

DEPARTAMENTO DE CIÊNCIAS SOCIAIS E HUMANAS
LICENCIATURA EM PSICOLOGIA

**IMPACTO DA EXPOSIÇÃO EXCESSIVA DE ADOLESCENTES DOS
14 AOS 17 ANOS DE IDADE EM REDES SOCIAIS E SUAS
IMPLICAÇÕES NA RELAÇÃO FAMILIAR, NO BAIRRO 11 DE
NOVEMBRO-VIDRUL NO ANO 2024**

Autor: Tatiana Adão Nobre de Carvalho

Orientador: Marília Augusta Soares da Costa Paim, MSc

Luanda, 2025

DEPARTAMENTO DE CIÊNCIAS SOCIAIS E HUMANAS
LICENCIATURA EM PSICOLOGIA

**IMPACTO DA EXPOSIÇÃO EXCESSIVA DE ADOLESCENTES DOS
14 AOS 17 ANOS DE IDADE EM REDES SOCIAIS E SUAS
IMPLICAÇÕES NA RELAÇÃO FAMILIAR, NO BAIRRO 11 DE
NOVEMBRO-VIDRUL NO ANO 2024**

Trabalho de Fim de Curso apresentado ao Instituto Superior de Angola, como requisito para a obtenção do grau de Licenciado em Psicologia, sob a orientação da Prof. Marília Augusta Soares da Costa Paim, MSc

Autor: Tatiana Adão Nobre de Carvalho

Orientador: Marília Augusta Soares da Costa Paim, MSc

Luanda, 2025



INSTITUTO
SUPERIOR
DE ANGOLA

DEPARTAMENTO DE CIÊNCIAS SOCIAIS E HUMANAS
LICENCIATURA EM PSICOLOGIA

**IMPACTO DA EXPOSIÇÃO EXCESSIVA DE ADOLESCENTES DOS
14 AOS 17 ANOS DE IDADE EM REDES SOCIAIS E SUAS
IMPLICAÇÕES NA RELAÇÃO FAMILIAR, NO BAIRRO 11 DE
NOVEMBRO-VIDRUL NO ANO 2024**

O JÚRI

Presidente _____

1º Vogal _____

2º Vogal _____

Secretário _____

CLASSIFICAÇÃO: _____

DATA DA MONOGRAFIA ____/____/____

DEDICATÓRIA

Dedico este trabalho aos meus pais, Diotério Nunes e Maria Elizabeth Adão que sempre acreditaram em mim e me apoiar incondicionalmente. Seu amor e suporte foram fundamentais para minha jornada.

AGRADECIMENTOS

Primeiramente quero agradecer a Deus por me permitir estar aqui hoje junto de vós, a fim de explanar os meus conhecimentos.

Aos meus pais, pelo apoio incondicional, amor e incentivo em cada etapa da minha vida acadêmica. Sem vocês, nada disso seria possível.

A minha orientadora Marília Augusta Soares da Costa Paim, por sua orientação, paciência e valiosas contribuições, Sua sabedoria e dedicação foram fundamentais para o desenvolvimento deste estudo.

Aos professores e colegas, pelas discussões, sugestões e críticas construtivas, que enriqueceram minha visão sobre o tema.

Ao meu parceiro que sempre esteve ao meu lado oferecendo amor, apoio e palavras de encorajamento, este trabalho é um reflexo de seu carinho e incentivo.

Aos meus amigos, que estiveram ao meu lado nos momentos de alegria e nos desafios. Obrigada pelas palavras de encorajamento e pela companhia constante.

A todos que, de alguma forma, contribuíram para a realização deste trabalho, meu sincero agradecimento. Suas contribuições e suporte foram essenciais para a conclusão desta monografia.

EPÍGRAFE

"A tecnologia nos trouxe para mais perto
daqueles que estão longe mas nos afastou
daqueles que estão perto."
(Michel de Montaigne).

RESUMO

O presente estudo investiga os efeitos da exposição excessiva às redes sociais em adolescentes de 14 a 17 anos e suas implicações nas relações familiares. A pesquisa Descritiva, abordagem mista. O problema foi: Que Implicações da exposição excessiva de adolescentes dos 14 aos 17 anos de idade em redes sociais tem nas relações familiares?. Levantamos as seguintes hipóteses, a exposição excessiva dos adolescentes em redes sociais tem implicações negativas no comportamento dos mesmos; O acesso a conteúdos nas redes sociais pelos adolescentes dos 14 aos 17 anos de idade faz com que haja uma desmotivação no atendimento as actividades e familiares. Os nossos objetivos foram, Analisar as implicações da exposição excessiva de adolescentes em redes sociais nas relações familiares. Os específicos foram, Compreender a exposição excessiva dos adolescentes em redes sociais e suas implicações negativas no comportamento dos mesmos; Avaliar os conteúdos sobre sexualidade, moda, negócio, relações familiares, auto-ajuda sobre a vida dos adolescentes. A nossa amostra será composta por 10 adolescentes com às idades compreendidas dos 14 aos 17 anos de idade. A investigação mostrou que parte dos jovens tende a substituir o diálogo familiar por interações virtuais, o que pode contribuir, ao longo do tempo, para o enfraquecimento dos laços afetivos no ambiente doméstico. Sugerimos Promover conversas regulares entre pais e filhos, com escuta ativa e sem julgamentos.

Palavras-chave: Exposição Excessiva; Adolescentes; Redes Sociais; Relação Familiar.

ABSTRACT

This study investigates the effects of excessive exposure to social networks in adolescents aged 14 to 17 and its implications on family relationships. Descriptive research, mixed approach. The problem was: What implications does the excessive exposure of adolescents aged 14 to 17 on social networks have on family relationships? We raise the following hypotheses: excessive exposure of adolescents on social networks has negative implications for their behavior; Access to content on social media by adolescents aged 14 to 17 years old leads to a lack of motivation to attend activities and family members. Our objectives were to analyze the implications of excessive exposure of adolescents on social networks in family relationships. The specific ones were, Understanding the excessive exposure of teenagers on social networks and its negative implications on their behavior; Evaluate content on sexuality, fashion, business, family relationships, self-help about the lives of teenagers. Our sample will consist of 10 adolescents aged between 14 and 17 years old. The research showed that some young people tend to replace family dialogue with virtual interactions, which can contribute, over time, to the weakening of emotional bonds in the domestic environment. We suggest promoting regular conversations between parents and children, with active listening and without judgment.

Keywords: Excessive Exposure; Teenagers; Social media; Family Relationship.

LISTA DE TABELAS

Tabela 1. Apresentação dos dados pelo Sexo.....	34
Tabela 2. Apresentação dos dados pela Idade.....	35
Tabela 3. Apresentação dos dados pela frequência às aulas.....	36
Tabela 4. Apresentação dos dados pela Classe.....	37
Tabela 5. Apresentação dos dados pela rede social que usam (Facebook)	38
Tabela 6. Apresentação dos dados pela principal rede social virtual	39
Tabela 7. Apresentação dos dados pelo número de seguidores.....	40
Tabela 8 Apresentação dos dados pelo número de seguidores conhecidos.....	41
Tabela 9. Apresentação dos dados pelo tempo de conversa.....	42
Tabela 10. Apresentação dos dados pelo apoio social percebido em momentos de crise.....	43
Tabela 11. Apresentação dos dados pelo Tempo Gasto nas Redes Sociais por Dia.	Erro! Indicador não definido.

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1. Apresentação dos dados pelo Sexo.....	34
Gráfico 2. Apresentação dos dados pela Idade	35
Gráfico 3. Apresentação dos dados pela frequência às aulas.....	36
Gráfico 4. Apresentação dos dados pela Classe.....	37
Gráfico 5. Apresentação dos dados pela rede social que usam (Facebook).....	38
Gráfico 6. Apresentação dos dados pela principal rede social virtual.....	39
Gráfico 7. Apresentação dos dados pelo número de seguidores.....	40
Gráfico 8. Apresentação dos dados pelo número de seguidores conhecidos.....	41
Tabela 9. Apresentação dos dados pelo tempo de conversa.....	42
Gráfico 9. Apresentação dos dados pelo tempo de conversa	42
Tabela 10. Apresentação dos dados pelo apoio social	43
Tabela 11. Apresentação dos dados pelo Tempo Gasto nas Redes Sociais.....	Erro!
Indicador não definido.	

