoestima, satisfação com a vida, imagem corporal e bem-estar subjetivo geral por meio de alto investimento, uso passivo, recebimento de feedback negativo e ostracismo na mídia social. Há uma necessidade de programas de intervenção e educação para jovens, educadores e pais para abordar os riscos ao bem-estar subjetivo gerado pelas redes sociais online

Anexo B - Parecer Consubstanciado Comitê de Ética em Pesquisa (CEP)



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DA EMENDA

Título da Pesquisa: Bem-estar Subjetivo na Infância: Percepções das Crianças e Fatores Psicossociais Associados

Pesquisador: JORGE CASTELLÁ SARRIERA

Área Temática:

Versão: 6

CAAE: 00674612.6.0000.5334

Instituição Proponente: Instituto de Psicologia - UFRGS

Patrocinador Principal: Instituto de Psicologia - UFRGS

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 4.149.888

Apresentação do Projeto:

O estudo avaliado tem como título "Bem-estar subjetivo na infância: percepções das crianças e fatores psicossociais associados", que faz parte de um projeto de pesquisa transcultural nomeado "Mundos das Crianças" (Children's Worlds, the International Survey of Children's Well-Being – ISCWeB). Nesse momento, está se realizando a terceira onda de coleta de dados, a qual é conduzida no Brasil (Rio Grande do Sul, Santa Catarina, Paraná, Rio de Janeiro, e São Paulo) pelo Grupo de Pesquisa em Psicologia Comunitária da UFRGS, coordenado pelo professor Jorge Castellá Sarriera. Participam crianças com idades entre oito e 12 anos, as quais respondem a um questionário que avalia dimensões do bem-estar e indaga sobre atividades diárias e de vida, assim como fazem parte de grupos focais. Para alcançar os objetivos propostos os dados são levantados de forma quantitativa (análise descritiva, análise bivariadas e análise fatorial exploratória confirmatória) e qualitativa (análise de conteúdo). O projeto já foi aprovado por este CEP, mas foi apresentada uma emenda solicitando adaptação da coleta de dados, considerando o atual contexto de suspensão das atividades presenciais devido à pandemia do COVID-19. Os pesquisadores requerem que os grupos focais sejam realizados de forma online, com uso de software próprio para reuniões (MConf ou Skype, por exemplo), atendendo aos princípios éticos. Destaca-se que não há referência a coleta de dados que envolve a aplicação do Questionário sobre Bem-estar Infantil.

Endereço: Rua Ramiro Barcelos, 2600 Sala 116
Bairro: Santa Cecília **CEP:** 90.035-003
UF: RS **Município:** PORTO ALEGRE
Telefone: (51)3308-5698 **Fax:** (51)3308-5698 **E-mail:** cep-psico@ufrgs.br

Página 21 de 25

Objetivo da Pesquisa:

Os objetivos gerais do estudo consistem em: 1) adaptar, validar e verificar as propriedades psicométricas de instrumento de bem-estar para crianças de 8 a 12 anos; 2) coletar dados representativos da vida e das atividades diárias das crianças, o uso do tempo e suas próprias percepções e avaliações de seu bem-estar; 3) conhecer os significados e concepções de bem-estar atribuídos pelas crianças; 4) avaliar o bem-estar subjetivo de crianças provenientes de diferentes contextos e de diferentes grupos socioeconômicos, assim como de gêneros distintos; e 5) possibilitar a comparação de aspectos psicossociais das crianças em diferentes países. Como objetivos específicos tem-se: 1) compreender as relações entre o bem-estar e a visão que as crianças têm de si mesmas e dos diferentes ambientes nos quais se relacionam; 2) identificar como as crianças percebem suas relações familiares e com amigos, com a comunidade e com a escola, bem como o uso que fazem do seu tempo livre; 3) identificar como as crianças relacionam o bem-estar com seu próprio futuro, a partir de suas expectativas atuais, seus desejos e aspirações; 4) avaliar a relação do bem-estar infantil com o senso de comunidade, o ambiente e a espiritualidade/religiosidade. Todos eles estão claros e são exequíveis de acordo com as propostas metodológicas a serem adotadas.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Os pesquisadores pontuam no Formulário da Plataforma Brasil (FPB) e no projeto que o risco implicado a proposta é "baixo", relativo ao cansaço em preencher todo o questionário ou o desconforto em responder algum item, e que "serão tomados todos os cuidados para o esclarecimento da pesquisa, sua afinidade ou não em participar e o consenso dos pais e educadores". Alertam que "no caso de algum mal-estar a criança será acolhida pelo serviço de orientação educacional ou psicologia escolar da escola ou centros de atendimento psicológicos das Universidades". No projeto, acrescentam que os participantes serão informados de que têm plena liberdade de recusar-se a participar ou retirar seu consentimento a qualquer momento, em qualquer fase da pesquisa, sem penalização alguma. No tocante aos benefícios, os pesquisadores destacam que "a pesquisa internacional visa levantar indicadores de bem-estar infantil, para que possam ser tomadas medidas pelos governos quanto à proteção dos direitos das crianças referentes ao seu bem-estar emocional e ambiental".

