

Impacto do uso excessivo de redes sociais no desempenho escolar

Impact of excessive use of social media on academic performance

José Afonso Isidório¹; Diogo Araújo DeSousa²; Karla Goes Bezerra³

DOI: 10.51207/2179-4057.20260011

Resumo

Apesar de a Internet e as redes sociais servirem como meio de interação para diferentes públicos, os adolescentes mostram-se especialmente vulneráveis aos impactos multifacetados do seu uso problemático. O objetivo deste estudo foi investigar o padrão de uso da Internet para redes sociais entre estudantes do Ensino Médio e suas associações com o seu desempenho acadêmico. A metodologia do estudo se baseou em um delineamento transversal com uso do método de levantamento de dados (*survey*). Participaram 93 adolescentes dos 1º e 2º anos do Ensino Médio, com idades entre 14 e 18 anos. Foram coletados dados sociodemográficos, foi avaliado o perfil de uso da Internet e aplicada uma versão do *Internet Addiction Test* (IAT) adaptada para investigação de uso problemático de redes sociais. Os resultados indicaram que a maior parte da amostra fazia uso moderado (70%) da Internet, com 7,8% apresentando nível grave/dependência em seu uso. Houve correlação negativa significativa entre o desempenho acadêmico e escores de dependência. Em contrapartida, o desempenho escolar não se associou significativamente ao turno de uso da Internet para redes sociais ou seu uso durante horário escolar. Conclui-se que o impacto negativo das redes sociais no desempenho acadêmico está mais associado ao grau de dependência do que ao horário de uso da Internet, indicando fatores centrais para intervenção.

Unitermos: Dependência de Internet. Desempenho Escolar. Ensino Médio. Redes Sociais.

Summary

Although the Internet and social media serve as means of interaction for diverse audiences, adolescents appear particularly vulnerable to the multifaceted impacts of problematic use. This study aimed to investigate the pattern of Internet use for social media among high school students and its associations with academic performance. The methodology was based on a cross-sectional design using a survey method. A total of 93 adolescents from the 1st and 2nd years of high school participated, aged between 14 and 18 years. Sociodemographic data were collected, the Internet usage profile was assessed, and an adapted version of the Internet Addiction Test (IAT) was applied to investigate problematic social media use. Results indicated that the majority of the sample reported moderate Internet use (70%), with 7.8% presenting severe/dependent use. A significant negative correlation was found between academic performance and dependence scores. In contrast, academic performance was not significantly associated with the time of day students used the Internet for social media or its use during school hours. It is concluded that the negative impact of social media on academic performance is more closely associated with the degree of dependence than with the time of Internet use, highlighting key factors for intervention.

Keywords: Internet Addiction. Academic Performance. High School. Social Networks

Trabalho realizado na Universidade Federal de Sergipe, Aracaju, SE, Brasil.

Conflito de interesses: Os autores declaram não haver.

1. José Afonso Isidório dos Santos – Graduado em Psicologia pela Universidade Federal de Sergipe (UFS), São Cristóvão, SE, Brasil. **2.** Diogo Araújo DeSousa – Doutor e Mestre em Psicologia pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS); Graduado em Psicologia e Graduando em Medicina pela Universidade Federal de Sergipe (UFS); Professor Efetivo do Departamento de Psicologia da UFS, Aracaju, SE, Brasil. **3.** Karla Goes Bezerra – Pós-Graduada em Terapia Cognitivo-Comportamental pelo Instituto Minerva de Educação Avançada (IMEA); Graduada em Psicologia pela Universidade Tiradentes; Psicóloga Clínica no Espaço Vicente Espaço Terapêutico, Aracaju, SE, Brasil.

Introdução

Internet: breve histórico e panorama atual

A utilização da Internet tem evoluído de forma exponencial desde seu surgimento, na segunda metade do século XX, nos Estados Unidos, em um contexto de conflito militar. Inicialmente, a Internet atuava como uma ferramenta de comunicação, muito diferente da ferramenta que se conhece atualmente (Castells, 2002). Em 2022, o relatório da Organização das Nações Unidas (ONU) apontou que o número de usuários de Internet no mundo chegou a aproximadamente 5,3 bilhões (Organização das Nações Unidas [ONU], 2022). No Brasil, segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) em 2023, o número de conexões cresceu significativamente, com aproximadamente 72 milhões de domicílios e 164 milhões de usuários (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística [IBGE], 2024).

Com o fácil acesso à Internet, os indivíduos da “geração digital” são expostos ao meio virtual precocemente, convivendo com telas em um ambiente tecnologicamente interligado, atrativo e com alguns desafios (Lee et al., 2024; Young & Abreu, 2019). No cenário nacional, 93,4% dos adolescentes entre 14 e 19 anos têm acesso à Internet, e as demais faixas etárias também estão em crescimento (Nery, 2024). Nesse sentido, as Tecnologias de Informação e Comunicação (TIC) estão mais presentes, impactando nos relacionamentos, no consumo de entretenimento, estudos e trabalho (Castells, 2002; Muñoz-Miralles et al., 2016).

Com a ampliação do acesso ao meio digital, a Internet se consolidou como parte intrínseca do cotidiano e das interações sociais, assumindo-se como ferramenta de funções variadas. A presença das redes sociais virtuais transformou profundamente a comunicação e interação entre pessoas, consolidando-se como um dos principais meios de interação humana. Redes sociais virtuais, inicialmente voltadas para a comunicação, evoluíram e se consolidaram como ferramentas para acesso a uma ampla gama de serviços, incluindo marketing, comercialização de produtos e entretenimento diversificado (Santos, 2022; Santos & Santos, 2014).

Atualmente, o celular é o principal meio de acesso à Internet e aplicativos no Brasil, sendo utilizado para comunicação, lazer e trabalho (Nery, 2024). Com os avanços tecnológicos, os celulares se tornaram dispositivos que facilitam o uso contínuo da Internet e diversas ferramentas, oferecendo acesso irrestrito a conteúdo online. Essa facilidade se mostra ainda mais atraente para o público jovem e adolescente, com suas especificidades desenvolvimentais (Loleska & Pop-Jordanova, 2021; Sherer & Levounis, 2022; Young & Abreu, 2019).

Uso excessivo e dependência de Internet

O processo por meio do qual a Internet se popularizou no mundo também abriu espaço para o uso indiscriminado e para novas formas de dependência e adicção quanto ao uso de aparelhos eletrônicos e acesso a redes sociais virtuais (Young & Abreu, 2011). No campo dos estudos das dependências, o conceito costuma ser categorizado a partir dos estudos de compulsão no consumo de substâncias e drogas. O uso de substâncias químicas acarreta alterações na fisiologia do corpo. O uso excessivo altera o funcionamento do sistema de recompensa do sistema nervoso, produzindo respostas de prazer intensas, reforçando condutas que induzem a repetições frequentes e comportamentos de risco (DSM-5-TR; American Psychiatric Association [APA], 2023).