ÍNDICE

1. INTRODUÇÃO	1
CAPITULO I- FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA.....	4
1.1. Definição dos termos e conceitos.....	4
1.1.1. Exposição excessiva	4
1.1.1.2. Adolescência	4
1.1.2. Rede sociais.....	5
1.2. Adolescência e Desenvolvimento.....	5
1.2.1. Fases da Adolescência	6
1.3. Fundamentos de Redes Sociais.....	8
1.3.1. Evolução das redes sociais	10
1.3.2. Redes Sociais Mais Populares	11
1.3.2.1. Redes Sociais de Relacionamento.....	11
1.3.2.3. Redes Sociais de Entretenimento	11
1.3.2.3. Redes Sociais Profissionais	12
1.4. A Relação entre Adolescentes e as Redes Sociais.....	12
1.4.1. Moldagem das Redes Sociais no Comportamento Social dos Adolescentes	14
1.4.2. Influência das redes sociais nas relações interpessoais dos adolescentes ..	15
1.5. Consequências Psicológicas do uso excessivo das redes sociais	16
1.6. Impacto do Uso das Redes Sociais na Vida dos Adolescentes	17
1.7. O Papel da Família.....	19
1.7.1. A família na educação dos adolescentes	20
1.7.2. Participação da família no controle do uso das redes sociais	21
1.7.2.1. Dificuldades nas negociações do uso das tecnologias entre pais e adolescentes	22
1.8. Problemas comportamentais decorrentes do uso excessivo.....	22

1.9. Compreensão das redes sociais no cotidiano de adolescentes	23
1.9.1. Relação comportamental dos adolescentes conforme os efeitos positivos ...	24
1.9.2. Riscos e efeitos prejudiciais decorrentes de uso excessivo	24
CAPITULO II - METODOLOGIA DE PESQUISA.....	26
2.1. Tipo de pesquisa	26
2.2. Modelo de abordagem.....	26
2.3. Nível de Estruturação dos Métodos.....	27
2.4. Técnicas de recolha de dados.....	28
2.5. Instrumentos e procedimentos de recolha de dados	28
2.6. População e amostra.....	28
2.7. Dificuldades encontradas	28
CAPÍTULO III. DISCUSSÃO E RESULTADOS	29
3.1. Apresentação e interpretação dos resultados	29
3.2. Discussão dos Resultados	40
CONCLUSÃO	42
SUGESTÃO	44
REFERÊNCIAS BIBLIOGRAFICAS	45
APÊNDICE	52
ANEXOS	40

1. INTRODUÇÃO

A sociedade vem em uma crescente evolução e é reconhecida também pelos instrumentos que utiliza para se desenvolver. Vivemos em uma época marcada por diversas formas de comunicação e acesso a vasta gama de informações que transforma a relação do homem com o tempo e espaço. O presente tema aborda sobre, impacto da exposição excessiva de adolescentes dos 14 aos 17 anos de idade em redes sociais e suas implicações na relação familiar.

Sabe-se que a era digital tem exercido um domínio crescente na sociedade contemporânea. O uso frequente das redes sociais, em particular, tem alcançado milhares de pessoas, incluindo os adolescentes.

De acordo com Carvalho (2011), essas plataformas têm experimentado um crescimento significativo nos últimos anos, proporcionando a conexão entre pessoas e expandindo as relações sociais, além de oferecer acesso a informações diversas.

O avanço tecnológico da internet, transformaram significativamente a dinâmica social dos adolescentes, bem como a forma como eles interagem entre si. Os adolescentes representam um dos grupos mais impactados pelo uso excessivo das redes sociais, gerando preocupações sobre as suas implicações no convívio familiar.

O uso excessivo das redes sociais por parte dos adolescentes pode afetar o desempenho acadêmico, a saúde mental e emocional. Alguns estudos mostram que o uso excessiva das redes sociais pode levar ao isolamento social, dificultando o desenvolvimento de habilidades socioemocionais e impactando negativamente os vínculos afetivos.

Com a crescente exposição dos adolescentes nas redes sociais, oque levanta várias preocupações sobre seus impactos no desenvolvimento social, emocional e na relação familiar.

No bairro 11 de Novembro, localizado na Vidrull, muitos adolescentes com idades compreendidas entre 14 e 17 anos, passam grande parte do seu tempo conectados a plataformas digitais, o que pode estar interferindo na qualidade da interação com seus familiares.

Diante das implicações e dos impactos da exposição excessiva dos adolescentes nas redes sociais, levantamos a seguinte de partida: **Que Implicações**

da exposição excessiva de adolescentes dos 14 aos 17 anos de idade em redes sociais tem nas relações familiares?

Hipóteses

Podemos considerar a hipótese como um enunciado geral de relações entre variável (factos, fenómenos) (Castilho, 2014).

- **H1:** A exposição excessiva dos adolescentes em redes sociais tem implicações negativas no comportamento dos mesmos;
- **H2:** O acesso a conteúdos nas redes sociais pelos adolescentes dos 14 aos 17 anos de idade faz com que haja uma desmotivação no atendimento as actividades e familiares;
- **H3:** A exposição excessiva de adolescentes em redes sociais pode causar desestruturação familiar;
- **H4:** O tempo em que o adolescente fica exposto em redes sociais é superior ao tempo que deve a dialogar com os membros da família;
- **H5:** Conteúdos sobre sexualidade, moda, negócio, relações familiares, autoajuda sobre a vida, são os que mais atraem os adolescentes a se exporem frequentemente em redes sociais;

Objectivos

Por meio dos objectivos, indicam-se a pretensão com o desenvolvimento da pesquisa e quais os resultados que se buscam alcançar. A especificação do objectivo de uma pesquisa responde às questões para quê? (Brandão, 2000).

Geral:

- Analisar as implicações da exposição excessiva de adolescentes em redes sociais nas relações familiares.

Específicos:

- Compreender a exposição excessiva dos adolescentes em redes sociais e suas implicações negativas no comportamento dos mesmos;
- Avaliar os conteúdos sobre sexualidade, moda, negócio, relações familiares, auto-ajuda sobre a vida dos adolescentes;
- Verificar a exposição excessiva de adolescentes em redes sociais na desestruturação familiar;

- Identificar o acesso a conteúdos nas redes sociais pelos adolescentes dos 14 aos 17 anos de idade;

Delimitação e limitação

Delimitação: o estudo será delimitado no Bairro 11 de Novembro de Julho a Outubro de 2024.

Limitação: o estudo será limitado aos adolescentes dos 14 aos 17 anos de idade do referido bairro.

Justificativa

Este estudo se justifica por apresentar relevância, ao enfocar e buscar, identificar e compreender a exposição excessiva em redes sociais e saber seus impactos.

O presente trabalho justifica-se pelo facto de haver pouco acompanhamento dos adolescentes que se expõe com frequência nas redes sociais. O forte desejo de contribuir para a percepção do tema em questão para a comunidade académica, bem como o público alvo a fim de ajudar esses mesmo adolescentes reduzir a frequência excessiva nas redes sociais, promover a maior segurança ao utilizar às redes sociais, utilizar corretamente às redes sociais a fim de um bom benefício e estabelecer a relação familiar.

Estrutura do trabalho

O trabalho está estruturado da seguinte forma:

Introdução; Capítulo I, II e III; Conclusões, Sugestão; Referências Bibliográficas; Apêndices; Anexos.