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

A proposta de pesquisa está bem fundamentada teórica e metodologicamente.

Endereço: Rua Ramão Barcelos, 2630 Sala 116
Bairro: Santa Cecília CEP: 91.035-003
UF: RS Município: PORTO ALEGRE
Telefone: (51)3308-5698 Fax: (51)3308-5698 E-mail: cnp-psico@ufrgs.br

Continuação do Parecer: 4.143.088

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

As versões atualizadas do TCLE e do TA para o formato de grupos focais online foram incluídas na Plataforma Brasil, atendendo a Parecer anterior do CEP.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Todas as solicitações do CEP foram atendidas. Não há mais pendências.

Considerações Finais a critério do CEP:

Recomendamos a todos os pesquisadores do Instituto de Psicologia que avaliem os seus projetos de pesquisa em andamento e considerem os impactos da COVID-19 na continuidade de sua realização.

Esta recomendação se aplica a todos os projetos de pesquisa. Devem ser avaliadas as situações de interação pessoal em coletas de dados e outras situações decorrentes da realização dos estudos.

Caso necessite de uma consultoria, o CEP do Instituto de Psicologia fica à disposição para discutir cada situação de forma pontual.

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BASICAS_155197_2_E2.pdf	15/06/2020 16:54:14		Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLEjun2020.pdf	15/06/2020 16:53:31	JORGE CASTELLA SARRIERA	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	PlataformaBrasilProjeto_3aOnda/SCIma 2020.pdf	28/05/2020 18:08:12	JORGE CASTELLA SARRIERA	Aceito
Outros	CartaCEP.pdf	28/11/2018 09:15:36	JORGE CASTELLA SARRIERA	Aceito
Outros	TERMO_CONCORDANCIA_INSTITUCIONAL.pdf	25/10/2018 11:33:37	JORGE CASTELLA SARRIERA	Aceito
Outros	Questi_parte2.pdf	22/10/2018 22:46:03	JORGE CASTELLA SARRIERA	Aceito
Outros	Parecer Comitê Pesquisa UFRGS.pdf	01/03/2012		Aceito

Endereço: Rua Ramiro Barcelos, 2600 Sala 116
Bairro: Santa Cecília CEP: 91.035-003
UF: RS Município: PORTO ALEGRE
Telefone: (51)3308-5698 Fax: (51)3308-5666 E-mail: cep-psico@ufrgs.br

UFRGS - INSTITUTO DE
PSICOLOGIA DA
UNIVERSIDADE FEDERAL DO
RIO GRANDE DO SUL



Continuação do Parecer: 4.149.688

Outros	Parecer Comitê Pesquisa UFRGS.pdf	10:28:19		Aceito
Folha de Rosto	Folha de Rosto.pdf	23/02/2012 10:39:52		Aceito
Outros	QUESTIONARIO_12_ANOS.pdf	27/01/2012 12:34:59		Aceito
Outros	QUESTIONARIO 10 ANOS.pdf	27/01/2012 12:31:27		Aceito
Outros	QUESTIONARIO 8 ANOS.pdf	27/01/2012 12:23:00		Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

PORTO ALEGRE, 12 de Julho de 2020

Assinado por:
Jerusa Fumagalli de Salles
(Coordenador(a))

Endereço: Rua Ramiro Barcelo, 2600 Sala 116
Bairro: Santa Cecília CEP: 91.035-003
UF: RS Município: PORTO ALEGRE
Telefone: (51)3308-5698 Fax: (51)3308-5696 E-mail: cap-psico@ufrgs.br

Página 02 de 02.

Anexo C - Rapport inicial e Roteiro do grupo focal

Rapport Grupos Focais Online

Bom dia (boa tarde), pessoal. Eu me chamo Gabriela (e eu me chamo ____ - observador). Nós somos pesquisadores do Grupo de Pesquisa em Psicologia Comunitária da UFRGS. Nós já fomos na escola de vocês no ano passado para que vocês pudessem nos dizer um pouco sobre a rotina de vocês e as coisas que vocês gostam de fazer. Nós gostamos muito de conhecer um pouco mais sobre vocês e as coisas que fazem vocês se sentirem bem, mas ficamos curiosos em saber um pouco mais sobre o seu bem-estar relacionado ao uso das redes sociais. Para nós, é importante saber o que vocês pensam sobre isso para que a gente possa ajudar a compreender e melhorar a vida de vocês e de outras crianças como vocês.