Embora a Internet não seja uma substância química, o uso excessivo pode levar à dependência psicológica, causando alterações orgânicas no sistema de recompensa do cérebro similares às observadas nas dependências químicas, incluindo sensações de satisfação, comportamento compulsivo, tolerância, abstinência e o uso como uma forma de regular sintomas desagradáveis (Bisen & Deshpande, 2018; Young & Abreu, 2011). No entanto, no momento, o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5-TR; APA, 2023), ainda não apresenta critérios diagnósticos para nosologias específicas quanto à adicção em Internet de modo geral ou quanto ao seu uso para diferentes funções como o acesso a redes sociais (DSM-5-TR; APA, 2023).

Ainda que não esteja descrita diretamente como uma categoria nosológica de transtorno mental no DSM-5-TR, a literatura já aponta que, em um cenário de dependência ou uso excessivo, a Internet pode impactar negativamente os comportamentos das pessoas (Young, 2009). Embora não haja consenso sobre um conceito que represente a diferença entre o uso não prejudicial e o uso em nível disfuncional da Internet, há classificações como “uso patológico da Internet”, “uso problemático da Internet”, “uso compulsivo da Internet”, “dependência de *smartphones*”, “dependência em Internet”, “vício em Internet”, entre outras (Liu & Luo, 2015; Pereira & Cardoso de Sá, 2021; Young & Abreu, 2011).

Nesse contexto, o modelo teórico proposto por Young (2009) caracteriza a dependência/adicção em Internet por padrões de dependência comportamental, de modo semelhante a outras adições, contemplando: dificuldade no controle do tempo de uso, uso da Internet como um regulador emocional, estado de vigilância e preocupação com a Internet, sintomas de abstinência, como baixa tolerância à frustração e alterações de humor, isolamento e impactos negativos no convívio social *offline*. Tal modelo teórico tem se sustentado na literatura científica sobre o tema com estudos empíricos avaliando os padrões de dependência associados ao uso da Internet (Bisen & Deshpande, 2018; Cash et al., 2012; Weinstein & Lejoyeux, 2010). Já o uso problemático de Internet pode ser definido por cognições e comportamentos desadaptativos de uso que produzem consequências negativas para o bem-estar social, afetam negativamente o desempenho em atividades nas esferas sociais, acadêmicas e profissionais e produzem sofrimento psicológico (Caplan, 2002; Fernandes et al., 2019; Shapira et al., 2003).

Adolescência e o uso problemático de Internet no contexto escolar

Considerando a fase da adolescência, o modelo teórico de ciclo vital para o estudo do Desenvolvimento Humano, em prol do qual Papalia e Martorell (2022) advogam, detalha as particularidades desenvolvimentais dessa fase que tornam os jovens mais vulneráveis às dinâmicas de recompensa no cérebro

e controle alterados pela dependência psicológica, fazendo deste público um grupo mais suscetível ao uso problemático e à exibição de comportamentos aditivos (Marin et al., 2021; Pedrouzo & Krynski, 2023). Nessa fase, o adolescente está vinculado ao desenvolvimento de suas habilidades sociais e troca cultural entre pares, aliado à busca por autoconhecimento e pertencimento nos espaços virtuais e *offline* (Henzel & Håkansson, 2021; Machado et al., 2018; Nesi & Prinstein, 2019).

O uso excessivo e problemático da Internet se apresenta como um fator negativo para áreas do desenvolvimento, produzindo prejuízos no bem-estar emocional, na cognição, nas habilidades sociais, em relacionamentos interpessoais e o maior risco de dependência de Internet (Evren et al., 2014; Young & Abreu, 2019). Durante a adolescência há uma maior predisposição a comportamentos de risco e de experimentação como: o excesso de consumo de bebidas alcoólicas, comportamento infracionais, uso de drogas, comportamento sexual de risco e comportamento autolesivo que se relacionam com a dependência em Internet (Evren et al., 2014; Nesi & Prinstein, 2019; Young & Abreu, 2019). Ainda, os adolescentes com padrões desadaptativos de uso de Internet apresentam associação com insatisfação corporal e autoestima, transtornos de ansiedade, depressão, Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH), Transtorno Obsessivo Compulsivo (TOC) (Bousoño-Serrano et al., 2017; Li et al., 2024; Lopez-Fernandez & Kuss, 2020; Moromizato et al., 2017; Xue et al., 2023).

No cenário escolar, estudos discutem que a maior disponibilidade de acesso à Internet e a ausência de limitações e regulações no padrão de uso podem se relacionar com maior dependência da Internet e prejuízo no desempenho acadêmico (Chemnad et al., 2023; Guclu et al., 2024; Paterna et al., 2024). Além disso, maior consumo indiscriminado de Internet entre jovens está relacionado a um menor rendimento acadêmico, produtividade diminuída, atenção diminuída para estudos, procrastinação e maior risco de evasão escolar (Muñoz-Miralles et al., 2016; Silva et al., 2019; Tian et al., 2021).

A disponibilidade constante no uso de celulares produz prejuízos nas funções cognitivas, como na capacidade de memória e na sustentação da atenção e concentração dos estudantes, impactando nas práticas escolares e no aprendizado (Ma et al., 2020). Em outro estudo, usuários com perfil voltado a fins acadêmicos e ocupacionais apresentavam menores níveis de dependência em Internet (Ávila et al., 2020).

Em virtude dessas evidências, recentemente, foi sancionada pelo Governo Federal brasileiro a lei nº 15.100/2025, a qual proíbe o uso de celulares e outros aparelhos digitais pessoais por estudantes nas diferentes etapas de ensino básico nas escolas públicas e privadas, sendo restrito o uso de aparelhos em sala a atividades pedagógicas orientadas pelos educadores. A lei justifica sua importância pontuando que busca alinhar o foco dos alunos às atividades educacionais e resguardar a sua saúde mental e física, ao mesmo tempo que fornece acolhimento a prejuízos na saúde mental causados pela dependência em telas (Brasil, 2025). Todavia, dada a sua recente publicação e progressiva aplicação nas escolas brasileiras, é importante o contínuo monitoramento científico da efetividade de tais medidas para as melhorias no desempenho acadêmico dos alunos envolvidos.

Objetivo geral e objetivos específicos do presente estudo

Considerando todo o exposto anteriormente, o presente estudo teve como objetivo investigar o padrão de uso da Internet para acesso a redes sociais entre estudantes do Ensino Médio e as associações entre esse uso e o seu desempenho acadêmico. Como objetivos específicos, o presente estudo buscou: (1) descrever o padrão de uso da Internet para acesso a redes sociais por adolescentes do Ensino Médio; (2) investigar o escore de dependência de Internet para acesso a redes sociais dos adolescentes; e (3) correlacionar os padrões de uso da Internet para acesso a redes sociais, bem como o escore de dependência a elas, com o desempenho acadêmico desses estudantes.

Método

Participantes

A amostra total foi composta por 93 adolescentes estudantes de um colégio particular da cidade de Aracaju/SE, dos quais 63% do gênero feminino, 35,9% do gênero masculino e somente um entrevistado identificando-se com outro gênero. A faixa etária da amostra variou entre 14 a 18 anos, com média de 15,77 anos (DP=0,82). Os estudantes eram matriculados no 1º ano (48,3%; n=45) e 2º ano (51,7%; n=48) do Ensino Médio e estudavam no período da manhã. Foram excluídos do estudo aqueles que se matricularam no segundo semestre do ano letivo, uma vez que não dispunham do histórico escolar do primeiro semestre para realizar a comparação de desempenho escolar desde o início do ano letivo.