CAPITULO I- FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

1.1. Definição dos termos e conceitos

1.1.1. Exposição excessiva

É um reflexo de uma sociedade capitalista que valoriza a visibilidade e o reconhecimento social, os indivíduos, ao se exporem, buscam aprovação e validação, o que pode levar a um comportamento compulsivo de compartilhamento (Camila, Rocha e Priscila Pesqueira de Souza, 2019).

É uma dinâmica que gera um ambiente propício para discriminações, ameaças e humilhações, que podem abalar a autoestima e a saúde emocional dos indivíduos (IPqHC, 2024).

É uma ferramentas que dá ênfase ao desenvolvimento de transtornos como ansiedade e depressão, ele destaca que fatores como comparação social, cyberbullying e exposição a notícias negativas podem desencadear problemas de saúde mental (Dino, 2023).

Entendemos que exposição excessiva é o ato de se expor ou expor as outras pessoas nas redes sociais.

1.1.1.2. Adolescência

É o período singular do desenvolvimento humano, distinto da infância e vida adulta (Shoen-Ferreira, Aznar-Farias & Silves, 2010).

É consequência inevitável do desenvolvimento, como período de passagem obrigatório para a vida adulta, sinalizada pelo aparecimento de marcas corporais e significadas como uma fase problemática da vida (Naves, 2016, p. 34).

É o período de transição entre a infância e a vida adulta, caracterizado pelos impulsos do desenvolvimento físico, mental, emocional, sexual e social e pelos esforços do indivíduo em alcançar os objetivos relacionados às expectativas culturais da sociedade em que vive, (Eisenstein, 2005).

Adolescência é uma fase de transição do indivíduo entre a infância e a idade adulta.

1.1.2. Rede sociais

As redes sociais são definidas como serviços presentes na Internet que possibilitam aos usuários construir perfis; articular uma relação entre utilizadores para partilha de interesses comuns, o que permite ver e extrapolar a sua lista de conexões e a de todos os usuários inseridos no sistema (Boyd & Ellison, 2007).

As redes sociais também podem ser vistas como um aglomerado de dispositivos destinados a oferecer suporte à interação ocorrida entre usuários que produzem e compartilham conteúdos (Kotler & Armstrong, 2012).

André & Tomé (2016) afirmam que uma rede social consiste numa estrutura social composta por indivíduos ou organismos, sendo a sua abertura uma das particularidades elementares da definição das redes, o que facilita ligações horizontais e não hierárquicas entre os intervenientes. Estas podem apresentar um fim mais relacional, como é o caso do Facebook, ou até mais profissional, como por exemplo a rede social linkedin.

Redes sociais são plataformas digitais que permitem a interação entre pessoas, marcas e organizações.

1.2. Adolescência e Desenvolvimento

A mudança física mais importante e que marca o início da adolescência é a puberdade, processo de desenvolvimento que leva a maturidade sexual ou fertilidade (Papalia & Martorell, 2021).

Durante este período, os adolescentes enfrentam diversas mudanças significativas em seu desenvolvimento físico, emocional, cognitivo e social, são mudanças naturais e saudáveis no cérebro que marcam as principais características da adolescência, visto que o mesmo influencia tanto os nossos pensamentos, quanto as relações e comportamentos. Durante a adolescência ocorrem mudanças na forma como pensamos, lembramos, nos relacionamos com os outros e na forma como tomamos decisões. Dos 12 até os 24 anos ocorre uma avalanche no crescimento e maturidade (Siegel, 2016).

A imaturidade cerebral dos adolescentes pode levar a uma predominância das emoções sobre a lógica, tornando difícil para eles considerarem advertências que parecem razoáveis para os adultos. Além disso,

ocorre o processo de ‘poda’ neural, que ocorre durante a infância e adolescência, eliminando conexões nervosas não utilizadas, resultando em uma redução da substância cinzenta e aumento da eficiência cerebral (Papalia & Feldman, 2013).

A adolescência é um momento de transição que oferece muitas oportunidades de avanço, mas também é comum que essa fase seja marcada por grandes desafios, tanto para os adolescentes quanto para aqueles que os cercam (Papalia & Martorell, 2021).

Por ser um período de transição e adaptação, acaba por ser também um período de vulnerabilidade onde os adolescentes se tornam suscetíveis a influências negativas, advindas dos círculos sociais, dos conteúdos que consomem e de vivências negativas que podem impactar a saúde mental e os riscos de início do consumo de drogas por exemplo e o desenvolvimento de vícios em geral. Isso ocorre pois o desenvolvimento ainda imaturo do cérebro pode permitir que os sentimentos se sobreponham à razão e pode impedir que alguns adolescentes deem ouvidos a advertências que parecem lógicas e convincentes advindas dos adultos (Papalia & Martorell, 2021).

Os adolescentes enfrentam alterações físicas, cognitivas e emocionais intensas. O desenvolvimento da maturidade sexual durante a puberdade, a ampliação de suas relações interpessoais, a formação de identidade e a compreensão de si mesmos em relação ao mundo, quem são e quem irão se tornar (Santrock, 2014).

1.2.1. Fases da Adolescência

Ao mesmo tempo complexa, a adolescência pode ser considerada como uma das etapas mais extraordinárias da vida de um indivíduo. Isso porque é, em grande parte, nela que se formam as primeiras identidades e traços mais marcantes da personalidade. Caracterizada por ser uma época de alta instabilidade, é quando se busca o amadurecimento e o encontro consigo (Papalia & Martorell, 2021).

Com tantas nuances, nada mais natural do que a adolescência também ser um período bem pontuado por fases específicas. Afinal, não se faz uma transição da infância para a fase adulta da noite para o dia, nem em grandes saltos. Compreender as características que envolvem cada fase da adolescência é fundamental para uma relação segura e produtiva com os jovens. Neste aspecto, as técnicas do Método GrowCoaching, principalmente utilizadas nos processos integral (junto ao adolescente

e seu núcleo familiar) e escolar (junto à comunidade acadêmica), são como um tiro certo no alvo, na direção da solução de diversos conflitos comuns a cada etapa (Souza & Cunha, 2021).

A organização Mundial de Saúde (OMS) define adolescência como sendo o período da vida que começa aos 10 anos e termina aos 19 anos completos. Para a OMS, a adolescência é dividida em três fases: a pré-adolescência, que vai dos 10 aos 14 anos, a adolescência em si, abrangendo dos 15 aos 19 anos, e a juventude, dos 15 aos 24 anos, concluindo o ciclo que liga a infância à adultez (OMS, 2016).

A pré-adolescência é marcada pelo fenômeno da puberdade, quando nasce a intimidade do indivíduo e o despertar do próprio “eu”, quando se reconhece a crise do crescimento físico, psíquico e a maturação sexual. Por outro lado, não há ainda clareza daquilo que se está enfrentando. É a primeira vez que o indivíduo toma consciência de suas limitações e fraquezas, e se sente indefeso por causa delas (Santrock, 2014).

O desequilíbrio emocional também está presente e se reflete na sensibilidade e irritabilidade exageradas. O adolescente não busca sintonia com o universo dos adultos e acaba, muitas vezes, se refugiando no isolamento ou em um grupo de amigos (Santrock, 2014).

Na fase que a OMS chama de adolescência (15 aos 19 anos), a pessoa passa do despertar do “eu” para a descoberta consciente do “eu”, ou da própria intimidade. A introversão tem agora um lugar mais evidente, pois o adolescente médio sente necessidade de viver dentro de si mesmo. Por essa razão, a timidez é tão característica desta etapa. É aqui, por exemplo, que surge a necessidade de amar e a vivência do “primeiro amor”, ainda que ele seja platônico (Santrock, 2014).

Os conflitos internos desta fase são explicados, basicamente, pelo medo da opinião alheia, motivado pela desconfiança em si mesmo e nos outros, mas também por um sentimento de inconformismo e agressividade, provocados pela frustração de ainda não poder responder por si mesmo (Carvalho & Novo, 2019).