Para isso, hoje nós vamos conversar e pedimos que vocês falem, livremente, o que pensam. Lembrem-se que não existe certo ou errado! Pode ser que vocês discordem ou concordem com as outras pessoas que estão aqui, mas tudo o que vocês falarem será importante para nós.

Nós teremos essa conversa por, mais ou menos, 1 hora e meia e ela será gravada pra que, enquanto estamos aqui, nós estejamos com a atenção voltada só pra vocês. Essa gravação será mantida em sigilo e apenas os pesquisadores do GPPC/UFRGS terão acesso. Os pesquisadores estudarão os dados da pesquisa e não irão identificar quem opinou, por isso a identidade dos participantes será mantida em segredo. Participar poderá ser bastante divertido, mas se vocês não gostarem de participar e/ou não gostarem de falar sobre certos assuntos conosco, poderão nos chamar para conversar em particular ou desistir de participar. Antes de vir conversar com vocês, nós falamos com seus pais ou responsáveis, que permitiram que vocês participassem dessa atividade conosco, porém são vocês que decidem participar ou não. Nessa conversa foi explicado o que iremos fazer e as questões de sigilo referente aos dados e

a identidade dos participantes. Mas não se preocupem, o que iremos debater não será repassado.

Antes de começarmos, gostaríamos de saber se vocês estão em um lugar da casa que vocês se sintam confortáveis em falar sem que outras pessoas interfiram. Para que vocês se sintam mais confortáveis sugerimos que vocês possam usar fones de ouvido para manter ainda mais a privacidade sobre os assuntos que iremos abordar. É importante que vocês se sintam tranquilos para dar a opinião sincera de vocês sobre os assuntos abordados, sem medo de julgamentos.

Essa coleta está sendo feita de forma virtual em função do isolamento social que estamos vivendo e da suspensão das aulas presenciais. Estivemos nas escolas ano passado e esse encontro com os alunos nos proporcionou muitas trocas importantes e muito conhecimento, por isso não queremos perder a oportunidade de estar com vocês novamente, mesmo que de longe e através da internet.

Então, vamos iniciar...

Roteiro para coleta de dados do grupo focal online

- **Quais redes vocês costumam acessar hoje?**
- **Quantas horas por dia vocês passam nas redes sociais?**
- **Vocês notaram muitas mudanças nas relação que vocês tem com as redes sociais em função da pandemia?**
- **Como foi esse período de adaptação das atividades presenciais para as on-line?**
- **O que significa bem-estar para vocês?**
- **Como vocês avaliam que está o bem-estar de vocês neste período de isolamento?**
- **O que vocês têm feito para se distrair, como lazer neste período?**
- **Quais as descobertas de vocês em relação às redes sociais nesse momento?**
- **O que o uso dessas redes tem provocado em vocês?**

- **Vocês costumam postar selfies?**
- **Vocês costumam utilizar filtros, ou alterar as imagens?**
- **Já ouviram falar de autoconceito? O que entendem disso?**
- **Vocês acham que as redes sociais interferem no autoconceito?**
- **Vocês acham que essa questão do bem-estar está relacionada ao autoconceito nas redes sociais?**

Anexo D – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE)

Autorização dos responsáveis legais

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

(Grupo Focal *Online*)

Prezados(as) pai/mãe/responsável:

O Grupo de Pesquisa em Psicologia Comunitária da Universidade Federal do Rio Grande do Sul está realizando uma pesquisa sob orientação do professor Prof. Dr. Jorge Castellá Sarriera, com o objetivo de investigar o bem-estar infantil, direitos das crianças e satisfação com seus contextos de vida em crianças com idades entre oito e 12 anos, em diferentes escolas do Brasil.

Para tanto, solicitamos sua autorização, e a de seu filho(a), para que ele(a) colabore com esta pesquisa por meio da participação em um grupo que irá debater sobre os significados e concepções de bem-estar atribuídos pelas crianças. Esse grupo ocorrerá de forma virtual *online*, em horário a ser combinado juntamente com os alunos de sua idade, após o aceite em participar da pesquisa, e serão gravados, se assim você o permitir, com duração aproximada de uma hora e meia. O material coletado se restringirá unicamente à produção de conhecimento científico, garantindo a confidencialidade e a não identificação dos participantes. A participação de seu(sua) filho(a) é voluntária. Se você, ou seu filho(a), decidir que ele(a) não deve participar ou que deve desistir, tem absoluta liberdade de fazê-lo a qualquer momento sem qualquer prejuízo.