Instrumentos

Utilizou-se um questionário sociodemográfico com perguntas relacionadas a idade, gênero e ano escolar. Além disso, realizou-se o levantamento das médias gerais das notas dos estudantes durante o ano e as suas médias em cada uma das disciplinas de forma individual, visando quantificar o desempenho escolar.

A fim de verificar os níveis de dependência em Internet, usou-se uma versão adaptada do questionário *Internet Addiction Test* (IAT) (Young, 1998). O IAT é um instrumento constituído por 20 itens com múltipla escolha, que verificam padrões de comportamento quanto ao uso de Internet. Os itens variam em escala de frequência de 0 (nunca) a 5 (muito frequentemente). O escore total é encontrado através da soma das respostas dos itens, variando de 0 a 100 pontos. O estudo original de propriedades psicométricas do instrumento obteve consistência interna adequada, com alfa de Cronbach de 0,82 (Widyanto & McMurrin, 2004). O teste foi traduzido e adaptado para o português brasileiro, e os estudos psicométricos demonstraram boa consistência interna, com alfa de Cronbach variando entre 0,85 (Conti et al., 2012) e 0,90 (Brito et al., 2021), bem como coeficiente de correlação intraclassa (CCI) entre os itens de 0,90 e coeficiente kappa de 0,73 (Brito et al., 2021),

apresentando uma estrutura unifatorial para uso no Brasil (Conti et al., 2012). A fim de classificar o perfil de uso e grau de dependência, os escores são classificados em categorias: uso comum (0-19); uso leve (20-39), uso moderado (40 a 69 pontos), uso grave/dependente (70 a 100 pontos) (Young, 1998). Para esse estudo, o IAT teve a escrita dos itens adaptada, substituindo o termo “Internet” pelo termo “redes sociais”, com a finalidade de atender aos objetivos da pesquisa, relativos a investigar o uso problemático de Internet e a dependência para acesso a redes sociais (Bezerra, 2019).

Além disso, para caracterizar os padrões de uso da Internet e das redes sociais, foi elaborado um questionário com dez perguntas, contemplando quais redes sociais mais usadas pelo participante; o turno do dia em que mais faz uso de tais redes, o aparelho eletrônico por meio do qual as acessa, se faz ou não uso delas na escola durante as aulas; e durante as aulas de quais disciplinas as utiliza, caso faça uso. Além disso, havia ainda três questões específicas construídas em escala de 5 pontos de frequência para investigar se o participante (1) foi advertido pelo fiscal na escola devido a uso indevido do celular; (2) tem a atenção diminuída por usar a Internet para acesso a redes sociais durante a aula; e (3) se sente incomodado(a) quando esquece (ou se esquecesse) o celular em casa.

Procedimentos e aspectos éticos

O projeto desta pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa de Ciências Médicas-MG (CEPCM-MG) da Faculdade de Ciências Médicas de Minas Gerais (protocolo CAAE 01683718.5.0000.5134). Todos os participantes que compõem a amostra assinaram o Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE). Para participação dos estudantes menores de idade, foi solicitada a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) pelos pais, fornecendo informações dos critérios, descrição dos objetivos e procedimentos da pesquisa. Os instrumentos foram aplicados de forma coletiva em sala de aula com os alunos do 1º e 2º ano, participando em dias diferentes, respondendo aos questionários individualmente em suas carteiras.

Análise de dados

As informações coletadas passaram por procedimentos de ajustes quanto a exclusão de dados faltantes. Na sequência, foram feitas análises exploratórias descritivas de frequências, médias, medianas, desvios-padrão e porcentagens das características sociodemográficas e de padrão de uso da Internet para acesso a redes sociais. Foram ainda realizadas análises inferenciais associando o padrão de uso da Internet e os escores de dependência ao desempenho acadêmico avaliado por meio das médias gerais de notas do semestre dos alunos e das médias específicas de cada disciplina.

Mais detalhadamente, o escore de dependência de redes sociais foi comparado entre grupos por faixa etária, ano escolar e perfil de uso da Internet por meio de testes-t de amostras independentes. De modo similar, o desempenho escolar mensurado pelas médias foi também comparado por testes-t de amostras independentes entre os mesmos grupos. Ademais, foram realizadas análises de correlação de Pearson a fim de verificar a relação entre o escore de dependência em redes sociais e diversas variáveis de interesse para os objetivos da pesquisa, a saber: idade, média escolar em cada disciplina, média escolar final do semestre dos participantes, percepção do participante da diminuição da sua atenção durante o uso da Internet, frequência de vezes em que foi advertido no colégio pelo uso indevido do celular e intensidade percebida do incômodo ao estar no colégio tendo esquecido o celular em casa. Todas as análises estatísticas foram conduzidas utilizando o *software* JASP (Versão 0.18.3).

Resultados

Da amostra total, três apresentaram respostas omissas em 40% dos itens do questionário e foram, portanto, excluídos desta análise. Outros nove participantes apresentaram respostas omissas em um ou no máximo dois itens do questionário e, nestes casos, as respostas omissas foram substituídas pela média do participante nos demais itens do questionário para o cálculo do escore total do IAT. Em relação ao escore de dependência de Internet, a amostra apresentou uma média de 48,81 pontos

no IAT (DP=13,07; Mínimo = 21 e Máximo = 88). Em relação aos estratos de classificação do nível de dependência propostos por Young (1998), a maioria dos participantes (70%) apresentou “uso moderado”, seguido pelo “uso leve” (22,2%) e “uso grave/dependência” (7,8%). Nenhum participante foi classificado no estrato de “uso comum”.

A partir dos resultados do teste t-Student de amostras independentes entre os escores de IAT e o ano escolar, não foram identificadas diferenças significativas ($t=0,408$; $df=88$; $p=0,685$), pois os estudantes do 1º ano (M=49,39; DP=13,1) e 2º ano (M=48,23, DP=14,0) apresentaram valores semelhantes de dependência às redes sociais na Internet. Em contrapartida, com relação ao gênero, os resultados demonstraram diferença significativa ($t=2,09$, $df=86$, $p=0,040$), com maior uso de Internet por parte do público feminino (M=51,18, DP=12,3) em comparação ao masculino (M=45,03, DP=14,6).

A Tabela 1 apresenta os resultados da correlação entre os escores do IAT, a idade, a média geral e as médias por disciplinas. Não foi encontrada correlação significativa entre a idade dos respondentes e seus escores do IAT ($r=0,14$; $p=0,189$). Em contrapartida, a relação entre IAT e a média final dos alunos demonstrou uma correlação significativa negativa de força moderada ($r=-0,41$ $p<0,01$). Ou seja, quanto maiores os escores de dependência, menor o desempenho acadêmico. Assemelhando-se à análise anterior, as variáveis IAT e as médias para cada disciplina retornaram correlações negativas significativas, assim quanto menor o desempenho acadêmico nas disciplinas, maiores valores de dependência. As correlações variaram de força desde mais fracas, como na média final na disciplina de literatura ($r=-0,28$ $p<0,01$) a moderadas, como na média final na disciplina de química ($r=-0,43$ $p<0,01$) (ver Tabela 1).