Já na juventude, etapa final da adolescência e início da fase adulta, o indivíduo começa a se compreender e percebe mais claramente a sua integração no mundo onde vive. Apresenta um significativo progresso na superação da timidez e mostra-se menos vulnerável às dificuldades. Não à toa, este período coincide com a época de

tomar decisões: futuro, estudos, profissão. O jovem, de fato, começa a projetar a sua vida e estabelece relações mais pessoais e profundas (Carvalho & Novo, 2019).

Em todas as fases da adolescência, o processo de TeenCoaching pode trazer uma grande contribuição ao desenvolvimento juvenil, por proporcionar clareza sobre o que está acontecendo e propor o encontro com um planejamento singular para que esses jovens alcancem o que precisam. Em cada uma das etapas, por serem diferentes lutas, o Coaching atua de forma bem específica e pontual, auxiliando os jovens a terem mais equilíbrio, autorresponsabilidade, autoestima e confiança (Carvalho & Novo, 2019).

1.3. Fundamentos de Redes Sociais

As redes sociais são definidas como serviços presentes na Internet que possibilitam aos usuários construir perfis; articular uma relação entre utilizadores para partilha de interesses comuns, o que permite ver e extrapolar a sua lista de conexões e a de todos os usuários inseridos no sistema (Boyd & Ellison, 2007).

Tais estruturas possibilitam uma maior conexão e troca de informações entre organizações, indivíduos e outras entidades que se ligam devido a conexões sociais, de trabalho ou de troca de informação (Garton, Haythornthwaite, 2006).

As redes sociais também podem ser vistas como um aglomerado de dispositivos destinados a oferecer suporte à interação ocorrida entre usuários que produzem e compartilham conteúdos (Kotler & Armstrong, 2012).

O conceito de social media segundo Charlesworth (2015), tem como base qualquer presença na web onde o utilizador pode publicar o seu próprio conteúdo, mas não tem controlo sobre o site da mesma forma como se este fosse o seu próprio website.

Atualmente, os social media são uma das ferramentas mais importantes do marketing digital devido à quantidade de informação que é criada e partilhada entre os utilizadores de uma rede, moldando assim vários aspetos do comportamento do consumidor, tais como: aquisição de informação, opiniões e atitudes face a uma marca, produto ou serviço, comportamento de compra e avaliação do produto ou serviço (Mangold & Faulds, 2009).

Segundo Adolpho (2012), os social media tornaram-se uma parte da personalidade das pessoas e é isso que lhes confere credibilidade, de tal forma que está a surgir um novo modelo económico: a produção social, que basicamente, consiste no facto de as pessoas se auto-organizarem para produzirem conteúdos de forma colaborativa.

Com base nisto, constata-se que os social media aumentam o poder do consumidor e possibilitam que o mesmo comunique com várias pessoas de forma imediata e com pouco esforço (André & Tomé, 2016).

André & Tomé (2016) afirmam que uma rede social consiste numa estrutura social composta por indivíduos ou organismos, sendo a sua abertura uma das particularidades elementares da definição das redes, o que facilita ligações horizontais e não hierárquicas entre os intervenientes. Estas podem apresentar um fim mais relacional, como é o caso do Facebook, ou até mais profissional, como por exemplo a rede social linkedin.

A Internet tornou-se o meio de publicidade que mais cresce nesta década (Ha, 2008). A Internet pode ser chamada de media de atração porque os consumidores escolhem o conteúdo que pretendem visualizar (André & Tomé, 2016).

As recomendações online são uma maneira de personalizar um relacionamento, estas vão desde avaliações pessoais de outros clientes até recomendações personalizadas, fornecidas por mecanismos ou sistemas de recomendação. Os sistemas de recomendação são fontes de informação que fornecem informações personalizadas aos consumidores (André & Tomé, 2016).

Desde a sua criação, na década de 1990, a publicidade digital (DA) só recentemente atraiu grande interesse académico, com quase 68,5% da pesquisa relevante publicada nos últimos oito anos (Corley, Jourdan, 2013).

Corley, Jourdan (2013) analisaram e classificaram um total de 411 artigos e constataram que os modelos de negócios de marketing na Internet apareceram em 41% deles. Outras categorias incluíram o futuro das estratégias de pesquisa (4%), o cenário da publicidade na Internet (80%), a exploração comercial da web 2.0 (16%) e a avaliação do desempenho online (9%). Pomirleanu (2013), descreveram um aumento geral de 75% no número de publicações em comparação com a década

anterior (de 1993 a 2004) entre vários tópicos de marketing na Internet, o que significa um maior interesse pela área em questão.

André e Tomé (2016), definem publicidade online ou na Internet como qualquer forma de conteúdo comercial disponível na Internet, entregue por qualquer canal, sob qualquer forma, destinado a informar os clientes sobre um produto ou serviço em qualquer grau de profundidade.

1.3.1. Evolução das redes sociais

É muito comum que as pessoas confundam o termo redes sociais com mídias sociais. A diferença entre as duas é mínima, mas precisamos compreender a definição de cada uma delas. Segundo Torres (2009-2016) as mídias sociais são “sites na internet construídos para permitir a criação colaborativa de conteúdo, a interação social e o compartilhamento de informações em diversos formatos” (Marques, 2018).

“...surgiram novas formas de comunicação social, lazer e entretenimento onde a participação de pessoas do mundo inteiro dá origem a uma nova geração, a geração C.C de conhecimento, colaboração e conectividade. Através de um computador ligado à rede, as tecnologias da informação deixam ao alcance de todos um mundo ilimitado, recheado de ambientes (reais ou virtuais) extremamente rico em informações” (Marques, 2018).

No início da década de 70 surgiu o Compuserve, que era um sistema que permitia a troca de arquivos e acesso a notícias. Já em 1978, o Bullet Board System (BBS) um sistema criado por duas pessoas de Chicago, que tinha o intuito a criação de anúncios, convite de eventos para amigos e parentes. Já em 1985, a America Online (AOL) passou a fornecer a possibilidade de os usuários criarem seus próprios perfis virtuais, em que era possível a descrição de si mesmos e a criação de uma comunidade para trocas de informações (Marques, 2018).

Em 1995, surgiu a rede social que comparada com as anteriores é a que mais se aproxima da atualidade, o Classmate que como o próprio nome já diz, possuía o objetivo de possibilitar que estudantes que fossem do colégio à faculdade pudessem se reencontrar. Dois anos depois, o gênero blog entrou e a AOL disponibilizou a ferramenta de troca instantânea de mensagens (Marques, 2018).

Em 2001, uma plataforma de contribuição foi criada, a Wikipédia. Um ano depois, surge o Friendster, o primeiro a ser uma rede social dependente da internet, foi lançado e obteve três milhões de usuários cadastrados em apenas três meses, possui o objetivo de conectar amigos através da criação de perfis online. Em 2003, surge o MySpace que possibilita a customização dos perfis, que oferecia fotos, vídeos, amigos, entre outras funções. Em 2004, surgiu o Orkut em conjunto com o Facebook, plataformas que tiveram muito sucesso e revolucionaram a vida de todos. Logo em 2006, o Twitter apareceu, um micro-blog (Marques, 2018).

1.3.2. Redes Sociais Mais Populares

As redes sociais desempenham um papel central na comunicação e interação global, oferecendo plataformas diversificadas que atendem a diferentes necessidades dos usuários. Segundo (Marques, 2018), as redes sociais podem ser definidas como "aplicações baseadas na internet que permitem a criação e a troca de conteúdos gerados pelos próprios usuários". A seguir, uma visão geral dos tipos mais populares de redes sociais, acompanhada de exemplos e citações relevantes.

1.3.2.1. Redes Sociais de Relacionamento

Estas plataformas têm como objetivo principal conectar pessoas, facilitando a comunicação e o compartilhamento de experiências pessoais. Exemplos incluem:

- Facebook: Com mais de 3,04 bilhões de usuários ativos mensais, o Facebook continua sendo a maior rede social do mundo em 2024 (Credistar, 2024).
- WhatsApp: Esta plataforma de mensagens instantâneas possui 2,7 bilhões de usuários ativos mensais, destacando-se como uma ferramenta essencial para comunicação pessoal e profissional (Credistar, 2024).