O vídeo do grupo será arquivado em disco rígido do pesquisador responsável, e descartado após o período de 5 anos. Na publicação dos resultados da pesquisa, a identidade de seu(sua) filho(a) será mantida no mais rigoroso sigilo. Serão omitidas todas as informações que permitam identificá-lo(a). Mesmo não tendo benefícios diretos em participar, seu(sua) filho(a) estará contribuindo para a compreensão do fenômeno estudado e para a produção de conhecimento científico. Esta pesquisa não oferece danos diretos, mas durante a coleta de dados *online*, há riscos leves que poderão ocorrer, tais como falhas técnicas, problemas de sistema, problemas de sinal de Internet e perda das informações. Caso, de alguma maneira, seu(sua) filho(a) sentir-se mobilizado com algum aspecto referente à realização dessa atividade, ele(a) será encaminhado(a) ao serviço de psicologia da universidade de sua cidade.

Esta investigação foi enviada ao Comitê de Ética do Instituto de Psicologia/UFRGS, localizado na Rua Ramiro Barcelos, 2600 na cidade de Porto Alegre, com o número de telefone (51) 3308-5066 e email: cep psico@ufrgs.br e anexada à Plataforma Brasil. Os procedimentos previstos obedecem aos Critérios de Ética na Pesquisa com Seres Humanos conforme Resolução nº 466/12 do Conselho Nacional de Saúde e respeitaram as normas estabelecidas no Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA). Quaisquer dúvidas relativas à pesquisa poderão ser esclarecidas pelos pesquisadores responsáveis pelo e-mail gppcufrgs@gmail.com, ou pelo telefone: (51) 3308-5239.

Atenciosamente,

Prof. Dr. Jorge Castellá Sarriera

Ao responder a esse email, declaro que consinto com a participação de meu filho(a) neste estudo e que recebi uma cópia deste termo de consentimento.

Anexo E - Termo de Concordância Institucional

TERMO DE CONCORDÂNCIA INSTITUCIONAL

Escola/Colégio: _____

Prezado(a) diretor(a),

O Grupo de Pesquisa em Psicologia Comunitária da Universidade Federal do Rio Grande do Sul está realizando uma pesquisa sob orientação do professor Prof. Dr. Jorge Castellá Sarriera, com o objetivo de investigar o bem-estar infantil, direitos das crianças e satisfação com seus contextos de vida em crianças com idades entre 8 e 12 anos, em diferentes escolas do Brasil.

Sua participação envolve a concordância da escola para a realização da pesquisa por meio da aplicação de questionários em alunos com idade entre 8 e 12 anos, além da concordância para a realização de um grupo de discussão com dez alunos voluntários sobre a temática. O questionário investiga atividades, percepções e avaliações de crianças sobre bem-estar subjetivo. A participação da escola nesse estudo é voluntária, e se a instituição decidir não participar ou quiser desistir em qualquer momento, tem absoluta liberdade de fazê-lo sem qualquer prejuízo. Aos alunos participantes, será solicitada a autorização dos pais por meio de um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido específico.

Os dados levantados na pesquisa serão arquivados na sala (nº 222) do pesquisador responsável, nas dependências do Instituto de Psicologia da UFRGS, e descartados após o período de 5 anos. Na publicação dos resultados da pesquisa, a identidade da escola e dos alunos participantes será mantida no mais rigoroso sigilo, omitindo-se todas as informações que permitam identificá-los.

Mesmo não tendo benefícios diretos em participar, indiretamente a sua escola estará contribuindo para a compreensão do fenômeno estudado e para a produção de conhecimento científico. Esta investigação foi aprovada pelo Comitê de Ética do Instituto de Psicologia/UFRGS (CAAE: 00674612.6.0000.5334), localizado na Rua Ramiro Barcelos, 2600 na cidade de Porto Alegre com o número de telefone (51) 3308-5066 e e-mail: cep-psico@ufrgs.br. Os procedimentos previstos obedecem aos Critérios de Ética na Pesquisa com Seres Humanos conforme Resoluções nº 466/12 e 510/16 do Conselho Nacional de Saúde e respeitam as normas estabelecidas no Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA). Quaisquer dúvidas relativas à pesquisa poderão ser esclarecidas pelos pesquisadores responsáveis pelo e-mail gppcufgrs@gmail.com, ou pelo telefone: (51) 3308-5239.

Atenciosamente,

Prof. Dr. Jorge Castellá Sarriera

Local e data

Consinto em participar deste estudo e declaro ter recebido uma cópia deste termo de consentimento.