Traçando o perfil de uso dos respondentes, quanto ao período de uso da Internet para acesso a redes sociais, a noite foi o horário mais comumente escolhido pelos estudantes. No entanto, o horário da madrugada, o qual foi o horário menos utilizado, foi o único que apresentou diferença significativa com relação ao escore de dependência de redes sociais ($t=2,010$ $p<0,047$), sendo que os participantes que faziam uso de redes sociais pela madrugada foram os que apresentaram maiores escores de dependência quando comparados com os que não utilizavam Internet neste turno. Em contrapartida, o desempenho acadêmico dos estudantes não foi influenciado pelo turno que os participantes afirmaram fazer uso da Internet para acesso a redes sociais. Isto é, o uso preferencial pela manhã, tarde, noite ou madrugada não esteve correlacionado a maiores ou menores médias finais de notas na escola (ver Tabela 2).

Verificando o perfil de uso associado ao nível de dependência de redes na Internet, não foram identificadas diferenças significativas entre os resultados comparando o uso (M=50,16, DP=14,1) e não uso de celular na escola (M= 47,72, DP=12,9) e os escores do IAT ($t=0,853$; $p=0,396$). O mesmo ocorreu na comparação entre aqueles que usam (M=7,68, DP=1,06) e não usam o celular na escola (M=7,83, DP=1,18) quanto ao seu desempenho acadêmico ($t=-0,641$ $p=0,523$).

Ainda quanto ao perfil de uso da Internet, participantes do gênero masculino e feminino foram comparados quanto à necessidade de ter o celular por perto e ao hábito de mexer no celular sem motivo (ver Tabela 3). Não houve diferença significativa entre os gêneros no tocante à necessidade sentida de ter o celular por perto. No entanto, quanto ao comportamento de mexer nele sem motivo, foi identificada diferença significativa, com mulheres (M=3,79, DP=0,98) afirmando terem mais este comportamento do que os homens (M=3,27, DP=1,09).

Tabela 1

Correlação entre dependência de redes sociais na Internet, idade e médias acadêmicas

	Idade	MF Geral	MF Port	MF Lit	MF Mat	MF Fis	MF Qui	MF Bio	MF His	MF Geo	MF Les	MF Red	MF Soc	MF Fil
IAT	,14	-,41*	-,33*	-,34*	-,39*	-,39*	-,43*	-,31*	-,39*	-,34*	-,28*	-,32*	-,32*	-,39*

Nota. * $p<0,01$. MF= Média final; MF-G= Média final geral; Port- português; Lit- literatura; Mat- matemática; Fis- física; Qui- química; Bio- biologia; His- história; Geo- geografia; Les- língua estrangeira; Red- redação; Soc- sociologia; Fil- filosofia.

Outra correlação entre variáveis foi realizada comparando a influência de comportamentos como ter a atenção chamada por um fiscal em sala de aula pelo uso indevido do celular, ter diminuição na atenção pelo uso do celular e ter a sensação de incômodo ao deixar o celular em casa, nos escores

de dependência de Internet para redes sociais e na média final acadêmica. Primeiro, cabe notar que essas variáveis comportamentais apresentaram correlações significativas entre si mesmas, com tamanho de efeito fraco a moderado (ver Tabela 4). Isto é, quanto maior a percepção de diminuição na

Tabela 2

Comparação entre diferentes turnos de uso da Internet quanto à dependência de redes sociais na internet e à média acadêmica final

Horário de uso	IAT					Média final				
	n	M±DP	t (p)	df	D de Cohen	n	M±DP	t (p)	df	D de Cohen
Manhã										
Sim	18	53,0±14,7	1,496 (p=0,138)	88	0,39	18	7,39±1,3	-1,604 (p=0,112)	90	-0,42
Não	72	47,7±13,0				74	7,86±1,0			
Tarde										
Sim	55	49,2±13,7	0,354 (p=0,724)	88	0,07	57	7,84±1,1	0,750 (p=0,455)	90	0,16
Não	33	48,1±13,2				35	7,65±1,1			
Noite										
Sim	75	49,5±13,5	1,159 (p=0,250)	88	0,25	77	7,78±1,1	0,242 (p=0,809)	90	0,80
Não	15	45,1±13,1				15	7,70±1,0			
Madrugada										
Sim	16	54,8±12,6	2,010 (p<0,047)	88	0,55	16	7,69±1,2	-0,309 (p=0,758)	90	-0,08
Não	74	47,5±13,3				76	7,78±1,1			

Tabela 3

Comparação de perfil de uso de celular entre gêneros quanto à necessidade de ter o celular por perto e de mexer nele sem motivo

Perfil de uso	Gênero	n	M± DP	t (p)	df	D de Cohen
Necessidade de ter o celular perto	Masculino	33	3,00±1,03	1,712 (p=0,090)	88	0,37
	Feminino	57	3,39±1,03			
Mexer no celular sem motivo	Masculino	33	3,27±1,09	2,321 (p<0,023)	89	0,50
	Feminino	58	3,79±0,98			

Tabela 4

Correlação de Pearson entre fiscal chamar atenção, diminuição na atenção, incômodo por deixar o celular em casa, média final e IAT

	Incômodo pelo celular esquecido em casa	Advertido pelo fiscal na escola	MF Geral	IAT
Diminuição da atenção ao usar o celular ^a	0,21**	0,32**	-0,17*	0,26**
Incômodo pelo celular esquecido em casa ^b	1	0,29**	-0,09*	0,38***
Advertido pelo fiscal na escola ^c		1	-0,05*	0,36***
MF Geral			1	-0,41***
IAT				1

Nota. *não-significativo; **p<0,05; ***p<0,001; MF Geral: Média final nas disciplinas do colégio. IAT: escore de dependência à Internet.

^aDiminuição da atenção ao usar o celular: "Quando você está usando redes sociais durante a aula, você sente que sua atenção diminui?"

^bIncômodo pelo celular esquecido em casa: "Você se sente incomodado(a) quando esquece (ou se esquecesse) o celular em casa?"

^cAdvertido pelo fiscal na escola: "O fiscal do corredor da sua sala de aula chama sua atenção pelo uso indevido do celular".

atenção, maior também o incômodo sentido por deixar o celular em casa ($r=0,21$; $p<0,046$), bem como maior a chance de ter a atenção chamada pelos fiscais de sala ($r=0,32$; $p<0,002$). Especificamente quanto à relação entre essas variáveis e a média final, não foram encontradas correlações significativas. Em contrapartida, três variáveis demonstraram correlações significativas, com tamanho de efeito fraco a moderado com o escore de dependência ao uso de redes sociais na Internet. Deste modo, maior nível de dependência esteve associado a maior grau de incômodo por esquecer o celular em casa, de sensação de atenção diminuída ao usar o celular e de probabilidade de ter a atenção chamada pelo fiscal de sala pelo uso indevido do celular (ver Tabela 4).