De acordo com Boyd e Ellison (2007), as redes sociais "permitem que os indivíduos construam um perfil público ou semipúblico dentro de um sistema delimitado, articulem uma lista de outros usuários com quem compartilham conexões e visualizem suas listas de contatos e as de outros usuários".

1.3.2.3. Redes Sociais de Entretenimento

Focadas na criação e compartilhamento de conteúdo multimídia, essas redes proporcionam entretenimento e informação aos usuários. Exemplos notáveis são:

- **YouTube:** Com 2,5 bilhões de usuários ativos mensais, o YouTube permanece como a principal plataforma de compartilhamento de vídeos, abrangendo desde entretenimento até educação (Credistar, 2024).
- **TikTok:** Conhecido por seus vídeos curtos e envolventes, o TikTok atingiu 1,7 bilhão de usuários ativos mensais, tornando-se especialmente popular entre os jovens (Credistar, 2024).

Segundo Corley e Jourdan, (2013. p. 45), a popularização das redes sociais de entretenimento está ligada à convergência mediática, onde "o conteúdo é distribuído por múltiplas plataformas e a participação ativa dos usuários é incentivada".

1.3.2.3. Redes Sociais Profissionais

Estas plataformas são projetadas para networking profissional, permitindo que os usuários compartilhem experiências de trabalho e oportunidades de carreira. Um exemplo é:

- **LinkedIn:** Embora não esteja entre as cinco maiores em número de usuários, o LinkedIn é amplamente reconhecido como a principal rede social profissional, conectando milhões de profissionais globalmente (Credistar, 2024).

De acordo com Corley e Jourdan, (2013. p. 49), "as redes sociais profissionais são espaços onde o capital social é acumulado e as interações ocorrem para gerar valor econômico e simbólico".

1.4. A Relação entre Adolescentes e as Redes Sociais

No que se refere à relação das redes sociais entre adolescentes, Rebelo (2020, p.21) evidenciam que, o acesso a essas plataformas é muito popular entre eles, com uma notável presença de usuários, em grande parte, desse público. No geral, muitos deles começam a usar redes sociais entre os 10- 12 anos, apesar das restrições de idade impostas.

Ferreira (2020, p.33) relata que, a maioria dos adolescentes têm acesso à internet em seus próprios domicílios e gasta em média de 2 a 3 horas por dia navegando na web. As redes sociais, e-mail, jogos online e aplicativos de mensagens instantâneas são as principais atividades dentro desse mundo dos adolescentes.

Portugal e Souza (2020, p.27) complementam a ideia ao afirmar que, os adolescentes adquirem habilidades de manipulação dessas ferramentas desde cedo,

sendo capazes de registrar informações, interagir com outros e buscar conhecimento. A internet oferece uma ampla gama de oportunidades de socialização e acesso à informação, estimulando a interação através de Tecnologias de Comunicação e Informação (Portugal & Souza, 2020).

Outro aspecto é ligado à relação dos adolescentes com a rede social, Freitas (2021) mencionaram que, as redes sociais permitem que os jovens se conectem com um vasto público, interagindo, compartilhando momentos de suas vidas e explorando a dinâmica de grupos virtuais. A presença da internet na vida dos jovens não se limita a uma única atividade.

As redes sociais online desempenham um papel importante na formação da identidade e na construção das relações interpessoais, permitindo que as pessoas escolham como se apresentam e interagem com os outros, o que, por sua vez, pode afetar sua autoimagem e sua subjetividade (Segundo Cordeiro, 2022, p.30)

Em adição, Sales (2021) argumentam que, embora a internet permita aos jovens buscar sua individualidade, ela também traz consigo uma série de riscos e vulnerabilidades. A internet é vista como um espaço distante do monitoramento parental, mas, por outro lado, pode resultar na exposição de informações e experiências pessoais dos adolescentes, levando a situações extremas de vulnerabilidade.

Devido à rápida disseminação da internet, houve uma revolução nas percepções tradicionais de espaço e tempo. A temporalidade tornou-se menos rígida, com diminuição das barreiras espaço temporais, e os adolescentes agora são participantes ativos na criação de informações devido ao excesso de tempo livre e às novas possibilidades tecnológicas (Portugal & Souza, 2020).

Duca e Lima (2019) afirmam que, a velocidade da internet contribui para uma cultura de imediatismo, onde os adolescentes esperam respostas instantâneas. Isso leva a uma perda da noção do tempo e da história, com o presente dominando suas vidas. Além disso, a internet não possui barreiras em relação aos tipos de conteúdo disponíveis, o que pode ser um desafio para os pais que desejam controlar o que seus filhos acessam online.

Em um estudo de Koffermann e Aguaded (2023, p.44) citaram que, embora muitos estudantes não considerem as redes sociais influentes em sua formação de

opinião e desenvolvimento, praticamente todos eles têm acesso a pelo menos uma rede social, uma vez que as escolas pesquisadas utilizam material didático digital que exige esse acesso.

1.4.1. Moldagem das Redes Sociais no Comportamento Social dos Adolescentes

De acordo com Portugal e Souza (2020), “a internet desempenha um papel crucial na vida dos adolescentes, permitindo-lhes explorar sua identidade e participar de grupos virtuais que atendam às suas aspirações individuais”. Ela oferece oportunidades positivas, enriquecendo o pensamento, o comportamento e a interação social. No entanto, também gera preocupações sobre a influência nas interações sociais e familiares.

A principal finalidade do uso da internet é a socialização e a interação, que podem satisfazer a necessidade de comunicação, proporcionar suporte social e pertencimento. No entanto, houve divergências entre os adolescentes sobre se o uso das Mídias sociais ajuda ou prejudica os relacionamentos (Andretta, 2021)

A distância deixa de ser um obstáculo, e as pessoas podem se comunicar rapidamente, independentemente de onde estejam. No entanto, essa conectividade digital também pode distrair as pessoas de interações reais e afetar a intimidade e a comunicação interpessoal (Duca & Lima, 2019)

O comportamento dos adolescentes na intersecção entre os mundos virtual e real afeta seu desenvolvimento psicológico. Enquanto as tecnologias digitais podem ser vistas como positivas em termos de inclusão social e acesso a informações, elas também geram preocupações sobre o comportamento inadequado e os riscos, uma vez que os adolescentes são mais influenciáveis do que os adultos (Portugal & Souza, 2020)

Lorenzon (2021, p.44) argumenta ainda que, “as redes sociais oferecem um espaço onde os adolescentes podem se conectar com outros grupos sociais e encontrar pessoas com interesses semelhantes”. No entanto, isso pode levar à idealização da vida dos outros, resultando em comparações prejudiciais que afetam a autoestima.

1.4.2. Influência das redes sociais nas relações interpessoais dos adolescentes

Ferreira (2020), esclarece que, nas últimas décadas, registrou-se uma constante e acelerada evolução das tecnologias de comunicação de dados, sendo esta responsável pela transformação da vida das gerações atuais, pois possibilitou meios novos de acesso a informações e de interações entre os indivíduos. Vale ressaltar que houve uma completa aceitação dessas ferramentas e assim um crescente envolvimento populacional com esses novos modelos de comunicação e interação.

O uso das chamadas Mídias sociais se tornou ainda mais frequente diante da pandemia da COVID-19. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), em março de 2020, a COVID-19 foi identificada como uma pandemia caracterizada pela disseminação mundial, como uma nova doença, criando um ambiente biomédico imprevisível e estressante à nível global. O uso das redes sociais neste período de isolamento trouxe muitos benefícios, como redução à exposição ao vírus, porém, o uso excessivo dessas tecnologias afeta diretamente a saúde mental das pessoas (Brasil, 2021).

