

PÔSTER



REVISTA CIÊNCIA E CONHECIMENTO

Revista Eletrônica da ULBRA São Jerônimo

ISSN 2177-3483 | 1º Encontro de Saberes - Mostra de produção a

PÔSTER ÁREA: ATENÇÃO À SAÚDE E BEM ESTAR

IMPACTO DAS REDES SOCIAIS NA SAÚDE MENTAL DOS ADOLESCENTES

Michele Cardoso 1*; Cristiane dos Santos Mathias 2

1 Ulbra São Jerônimo, São Jerônimo, rs E-mail: cardoso.mi@rede.ulbra.br

2 Ulbra São Jerônimo, Triunfo, rs E-mail: Cristiane.smathias@ulbra.br

* Autor correspondente

RESUMO

O crescente uso das redes sociais entre adolescentes tem despertado preocupação quanto aos seus possíveis impactos na saúde mental. Considerando que a adolescência é uma fase marcada por intensas transformações físicas, cognitivas, emocionais e sociais, a influência dessas plataformas torna-se ainda mais significativa na construção da identidade, do desenvolvimento psicossocial e das relações interpessoais. O presente estudo teve como objetivo analisar os impactos do uso das redes sociais na saúde mental de adolescentes, por meio de uma revisão bibliográfica narrativa, de caráter exploratório e abordagem qualitativa. Os resultados evidenciaram que o uso excessivo e indiscriminado dessas plataformas está associado ao surgimento de sintomas como ansiedade, depressão, insônia, baixa autoestima, irritabilidade, isolamento social e instabilidade emocional. Além disso, foram identificados fatores como a comparação social, a busca por validação externa, a exposição a padrões idealizados e o cyberbullying como elementos que contribuem significativamente para o sofrimento psíquico dos adolescentes. Por outro lado, observou-se que as redes sociais também podem favorecer o acesso à informação, bem como ampliar as formas de comunicação e interação social, evidenciando que seus efeitos estão relacionados à forma e à intensidade de uso. Observa-se que os impactos das redes sociais apresentam caráter complexo e estão relacionados à forma e à intensidade de seu uso, destacando a importância da utilização consciente e equilibrada dessas tecnologias para a preservação do bem-estar psicológico dos adolescentes.

Palavras-chave: Adolescência; Redes Sociais; Saúde Mental.

EVENTO

1º Encontro de Saberes - Mostra de produção acadêmica (1ª Edição - 2026)

ÁREA TEMÁTICA

Atenção à Saúde e Bem Estar

TIPO

Pôster

DOI

10.5281/zenodo.21267788

CÓDIGO

PROD-2026-7C4E7E

SUBMETIDO EM

03/07/2026

COMO CITAR (ABNT)

CARDOSO, Michele; MATHIAS, Cristiane dos Santos. IMPACTO DAS REDES SOCIAIS NA SAÚDE MENTAL DOS ADOLESCENTES. Revista Ciencia & Conhecimento, Sao Jeronimo, v. 13, n. 1, supl. 1, 2026. DOI: 10.5281/zenodo.21267788.

LICENÇA

CC BY 4.0 distribuição e reprodução permitidas.