Por fim, foram comparados os níveis de dependência em redes sociais na Internet entre alunos que apresentaram média final acadêmica abaixo ou acima do exigido pelo colégio para aprovação no ano letivo. A instituição tinha como média mínima para aprovação o valor de 6,0. Deste modo, foi observada uma diferença significativa ($t=2,375$, $p<0,020$, D de Cohen=1,00) quanto à dependência de Internet entre o grupo de alunos com média abaixo de 6,0 ($n=6$; $M=61,1$, $DP=8,4$), e o grupo de alunos com média final acima de 6,0 ($n=84$; $M=47,92$, $DP=13,3$), com os participantes com notas finais gerais em nível de reprovação do ano letivo apresentando maiores níveis de dependência em redes sociais na Internet. Todavia, visto que o número de participantes com média final acadêmica abaixo de 6,0 foi muito pequeno ($n=6$), esta análise foi refeita com um ponto de corte mais elevado, comparando os grupos de participantes com médias finais abaixo e acima de 7,0. Nesta nova análise, novamente foi observada uma diferença significativa ($t=3,119$ $p<0,002$, D de Cohen=0,77) no nível de dependência de Internet, com o grupo de participantes com média final abaixo de 7,0 ($n=21$; $M=56,4$, $DP=12,4$) apresentado maiores escores de dependência do que o grupo de participantes com média final acima de 7,0 ($n=69$; $M=46,47$, $DP=12,9$).

Discussão

O acesso facilitado a dispositivos digitais e à Internet tem intensificado o contato com as redes, contribuindo para a consolidação de comportamentos de dependência e uso problemático, com impactos negativos em diversas áreas da vida do usuário. Este estudo buscou analisar padrões de uso da Internet para acesso a redes sociais, níveis de dependência e seus possíveis impactos no desempenho acadêmico de estudantes do ensino médio. Os resultados destacaram que a maior parte da amostra (70%) fazia uso moderado da Internet, conforme as categorias estabelecidas por Young (1998). No entanto, é importante ressaltar que as categorias estabelecidas pela autora apresentam quatro níveis crescentes de uso, desde um uso comum (o de menor frequência de uso) para um uso leve (de frequência levemente acima do primeiro), até um uso moderado (de maior frequência que os dois primeiros) e, por fim, um uso grave associado a dependência. Na amostra deste estudo, 22,2% dos participantes faziam uso leve, enquanto 7,8% faziam uso grave/dependência, e nenhum demonstrou uso comum.

É possível hipotetizar que seja necessário atualizar as categorias definidas por Young, dado que estes valores foram estabelecidos em 1998 e, desde então, o uso da Internet para acesso a redes sociais tem sido cada vez mais uma realidade cotidiana no país. Para tanto, seriam necessários estudos que considerassem percentis de frequência de uso diário da Internet em populações de diferentes faixas etárias, escolaridades e outras variáveis sociodemográficas. Não obstante, com relação aos participantes que fizeram uso em nível de dependência, em comparação com o nível nacional, a literatura aponta prevalências de dependência em Internet próximas às encontradas no atual estudo, variando entre 6% entre estudantes do Ensino Médio e universitário (Brito et al., 2023) a 10,6% (Dalamarina et al., 2021), chegando até mesmo a 24% quando considerados alunos de escola pública na comparação com 10% para alunos de escola particular (Cruz et al., 2018).

Nessa pesquisa, o público feminino apresentou maiores níveis de dependência à Internet e necessidade de acesso ao celular do que os homens da

mesma faixa etária, corroborando os achados de outras pesquisas que também indicaram que mulheres apresentam maior prevalência de uso problemático e dependência em redes sociais (Brito et al., 2023; Dalamaria et al., 2021; Olivella-Cirici et al., 2023). Como hipótese para explicar esta diferença, a literatura sugere que mulheres podem apresentar maior necessidade de conexão *online* para contato social e socialização em redes sociais do que os homens (Brito et al., 2023; Dalamaria et al., 2021; Olivella-Cirici et al., 2023). No entanto, este não é um dado consensual na área, havendo evidência inclusive de maior dependência em Internet e jogos *online* entre o público masculino (Tang et al., 2017).

Não foram identificadas diferenças entre idades e a série escolar no que diz respeito ao nível de dependência de Internet entre a amostra. No entanto, na literatura, os achados de Brito et al. (2023) demonstraram diferença significativa ao comparar estudantes do Ensino Médio, que apresentaram maior nível de dependência em Internet e prejuízo escolar, e universitários. Os resultados divergentes neste estudo podem estar relacionados com a menor diferença etária da amostra (alunos com idades entre 14 e 18 anos) e em séries escolares muito próximas (1º e 2º ano do Ensino Médio).

Os maiores escores de dependência em Internet para uso de rede sociais e o maior tempo de conexão na Internet encontrados na amostra estão relacionados a menores médias escolares, demonstrando seu impacto negativo no desempenho acadêmico dos estudantes e reforçando a literatura na área (Chemnad et al., 2023; Guclu et al., 2024). Atualmente, as redes sociais assumem um papel central na interação social, seja por mensagens ou compartilhamento de informações, sendo associadas a uma maior necessidade de conexão *online*, o que pode acarretar em isolamento social e menor engajamento em outras atividades, especialmente em jovens que desenvolvem dependência (Bozzola et al., 2022). A necessidade de conexão contínua em redes sociais impacta as atividades cotidianas e resulta em desfechos negativos, como, além do prejuízo no desempenho acadêmico já citado, contato prejudicado com familiares, preocupação excessiva

com imagem corporal e maior vulnerabilidade ao desenvolvimento de depressão, sintomas de ansiedade e comportamentos de risco (Bozzola et al., 2022; Moromizato et al., 2017).

Nesse estudo, o uso da Internet durante a madrugada esteve associado a maior nível de dependência das redes sociais. Tal achado sugere que a preferência pelo uso da Internet durante a madrugada esteja relacionada a uma necessidade de passar mais horas conectado às redes, o que indicaria maior nível de dependência. Nesse sentido, a dependência de Internet pode estar associada a prejuízos na qualidade do sono, impactando no desempenho escolar, na saúde física e mental (Cruz, et al., 2018). Além disso, pode também estar associada a prejuízos no desenvolvimento neurológico, comprometendo o funcionamento das funções executivas relacionadas ao raciocínio e ao controle de impulsos, além de impactar na consolidação de memórias e na atenção dos jovens (Young & Abreu, 2019).

Os celulares, quando usados adequadamente em determinados contextos, podem desempenhar um papel auxiliar em atividades educacionais. Contudo, os estudantes tendem a preferir seu uso para atividades de lazer e entretenimento. Deste modo, surge o risco de que o uso de celulares para acesso à Internet se torne uma ferramenta de fuga e distração das atividades escolares, levando a prejuízos no desempenho acadêmico (Amez & Baert, 2020). Todavia, neste estudo, a relação entre o uso de celular em sala de aula e o desempenho acadêmico não foi significativa. Em verdade, o nível de dependência à Internet se mostrou mais associado ao tempo total de consumo diário de Internet em outros estudos (Brito et al., 2023; Chemnad et al., 2023). Deste modo, o uso da Internet durante o período escolar pode não ser o elemento mais importante para se compreender os efeitos do uso problemático da Internet no desempenho acadêmico, como identificado na presente pesquisa. Assim, regras que proíbem o uso do celular na escola, como estabelecido pela lei nº 15.100/2025, por si só, podem não se configurar como a medida mais eficaz de intervenção para melhoria do desempenho acadêmico ou para os comportamentos de dependência do uso de Internet para redes sociais entre os estudantes, como já apontou uma pesquisa recente sobre o tema (Goodyear et al., 2025).