Assunção e Matos (2014) ressaltam que, com o avanço das tecnologias de comunicação e interação estão ocorrendo mudanças na vida cotidiana, principalmente dos adolescentes, trazendo implicações (negativas ou positivas) sociais e psicológicas.

Em uma pesquisa realizada por Rosado, Jager e Dias (2014) com adolescentes entre 13 e 19 anos, em escolas públicas e privadas do Rio Grande do Sul, foi identificado que o principal motivo para o uso das redes sociais era conhecer pessoas novas e conversar com amigos e familiares.

Assunção e Matos (2014) ressaltam que com a comunicação virtual pode retirar dos adolescentes situações que são autênticas, reais, privando-os de ter uma vida em que eles possam participar de atividades sociais, seja de educação, cultura entre outras, inseridos presencialmente em sua comunidade.

Os adolescentes recorrem às redes sociais para preencher vazios deixados pelo isolamento social, pois tal acesso lhes dá a sensação de jamais estarem sozinhos. Desconectados das redes sociais, eles veem a realidade de forma alterada, como se as pessoas do seu entorno não fizessem parte de seu cotidiano. Na visão do

referido autor, o uso excessivo das redes pode também acabar separando os adolescentes das pessoas da vida real, seja ela afetiva ou social (Assunção & Matos, 2014).

A reflexão da temática afirmando que a internet acentua a falta de interação entre os adolescentes no mundo real, pois as telas trazem certa segurança, tornando possível evitar frustrações, rejeições e sentimentos que precisam ser enfrentados cotidianamente. Assim, segundo os autores seria possível dizer que a internet serve como estratégia de fuga da realidade e pode trazer inversões de valores sociais (Assunção & Matos, 2014).

O fenômeno da interação virtual ao afirmar que as redes sociais ocupam constantemente o tempo dos adolescentes. Postar algo ou acessar as redes é uma forma de provar sua existência, levando os adolescentes a se distanciarem da sua análise interior, bloqueando a reflexão dos adolescentes, o que poderia prepará-los para tomar decisões sobre sua vida (Guimarães, Aleixo & Costa, 2020).

Desta forma, vale lembrar que a infância é a etapa de vida em que o desenvolvimento da moral e do caráter encontra-se em construção e esse processo se estende até a adolescência. Se o adolescente receber de seus educadores uma boa orientação, no futuro, quando adulto, poderá se tornar um indivíduo com boas relações afetivas, crescimento profissional e pessoal (Guimarães, Aleixo & Costa, 2020).

1.5. Consequências Psicológicas do uso excessivo das redes sociais

Cunha, Resende e Silva, (2022) também demonstram que o público adolescente é mais suscetível à dependência da internet. Nessa fase do desenvolvimento humano, a imaturidade dos sistemas cerebrais, a falta de controle decisório sobre o tempo de uso, a dificuldade de discernimento entre o que é bom e o que é ruim entre os conteúdos disponibilizados na internet e nas redes sociais, são fatores que podem aumentar a probabilidade do uso excessivo e da adesão cega e incondicional a qualquer ideia divulgada. Essa exposição pode provocar danos à saúde psíquica e física desses adolescentes.

Para Eisenstein e Estefenon (2011), o uso doentio do computador na fase da adolescência pode agravar problemas mentais, assim como gerar o aumento de angústias, frustrações e decepções, podendo facilitar a dependência com o mundo

virtual, além de fazer com que se comece a viver em uma realidade paralela se afastando do contato social real e concreto.

Duarte e Oliveira (2020) complementam a temática afirmando que usar as redes sociais de forma indiscriminada pode causar o desequilíbrio cognitivo do ser, desenvolvendo transtornos de atenção, transtornos obsessivos, ansiedade ou até mesmo dificuldade na linguagem e comunicação. Além disso, outros impactos psicossociais podem também ser lembrados: dificuldades de se relacionar com o outro, depressão, problemas interpessoais e solidão.

Silva e Silva (2017) predizem que o uso excessivo da tecnologia pelos adolescentes pode fazer com que eles apresentem características narcisistas, comportamentos antissociais, tendências agressivas, distúrbios do sono e ansiedade.

Freitas (2021) ainda atentam para o desenvolvimento de alguns riscos como o cyberbullying, depressão, suicídio, alterações de humor e comportamento, vulnerabilidade afetiva, entre outros problemas emocionais e mentais. Tais riscos favorecem o surgimento de problemas psicológicos, como a timidez, pânico, fobia social, isolamento social e transtorno afetivo, pois é na adolescência que se iniciam os relacionamentos afetivos (Freitas, 2021).

Os adolescentes estão em um processo de mudança e assim correm o risco de se tornarem adultos inseguros. Além disso, o uso das redes sociais pode trazer consequências como o uso compulsivo, quando não é possível controlá-los, o que acaba causando dependência e ocasionando problemas psíquicos, sociais e biológicos, como a ansiedade, depressão e, em casos extremos, pode levar ao suicídio.

1.6. Impacto do Uso das Redes Sociais na Vida dos Adolescentes

O uso de redes sociais pelos adolescentes é um fenômeno da contemporaneidade que merece atenção e reflexão. É fato que o avanço tecnológico facilitou o acesso a informações e conhecimento, permitindo que tenhamos acesso a qualquer conteúdo de forma quase instantânea. No entanto, o surgimento das redes sociais pode apresentar riscos à saúde mental, física e ao desenvolvimento de seus consumidores, principalmente aos jovens em fase de amadurecimento (Lorenzon, 2021).

As crianças e adolescentes estão mais propensas a desenvolver o uso problemático de Mídias digitais, pois adotam mais rapidamente e com mais entusiasmo às redes. Os jovens também são mais influenciáveis nessa fase da vida e muitas vezes não possuem controle sobre hábitos que podem se tornar prejudiciais (Silva, 2016).

Segundo Young e Abreu (2019, p. 48) “nos últimos anos, pediatras, psiquiatras e psicólogos vêm atendendo, em números cada vez maiores, crianças e adolescentes cuja saúde e desenvolvimento foram afetados por seu uso de smartphones, jogos ou internet e redes sociais”, nesta faixa etária, os adolescentes estão no processo de formação de identidade e desenvolvimento biopsicossocial, e a onipresença da cultura virtual tem grande influência na forma como os jovens vêm se desenvolvendo.

É cada vez maior o tempo que os adolescentes passam em frente às telas, nas redes sociais. Isso tem alterado hábitos, comportamentos e as formas de interação social (Neves, 2015).

Além disso, o risco se encontra principalmente no fato de que existe uma grande quantidade de informações e conteúdos inadequados e de fácil acesso sendo propagados nas redes, bem como a presença do cyberbullying (exposição a comentários cruéis e humilhantes) e do assédio virtual, que podem levar o adolescente a se isolar, gerando ansiedade e sentimentos depressivos (Souza & Da Cunha, 2019).

Familiares frequentemente apresentam queixas e preocupações sobre os adolescentes estarem apresentando um declínio de funções acadêmicas, desatenção, falta de sono à noite e sonolência durante o dia, e o aumento de comportamentos agressivos, relacionados ao uso em excesso de telas e ao consumo de conteúdos inadequados (Papalia & Martorell, 2021).

O uso excessivo das redes sociais pode, de fato, afetar a capacidade de concentração, o sono e estresse, nesse cenário, as crianças e adolescentes são afetados mais facilmente por conta de o cérebro ainda estar em formação e desenvolvimento (Papalia & Martorell, 2021).

Também são frequentes as preocupações a respeito das relações sociais, os adolescentes estão tendo dificuldades em ter conversas pessoais, em socializar

com outras pessoas fora do mundo virtual, fazendo com que o uso das redes sociais como meio de comunicação seja cada vez maior. Dessa forma, a comunicação intrafamiliar também tem sido prejudicada (Silva, 2016).