Nome e assinatura diretor(a)

Local e data

Anexo F - Termo de assentimento livre e esclarecido

**TERMO DE ASSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO
(Grupo Focal *Online*)**

Prezado(a) aluno(a):

O Grupo de Pesquisa em Psicologia Comunitária da Universidade Federal do Rio Grande do Sul está realizando uma pesquisa sob orientação do professor Prof. Dr. Jorge Castellá Sarriera, com o objetivo de investigar o bem-estar infantil, direitos das crianças e satisfação com seus contextos de vida em crianças com idades entre oito e 12 anos, em diferentes escolas do Brasil.

Para tanto, solicitamos sua autorização para participar de um grupo de discussão que busca conhecer os significados e concepções de bem-estar atribuídos pelas crianças. Esse grupo terá duração de cerca de uma hora e meia, e ocorrerá de forma virtual *online*, em horário a ser combinado juntamente com os alunos de sua idade, após o aceite em participar da pesquisa. Os materiais que você produzir serão documentados, e só serão utilizados para a produção de conhecimento científico. Tudo o que você falar ou produzir será mantido em sigilo, ou seja, não será identificado com seu nome, e só ficará disponível para os pesquisadores. Se você decidir que não deve participar ou que deve desistir, pode fazer isso a qualquer momento sem qualquer prejuízo.

O vídeo do grupo será gravado e arquivado em disco rígido do pesquisador responsável, e descartado após o período de 5 anos. Na publicação dos resultados desta pesquisa, seus dados pessoais não serão identificados. Ao participar dessa pesquisa, você estará contribuindo para a compreensão do fenômeno estudado e para a produção de conhecimento científico. Esta pesquisa não oferece danos diretos, mas durante a coleta de dados *online*, há riscos leves que poderão ocorrer, tais como falhas técnicas, problemas de sistema, problemas de sinal de Internet e perda das informações. Caso, de alguma maneira, você sentir que precisa conversar sobre o que pensou a partir da participação, você será encaminhado ao serviço de psicologia da universidade de sua cidade.

Esta investigação foi enviada ao Comitê de Ética do Instituto de Psicologia/UFRGS, localizado na Rua Ramiro Barcelos, Porto Alegre, com o número de telefone (51) 3308-5066 e e-mail: cep-psico@ufrgs.br e anexada à Plataforma Brasil. Os procedimentos previstos obedecem aos Critérios de Ética na Pesquisa com Seres Humanos conforme Resolução nº 466/12 do Conselho Nacional de Saúde e respeitam as normas estabelecidas no Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA). Quaisquer dúvidas relativas à pesquisa poderão ser esclarecidas pelos pesquisadores responsáveis pelo e-mail gppcufrgs@gmail.com, ou pelo telefone: (51) 3308-5239.

Atenciosamente,

Prof. Dr. Jorge Castellá Sarriera

Ao responder a esse email, declaro que concordo em participar deste estudo e que recebi uma cópia deste termo de consentimento.

Nome do aluno



PARTICIPE DA NOSSA PESQUISA!

Você que tem entre **12 e 13 anos** e faz uso de redes sociais, ou conhece alguém nesse perfil, venha participar da nossa pesquisa!

Nós queremos ouvir você!

GPPC
Grupos de Pesquisa em Políticas Públicas

CNPq
Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico

CAPES
Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior

UFRGS
UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL

pro.pesq
Pró-Reitoria de Pesquisa - UFRGS



ESTAMOS ANSIOSOS PARA TE CONHECER!

Enviaremos o link de acesso **01 dia antes** para o seu e-mail ou whatsapp.

Lembre-se...



Escolha um lugar tranquilo e com privacidade na sua casa.



O uso do fone de ouvidos é importante!



Teste a sua câmera e seu microfone com antecedência.

Os primeiros 5 minutos serão para conversarmos com os seus responsáveis e explicar a eles como nosso encontro vai funcionar.



Esperamos você!





ESTAMOS ANSIOSOS PARA TE CONHECER!

O link de acesso **está aqui embaixo**. Se for possível, teste-o antes do nosso encontro!

Lembre-se...



Escolha um lugar tranquilo e com privacidade na sua casa.



O uso do fone de ouvidos é importante!



Teste a sua câmera e seu microfone com antecedência.

Os primeiros 5 minutos serão para conversarmos com os seus responsáveis e explicar a eles como nosso encontro vai funcionar.



Esperamos você!





OBRIGADO

por ter participado
da nossa pesquisa!



Grupo de Pesquisa
em Psicologia
Comunitária
(UFRGS)