Como forma de intervenção para o uso problemático, pesquisadores recomendam a redução do tempo de uso de Internet não apenas no ambiente escolar, mas também no domiciliar, focando no aprendizado de controle dos níveis de dependência digital. Essas recomendações se alinham aos achados do presente estudo de que o nível de dependência à Internet foi a variável mais consistentemente associada aos prejuízos no desempenho acadêmico dos estudantes. As intervenções devem estimular a prática de atividades físicas, leitura, conscientização sobre o uso responsável das redes sociais e maior envolvimento com atividades culturais. Assim, atuando como estratégias de prevenção e proteção contra a dependência na Internet e seus prejuízos no desempenho escolar (Brito et al., 2023; Dalamaria et al., 2021; Goodyear et al., 2025; Paterna et al., 2024).

Com relação às intervenções terapêuticas para dependência, a literatura aponta as Terapias Cognitivo-Comportamentais (TCCs) como alternativa terapêutica psicológica proeminente no tratamento de transtornos de impulsos, dependência de Internet e jogos (Alavi et al., 2021; Lindenberg et al., 2022). Nas TCCs, são trabalhados o funcionamento cognitivo e a influência dos pensamentos e crenças pessoais, respostas emocionais e comportamentos na forma como os indivíduos interpretam seu ambiente e suas vivências (Beck, 2021). No tratamento de dependência de Internet, busca-se identificar a função do uso das redes sociais no cotidiano do usuário, como surgem os comportamentos de dependência, as cognições desadaptativas envolvidas e o estabelecimento de estratégias para controle de impulsos. Além disso, propõe-se a autoconscientização, a gestão de tempo de uso, o automonitoramento de pensamentos e gatilhos situacionais envolvidos no comportamento de compulsão, e a prevenção de recaídas (Alavi et al., 2021; Santos et al., 2017). Nesse sentido, as intervenções se baseiam em um equilíbrio que vai além da simples proibição, visando a moderação no perfil do uso da Internet por meio da integração das estratégias terapêuticas e da diversificação de atividades fora das redes na rotina do usuário (Young & Abreu, 2011).

Considerações

Os achados deste estudo podem levar a discussões pertinentes quanto ao uso de Internet na atualidade, investigando especificamente os impactos da dependência e do uso problemático nos comportamentos e no desenvolvimento escolar dos estudantes. Contudo, é importante destacar algumas limitações metodológicas do estudo. Primeiro, a amostra utilizada é relativamente pequena e foi recrutada por conveniência de uma única escola de Ensino Médio particular da cidade de Aracaju, capital de Sergipe. Segundo, a natureza transversal do estudo limita as análises a associações entre variáveis, sem a possibilidade de se buscar determinar relações temporais ou causais definitivas. Assim, estudos futuros podem explorar diferentes etapas escolares e comparar alunos de diversas faixas etárias e de diferentes regiões quanto aos impactos da dependência do celular, das redes sociais e, de modo geral, da Internet, no seu desempenho acadêmico. Por fim, recomenda-se também a investigação do impacto da dependência de Internet e das redes sociais em outros construtos psicológicos para além do desempenho acadêmico, como, por exemplo, sintomas associados à saúde mental, funções cognitivas, padrões de interação social e familiar, a fim de melhor compreender os efeitos dessa realidade que se mostra cada dia mais uma constante na vida cotidiana das novas gerações.

Referências

- Alavi, S. S., Ghanizadeh, M., Mohammadi, M. R., Jannatifard, F., Esmaili Alamuti, S., & Farahani, M. (2021). The effects of cognitive-behavioral group therapy for reducing symptoms of internet addiction disorder and promoting quality of life and mental health. *Trends in Psychiatry and Psychotherapy*, 43(1), 47-56. <https://doi.org/10.47626/2237-6089-2020-0010>
- American Psychiatric Association. (2023). *Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais* (5ª ed.). Artmed.
- Amez, S., & Baert, S. (2020). Smartphone use and academic performance: A literature review. *International Journal of Educational Research*, 103, 101618. <https://doi.org/10.1016/j.ijer.2020.101618>
- Ávila, G. B., Santos, É. N., Jansen, K., & Barros, F. C. (2020). Internet addiction in students from an educational institution in Southern Brazil: prevalence and associated