É importante destacar também uma tendência ao sedentarismo demonstrado pelos jovens, visto que com o acesso a telas e redes desde a infância, a busca por brincadeiras ativas e orgânicas tem sido cada vez menor (Figueiredo, 2018). O afastamento do convívio social leva ao isolamento, podendo ocasionar em sentimentos de solidão e depressão.

1.7. O Papel da Família

A família antiga tinha por dever a conservação dos bens, a prática comum de um ofício, à proteção da honra e da vida dos filhos. As relações afetivas não eram prioridades, e eram atendidas fora do contexto familiar. A escola surge como meio de educação e desta forma, a criança passa a ter espaço próprio e permite aos pais se aproximarem dos estudos dos filhos. Assim, a família começa a se organizar em torno dos filhos (Ariés, 2018).

Há um modelo ideal de família, e esse deve possuir as seguintes características: tem sua origem no casamento; é constituído pelo marido, esposa e filhos provenientes de sua união; os membros da família estão unidos entre si por laços legais, direitos, obrigações econômicas e religiosas ou de outra espécie, e uma quantidade variada e diversificada de sentimentos psicológicos, tais como amor, afeto, respeito, medo e outros (Oliveira, 2012).

Nos últimos 40 anos, a família apresenta mudanças de diversas maneiras, as mulheres procriam menos; o casamento assume novas formas de união; crescem os números de divórcios. O contexto conjugal e a família sofrem modificação profunda na atualidade, refletindo na vida familiar e mudando comportamento (Singly, 2020).

Conceituar família é desafiador, visto que hoje existem diferentes realidades no campo familiar, como pais e mães solteiros; casais do mesmo sexo em união estável, família constituída pelo afeto sem união constituída pelo registro civil e/ou religioso (Oliveira, 2012).

Com o advento da tecnologia, os costumes mudaram e a família atual não é igual a família do passado. O cenário atual contempla uma alteração na dinâmica da

familiar, o pai já não é mais o único responsável por suprir recursos, a mãe ingressa no mercado de trabalho e divide tarefas. As rotinas familiares são afetadas e as influências das Mídias, passam a alterar o cotidiano, a forma de relacionamento e comunicação nos lares atuais (Oliveira, 2012).

A internet é um espaço lúdico onde cada um pode se transformar em personagens e exercitar a convivência social e formar tribos, processo típico do adolescente. A família muitas vezes não participa deste ambiente vivido pelos adolescentes, o que torna sério e perigoso (Oliveira, 2012).

O funcionamento que cada família possui é distinto, não havendo julgamento de certo ou errado na forma de educar um adolescente. Cada família funciona da maneira como aprendeu, baseando-se nas suas próprias crenças e valores e segundo Kilbey (2018), aprende-se muitas vezes a educar na convivência com os pais, que será modelo e referência.

Em relação as novas tecnologias, os filhos são a primeira geração de nativos digitais, o que significa que nasceram e são fortemente influenciados pela mídia digital. Os pais convivem com uma realidade em que não vivenciaram, o que torna tudo mais difícil e com orientação insuficiente (Kilbey 2018).

Mesmo sendo necessário integrar a tecnologia no contexto familiar, é desafiante para os pais, lidarem com os riscos e perigos que o mundo virtual oferece aos adolescentes. Uma preocupação atual é identificar os fatores de riscos em que estão expostos (Kilbey, 2018).

1.7.1. A família na educação dos adolescentes

Silva e Silva (2017) respaldados em diversas investigações asseguraram que durante toda a vida um indivíduo sofre influência assim como influência o meio em que vive. Laços familiares, amistáveis e profissionais são estreitados, nessas condições uma pessoa busca sua identidade e faz a distinção entre o certo e o errado.

Na atualidade o conceito de família, principalmente, está ligado à afetividade. É através deste sentimento que desenvolvemos as melhores capacidades, a personalidade é transformada e traços de caráter são retificados e precisam ser realinhados. Assim os pais têm como obrigação educar seus filhos sem dispensar a devida atenção a essas questões (Silva & Silva, 2017).

A configuração familiar atual tem passado por diversas mudanças, contudo considera-se a família como o meio intermediário entre a sociedade e o indivíduo, possuindo dinâmicas e organizações peculiares por alguns autores (Silva & Silva, 2017).

Numa outra perspectiva sobre família, os pais, de maneira geral, exercem a liderança familiar como algo natural e universal, sendo que as hierarquias no contexto familiar devem ser aceitas e respeitadas. Aspectos de dominância e submissão no aparelho ideológico e institucional da família são de extrema importância para a educação, formação de caráter e comportamento dos indivíduos (Kilbey, 2018).

1.7.2. Participação da família no controle do uso das redes sociais

Adolescentes os quais possuem dificuldades de comunicação com seus familiares podem buscar refúgio como um indicativo de problemas oriundos desse déficit de comunicação, dentre esses refúgios destaca-se o “mundo virtual” (Silva & Silva, 2017).

No contexto familiar, outro aspecto bem comum, refere-se aos pais ou responsáveis ter dificuldades de orientar seus filhos sobre a distribuição do tempo para realização de tarefas escolares e o uso da internet com suas ferramentas tecnológicas anexas, a exemplo, jogos virtuais e redes sociais. Zacan e Tono (2018) mencionam que os adolescentes estão expostos a hábitos e comportamentos compulsivos quanto ao uso das Mídias sociais.

Frente às tecnologias digitais as influências de jogos eletrônicos e celulares exercem forte impacto sobre o processo cognitivo, concentração e comprometimento no rendimento escolar desses estudantes adolescentes (Kilbey, 2018).

Diante do exposto, reforça-se que a família é responsável por auxiliar nas questões sobre o meio o qual este adolescente está inserido, inclusive, a experiência vivida no mundo virtual, a partir do uso de tecnologias digitais. Kilbey (2018, p.30), também reitera que a família deve ficar atenta a esses meios de comunicação usados pelos jovens, pois nessa nova forma de comunicar com o mundo, são lapidados os comportamentos e questões intrafamiliar que vêm sendo alterados.

1.7.2.1. Dificuldades nas negociações do uso das tecnologias entre pais e adolescentes

Medidas de concordância familiar podem ser interrompidas, quando os próprios pais são alvos de dependência da internet ou do mau uso de suas tecnologias digitais. A literatura descreve que adultos também possuem problemas relacionados com o uso indevido da internet, que comprometem a segurança e estabilidade familiar, sobretudo, quando se trata de infidelidade conjugal, problema este, que acomete muitos divórcios e também pode influenciar o mau comportamento dos adolescentes perante a família (Kilbey, 2018).

Outro problema comum decorrente das mediações entre pais e filhos adolescentes é a adoção de medidas extremas. Pais e, por vezes, até educadores tentam proibir a internet como forma de proteção dos malefícios ocasionados pelo uso excessivo. A proibição não é a solução! O que se faz necessário é orientar esses adolescentes utilizarem essas ferramentas com segurança, equilíbrio e observando preceitos que conferem o seu uso respaldado na cidadania digital (Oliveira, 2017).

1.8. Problemas comportamentais decorrentes do uso excessivo

Silva e Silva (2017, p. 42) mostraram que os adolescentes que adotavam hábitos de excessos, relataram problemas comportamentais relacionados ao sentimento de dependência dos aparelhos eletrônicos e agressividade, principalmente entre aqueles adolescentes que faziam uso superior a 10 horas por dia.

Nessa mesma perspectiva também encontraram resultados na literatura de problemas comportamentais relacionados ao sedentarismo, comumente, entre adolescentes que dispõem longas horas do dia ao uso da internet e jogos, estímulo da sexualidade através de acessos a conteúdos pornográficos, e prática de bullying virtual (Oliveira, 2017).

Algumas observações são pertinentes do ponto de vista comportamental de adolescentes sujeitos aos excessos de tais tecnologias, entre essas, a autora destaca que pais ou responsáveis por adolescentes têm ciência da influência da internet e redes sociais na vida de seus filhos e das consequências em suas rotinas familiares, escolar, social, profissional e mesmo na saúde mental (Oliveira, 2017).