- factors. *Trends in Psychiatry and Psychotherapy*, 42(4), 302-310. <https://doi.org/10.1590/2237-6089-2019-0098>
- Beck, J. S. (2021). *Terapia Cognitivo-Comportamental: Teoria e Prática* (3ª ed.). Artmed.
- Bezerra, K. G. (2019). *Impacto do Uso das Redes Sociais Virtuais no Desempenho Escolar de Adolescentes no Ensino Médio*. [Trabalho de Conclusão de Curso de Especialização em Terapia Cognitivo-Comportamental]. Instituto Minerva de Educação Avançada (IMEA). Pós-Graduação em Ciências Médicas FELUMA.
- Bisen, S. S., & Deshpande, Y. M. (2018). Understanding internet addiction: a comprehensive review. *Mental Health Review Journal*, 23(3), 165-184. <https://doi.org/10.1108/MHRJ-07-2017-0023>
- Bousoño-Serrano, M., Al-Halabí, S., Burón, P., Garrido, M., Díaz-Mesa, E. M., Galván, G., García-Álvarez, L., Carli, V., Hoven, C., Sarchiapone, M., Wasserman, D., Bousoño, M., García-Portilla, M. P., Iglesias, C., Sáiz, P. A., & Bobes, J. (2017). Substance use or abuse, internet use, psychopathology and suicidal ideation in adolescents. *Adicciones*, 29(2), 97-104. <https://doi.org/10.20882/adicciones.811>
- Bozzola, E., Spina, G., Agostiniani, R., Barni, S., Russo, R., Scarpato, E., Di Mauro, A., Di Stefano, A. V., Caruso, C., Corsello, G., & Staiano, A. (2022). The Use of Social Media in Children and Adolescents: Scoping Review on the Potential Risks. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(16), 9960. <https://doi.org/10.3390/ijerph19169960>
- Brasil. Lei Nº 15.100, de 13 de janeiro de 2025. (2025). *Dispõe sobre a utilização, por estudantes, de aparelhos eletrônicos portáteis pessoais nos estabelecimentos públicos e privados de ensino da educação básica*. Diário Oficial da União. <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/lei-n-15.100-de-13-de-janeiro-de-2025-606772935>
- Brito, A. B., Lima, C. A., Brito, K. D. P., Freire, R. S., Messias, R. B., Rezende, L. F., Brito, M. F. S. F., Pinho, L., & Silveira, M. F. (2023). Prevalence of internet addiction and associated factors in students. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 40, e200242. <https://doi.org/10.1590/1982-0275202340e200242>
- Brito, A. B., Pinho, L., Brito, M. F. S. F., Messias, R. B., Brito, K. D. P., Rodrigues, C. A. O., Reis, V. M. C. P., & Silveira, M. F. (2021). Propriedades psicométricas do Internet Addiction Test em estudantes de Montes Claros, Minas Gerais, Brasil. *Cadernos de Saúde Pública*, 37(5), e00212619. <https://doi.org/10.1590/0102-311x00212619>
- Caplan, S. E. (2002). Problematic internet use and psychosocial well-being: development of a theory-based cognitive-behavioral measurement instrument. *Computers in Human Behavior*, 18(5), 553-575. [https://doi.org/10.1016/S0747-5632\(02\)00004-3](https://doi.org/10.1016/S0747-5632(02)00004-3)
- Cash, H., Rae, C. D., Steel, A. H., & Winkler, A. (2012). Internet Addiction: A Brief Summary of Research and Practice. *Current Psychiatry Reviews*, 8(4), 292-298. <https://doi.org/10.2174/157340012803520513>
- Castells, M. (2002). *A Sociedade em Rede* (6ª ed.). Paz e Terra.
- Chemnad, K., Aziz, M., Abdelmoneium, A. O., Al-Harashsheh, S., Baghdady, A., Al Motawaa, F. Y., Alsayed Hassan, D., & Ali, R. (2023). Adolescents' Internet addiction: Does it all begin with their environment? *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 17(87), 1-14. <https://doi.org/10.1186/s13034-023-00626-7>
- Conti, M. A., Jardim, A. P., Hearst, N., Cordás, T. A., Tavares, H., & Abreu, C. N. (2012). Avaliação da equivalência semântica e consistência interna de uma versão em português do Internet Addiction Test (IAT). *Archives of Clinical Psychiatry*, 39(3), 106-110. <https://doi.org/10.1590/S0101-60832012000300007>
- Cruz, F. A. D., Scatena, A., Andrade, A. L. M., & Micheli, D. (2018). Evaluation of Internet addiction and the quality of life of Brazilian adolescents from public and private schools. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 35(2), 193-204. <https://doi.org/10.1590/1982-02752018000200008>
- Dalamaria, T., Pinto, W. J., Farias, E. S., & Souza, O. F. (2021). Internet addiction among adolescents in a western Brazilian amazonian city. *Revista Paulista de Pediatria*, 39, e2019270. <https://doi.org/10.1590/1984-0462/2021/39/2019270>
- Evren, C., Dalbudak, E., Evren, B., & Demirci, A. C. (2014). High risk of Internet addiction and its relationship with lifetime substance use, psychological and behavioral problems among 10(th) grade adolescents. *Psychiatria Danubina*, 26(4), 330-339.
- Fernandes, B., Maia, B. R., & Pontes, H. M. (2019). Adicção à internet ou uso problemático da internet? Qual dos termos usar? *Psicologia USP*, 30, e190020. <https://doi.org/10.1590/0103-6564e190020>
- Goodyear, V. A., Randhawa, A., Adab, P., Al-Janabi, H., Fenton, S., Jones, K., Michail, M., Morrison, B., Patterson, P., Quinlan, J., Sitch, A., Twardochleb, R., Wade, M., & Pallan, M. (2025). School phone policies and their association with mental wellbeing, phone use, and social media use (SMART Schools): a cross-sectional observational study. *The Lancet regional health. Europe*, 51, 101211. <https://doi.org/10.1016/j.lanepe.2025.101211>
- Guclu, Y., Guclu, O. A., & Demirci, H. (2024). Relationships between internet addiction, smartphone addiction, sleep quality, and academic performance among high-school students. *Revista da Associação Médica Brasileira*, 70(3), e20230868. <https://doi.org/10.1590/1806-9282.20230868>
- Henzel, V., & Håkansson, A. (2021). Hooked on virtual social life. Problematic social media use and associations with mental distress and addictive disorders. *PLoS One*, 16(4), e0248406. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0248406>

- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. (2024). *92,5% domicílios tinham acesso à Internet no Brasil*. Ministério do Planejamento e Orçamento. <https://educa.ibge.gov.br/jovens/materias-especiais/21581-informacoes-atualizadas-sobre-tecnologias-da-informacao-e%20comunicacao.html>
- JASP Team. (2024). *JASP* (Version 0.18.3) [Computer software]. University of Amsterdam.
- Lee, J., Lee, S., & Shin, Y. (2024). Lack of Parental Control Is Longitudinally Associated With Higher Smartphone Addiction Tendency in Young Children: A Population-Based Cohort Study. *Journal of Korean Medical Science*, *39*(34), e254. <https://doi.org/10.3346/jkms.2024.39.e254>
- Li, J., Sun, W., Luo, Z., Liu, Y., Huang, X., Jiang, D., Li, S., Meng, J., Gu, F., Zhang, R., & Song, P. (2024). Dose-Response Associations of Internet Use Time and Internet Addiction With Depressive Symptoms Among Chinese Children and Adolescents: Cross-Sectional Study. *JMIR Public Health and Surveillance*, *10*, e53101. <https://doi.org/10.2196/53101>
- Lindenberg, K., Kindt, S., & Szász-Janocha, C. (2022). Effectiveness of Cognitive Behavioral Therapy-Based Intervention in Preventing Gaming Disorder and Unspecified Internet Use Disorder in Adolescents: A Cluster Randomized Clinical Trial. *JAMA Network Open*, *5*(2), e2148995. <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2021.48995>
- Liu, M., & Luo, J. (2015). Relationship between peripheral blood dopamine level and internet addiction disorder in adolescents: a pilot study. *International Journal of Clinical and Experimental Medicine*, *8*(6), 9943-9948.
- Loleska, S., & Pop-Jordanova, N. (2021). Is Smartphone Addiction in the Younger Population a Public Health Problem? *Prilozi*, *42*(3), 29-36. <https://doi.org/10.2478/prilozi-2021-0032>
- Lopez-Fernandez, O., & Kuss, D. J. (2020). Preventing Harmful Internet Use-Related Addiction Problems in Europe: A Literature Review and Policy Options. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *17*(11), 3797. <https://doi.org/10.3390/ijerph17113797>
- Ma, P., He, B. K., Pan, W. H., Qin, P. F., & Zhao, S. Y. (2020). The Influence of Undergraduate's Mobile Phone Addiction on Learning Burnout: Based on Latent Moderated Structural Equation. *Psychology*, *11*, 966-979. <https://doi.org/10.4236/psych.2020.116062>
- Machado, M. R., Bruck, I., Antoniuk, S. A., Cat, M. N. L., Soares, M. C., & Silva, A. F. (2018). Dependência de internet e sua correlação com sintomas comportamentais e prejuízos funcionais - Um estudo transversal. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, *67*(1), 34-38. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000181>
- Marin, M. G., Nuñez, X., & Almeida, R. M. M. (2021). Internet Addiction and Attention in Adolescents: A Systematic Review. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, *24*(4), 237-249. <https://doi.org/10.1089/cyber.2019.0698>
- Moromizato, M. S., Ferreira, D. B. B., Souza, L. S. M., Leite, R. F., Macedo, F. N., & Pimentel, D. (2017). O Uso de Internet e Redes Sociais e a Relação com Índícios de Ansiedade e Depressão em Estudantes de Medicina. *Revista Brasileira de Educação Médica*, *41*(4), 497-504. <https://doi.org/10.1590/1981-52712015v41n4rb20160118>
- Muñoz-Miralles, R., Ortega-González, R., López-Morón, M. R., Batalla-Martínez, C., Manresa, J. M., Montellà-Jordana, N., Chamarro, A., Carbonell, X., & Torán-Monserrat, P. (2016). The problematic use of Information and Communication Technologies (ICT) in adolescents by the cross sectional JOITIC study. *BMC Pediatrics*, *16*(140), 1-11. <https://doi.org/10.1186/s12887-016-0674-y>
- Nery, C. (2024). *Em 2023, 88,0% das pessoas com 10 anos ou mais utilizaram Internet*. Agência IBGE Notícias. <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/41026-em-2023-87-2-das-pessoas-com-10-anos-ou-mais-utilizaram-internet>
- Nesi, J., & Prinstein, M. J. (2019). In Search of Likes: Longitudinal Associations Between Adolescents' Digital Status Seeking and Health-Risk Behaviors. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, *48*(5), 740-748. <https://doi.org/10.1080/15374416.2018.1437733>
- Olivella-Cirici, M., Garcia-Conte, X., Bartroli Checa, M., Serral Cano, G., & Pérez Albarracín, G. (2023). El uso problemático del teléfono móvil: análisis transversal del perfil individual y factores asociados. *Revista española de salud pública*, *97*, e202305036.
- Organização das Nações Unidas. (2022). *Crescimento da Internet Desacelera e 2,7 Bilhões Ficam Fora da Rede*. <https://news.un.org/pt/story/2022/09/1801381>
- Papalia, D. E., & Martorell, G. (2022). *Desenvolvimento Humano* (14ª ed.). AMGH Editora LTDA.
- Paterna, A., Alcaraz-Ibáñez, M., Aguilar-Parra, J. M., Salavera, C., Demetrovics, Z., & Griffiths, M. D. (2024). Problematic smartphone use and academic achievement: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Behavioral Addictions*, *13*(2), 313-326. <https://doi.org/10.1556/2006.2024.00014>
- Pedrouzo, S. B., & Krynski, L. (2023). Hyperconnected: Children and adolescents on social media. The TikTok phenomenon. Hiperconectados: las niñas, los niños y los adolescentes en las redes sociales. El fenómeno de TikTok. *Archivos Argentinos de Pediatría*, *121*(4), e202202674. <https://doi.org/10.5546/aap.2022-02674.eng>
- Pereira, F. R. S., & Cardoso de Sá, L. G. (2021). iUPI, um novo instrumento para avaliar uso problemático da internet. *Psicologica*, *64*(1), 89-119. https://doi.org/10.14195/1647-8606_64-1_5
- Santos, R. O. (2022). Algoritmos, engajamento, redes sociais e educação. *Acta Scientiarum Education*, *44*, e52736. <https://doi.org/10.4025/actascieduc.v44i1.52736>
- Santos, V. L. C., & Santos, J. E. (2014). As redes sociais digitais e sua influência na sociedade e educação contemporâneas. *Holos*, *6*, 307-328. <https://doi.org/10.15628/holos.2014.1936>

- Santos, V., Freire, R., Zugliani, M., Cirillo, P., Santos, H. H. K., Nardi, A. E., & King, A. L. S. (2017). Treatment outcomes in patients with Internet Addiction and anxiety. *MedicalExpress*, 4 (2), M170206. <https://doi.org/10.5935/MedicalExpress.2017.02.06>
- Shapira, N. A., Lessig, M. C., Goldsmith, T. D., Szabo, S. T., Lazoritz, M., Gold, M. S., & Stein, D. J. (2003). Problematic internet use: proposed classification and diagnostic criteria. *Depression and Anxiety*, 17(4), 207-216. <https://doi.org/10.1002/da.10094>
- Sherer, J., & Levounis, P. (2022). Technological Addictions. *Current Psychiatry Reports*, 24(9), 399-406. <https://doi.org/10.1007/s11920-022-01351-2>
- Silva, H. W., Lopes, N. A., Bispo, A. S., & Moreira, K. C. (2019). Diagnóstico e estratégia de prevenção ao uso abusivo de smartphones na escola. *Educitec - Revista de Estudos e Pesquisas sobre Ensino Tecnológico*, 5(12), 144-163. <https://doi.org/10.31417/educitec.v5i12.858>
- Tang, C. S., Koh, Y. W., & Gan, Y. (2017). Addiction to Internet Use, Online Gaming, and Online Social Networking Among Young Adults in China, Singapore, and the United States. *Asia-Pacific journal of public health*, 29(8), 673-682. <https://doi.org/10.1177/1010539517739558>
- Tian, J., Zhao, J. Y., Xu, J. M., Li, Q. L., Sun, T., Zhao, C. X., Gao, R., Zhu, L. Y., Guo, H. C., Yang, L. B., Cao, D. P., & Zhang, S. E. (2021). Mobile Phone Addiction and Academic Procrastination Negatively Impact Academic Achievement Among Chinese Medical Students. *Frontiers in Psychology*, 12, 758303. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.758303>
- Weinstein, A., & Lejoyeux, M. (2010). Internet Addiction or Excessive Internet Use. *The American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, 36(5), 277-283. <https://doi.org/10.3109/00952990.2010.491880>
- Widyanto, L., & McMurrin, M. (2004). The psychometric properties of the internet addiction test. *Cyberpsychology & Behavior: The Impact of the Internet, Multimedia and Virtual Reality on Behavior and Society*, 7(4), 443-450. <https://doi.org/10.1089/cpb.2004.7.443>
- Xue, Y., Xue, B., Zheng, X., Shi, L., Liang, P., Xiao, S., Dong, F., Zhang, J., Chen, Y., Liu, Y., Qin, Z., & Zhang, C. (2023). Associations between internet addiction and psychological problems among adolescents: description and possible explanations. *Frontiers in Psychology*, 14, 1097331. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1097331>
- Young, K. (2009). Internet Addiction: Diagnosis and Treatment Considerations. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 39, 241-246. <https://doi.org/10.1007/s10879-009-9120-x>
- Young, K. S. (1998). Internet addiction: the emergence of new clinical disorder. *Cyber Psychology & Behavior*, 1(3), 237-244. <https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237>
- Young, K. S., & Abreu, C. N. (2019). *Dependência de Internet em Crianças e Adolescentes: Fatores de Risco, Avaliação e Tratamento*. Artmed.
- Young, K. S., & Abreu, C. N. (Orgs.), (2011). *Dependência de Internet: Manual e Guia de Avaliação e Tratamento*. Artmed.



Este é um artigo de acesso aberto distribuído nos termos de licença Creative Commons.

Correspondência

Diogo Araújo DeSousa
Universidade Federal de Sergipe,
Departamento de Psicologia
Av. Marcelo Deda Chagas, s/n - bairro Rosa Elze
São Cristóvão, SE, Brasil - CEP 49107-230.
E-mail: diogo.a.sousa@gmail.com