1.9. Compreensão das redes sociais no cotidiano de adolescentes

Nos tempos atuais, é cada vez mais comum, que o uso da internet e suas tecnologias adjacentes façam parte da vida cotidiana desde cedo de um indivíduo. Assim é comum que cada criança já tenha o seu próprio dispositivo eletrônico como celular, tablet, computador e videogame e até mesmo perfil em redes sociais (Kilbey, 2018).

A literatura sugere que o uso prematuro da internet e demais tecnologias se fundamentam no contexto social contemporâneo que ambos os pais ou responsáveis precisam trabalhar e do mesmo modo manter o contato com os filhos em suas ausências (Kilbey, 2018).

No mundo contemporâneo, o uso da internet tem marcado lugar preponderante no cotidiano das pessoas. Contudo, é na adolescência que a plasticidade a qual envolve a noção de identidade é ricamente explorada, adolescentes podem desempenhar diferentes papéis, adentrando em diversos grupos virtuais que melhor atenda suas aspirações individuais (Silva & Silva, 2017).

Atualmente, a internet e as redes sociais digitais têm ocupado um papel de importância no cotidiano de milhares de pessoas, de modo geral, com os adolescentes não são diferentes. Essa mudança tem acrescido pontos positivos, pois tais mudanças e avanços da internet trouxeram grandes contribuições para sociedade através de uma relação contínua nas formas de pensar, agir, nos mais variados aspectos do comportamento humano (Silva & Silva, 2017).

1.9.1. Relação comportamental dos adolescentes conforme os efeitos positivos

De modo geral, a relação comportamental que se estabelece entre adolescentes e as tecnologias digitais são abordadas com efeito negativo, porém uma proposta mais liberal é sugerida oferecendo aspectos favoráveis a essa questão (Bieging., 2013).

Oliveira e colaboradores (2017) em estudo sobre internet e jogos eletrônicos entre adolescentes consideram que nesses ambientes sociais, o domínio da tecnologia pode ser importante para inclusão social. Os autores ainda consideram que nesses meios os adolescentes podem interagir com outras pessoas, jogar, estudar e

iniciar amizades e namoros, contudo os mesmos, também deixam ressalvas quanto ao uso excessivo.

Dentre o panorama de experiências oferecidas a partir do uso das redes sociais entre o público adolescente, Fialho e Souza (2019) destacam as seguintes: possibilidade de pensar sem constrangimentos, contato com entes queridos e esvaziamento das relações face a face.

1.9.2. Riscos e efeitos prejudiciais decorrentes de uso excessivo

Aspectos negativos são apontados pela literatura sob a influência das redes sociais. Embora todo esse fenômeno envolvendo a internet e as redes sociais sejam muito recente, estudos de diversas áreas do conhecimento têm contribuído para obter uma melhor compreensão dos diferentes efeitos comportamentais sobre esses usuários (Silva & Silva, 2017).

Se por um lado a internet é considerada um alicerce da busca pela individualidade e por identidades, que não muitas vezes se concretizam na vida real, é através desses ambientes que os adolescentes estão mais vulneráveis aos danos decorrentes do comportamento inadequado diante das pressões e atrações dessas plataformas aliados ao uso compulsivo (Silva & Silva, 2017).

As habilidades que muitos adolescentes detêm ao manusear essas tecnologias favorecem que cada vez mais estes estejam em contato com essas ferramentas. E o preocupante se faz, quando adolescentes registram imagens do seu cotidiano expondo-as nas redes sociais e disponibilizando informações de caráter privado por meio dos seus celulares e computadores que se tornam aberto ao público e a pessoas estranhas (Eisenstein & Estefenon, 2011).

Considerando a amplitude de experiências vindas de um ambiente virtual que se dá desde a interação entre pessoas conhecidas ou não, os adolescentes devem ser alertados quanto aos riscos da internet. É importante que adolescentes tenham discernimento e sejam capazes de avaliar com olhar crítico os conteúdos, reconhecer perigos possíveis e proteger-se deles (Silva & Silva, 2017).

No âmbito social, esse comportamento compulsivo também influencia a vida social presencial que é substituída pela obsessão da vida virtual, pois esses adolescentes desconsideram os relacionamentos offline. Os comportamentos desses

indivíduos tornam-se descaracterizados de uma vida comum, tendo em vista essa preferência do mundo virtual em detrimento da vida presencial que pode gerar uma série de consequências na vida de um indivíduo, tais como colocar em risco relacionamentos importantes e a própria saúde, a exemplo, a mental (Silva & Silva, 2017).

CAPITULO II - METODOLOGIA DE PESQUISA

A metodologia é uma área científica que procura descrever, analisar e enriquecer um determinado profissional de conhecimentos técnicos científicos (Fachini, 2005).

2.1. Tipo de pesquisa

Pesquisa Descritiva

Quando o pesquisador apenas registra e descreve os fatos observados sem interferir neles. Visa a descrever as características de determinada população ou fenómeno ou o estabelecimento de relações entre variáveis. Envolve o uso de técnicas padronizadas de coletas de dados: questionário e observação sistemática. Assume, em geral, a forma de Levantamento (Prodanov & Freitas, 2013).

2.2. Modelo de abordagem

Foi realizado um estudo com o modelo de abordagem quali-quantitativa.

Qualitativa: a abordagem de cunho qualitativo trabalha os dados buscando seu significado, tendo como base a percepção do fenómeno dentro do seu contexto. O uso da descrição qualitativa procura captar não só a aparência do fenómeno como também suas essências, procurando explicar sua origem, relações e mudanças, e tentando intuir as consequências (Castilho, 2014).

Quantitativa: pois, se preocupa com descrever os fenómenos por meio dos significados que o ambientes manifesta. Assim, os resultados são expressos na forma de transcrição de entrevistas, narrativas, declarações, fotografias, desenhos, documentos, diários pessoas, dentre outras formas de coleta de dados e informações (Santos, 2019).

2.3. Nível de Estruturação dos Métodos

➤ Nível teórico

Método hipotético- dedutivo

Para Karl R. Popper, o método científico parte de um problema (P1), ao qual se oferecesse uma espécie de solução provisória, uma teoria- tentativa (TT), passando-se depois a criticar a solução, com vista a si mesmo, dando surgimento a novos problemas (P2) (Lakatos, 2003).

➤ **Nível empírico/experimental**

Pesquisa de campo

Este tipo de pesquisa se caracteriza pela interrogação direta de pessoas cujo comportamento se deseja conhecer. Basicamente, procede-se à solicitação de informações a um grupo significativo de pessoas a cerca do problema estudado para em seguida análise qualitativa obter as conclusões correspondente dos dados escolhidos (Lakatos, 2003).

Este tipo de pesquisa auxiliou na coleta de dados através da interrogação direta com a população alvo.

➤ **Nível estatístico-Matemático**

Método Estatístico

Os processos estatísticos permitem obter, de conjuntos complexos, representações simples e constatar se essas verificações simplificadas têm relações entre si. Assim, o método estatístico significa redução de fenómeno sociológicos, políticos, econômico etc. A termos quantitativos e a manipulação estatística, que permite comprovar as relações dos fenómenos entre si, e obter generalizações sobre a natureza, ocorrência ou significado (Lakatos, 2003).

Utilizar-se-á para construir gráficos e tabelas, achar as frequências, percentagens, e delas retirar-se as conclusões. Será utilizado para o efeito o *software* SPSS.

2.4. Técnicas de recolha de dados

Técnica é um conjunto de preceitos ou processos de que se serve uma ciência ou arte; é a habilidade para usar esses preceitos ou nonas, a parte prática. Toda ciência utiliza inúmeras técnicas na obtenção de seus propósitos (Lakatos, 2002).

2.5. Instrumentos e procedimentos de recolha de dados

Para a recolha de dados, o instrumento que foi usada nesta pesquisa é a entrevista semi-estruturada, as entrevistas semi-estruturadas são uma actividade científica que permite ao pesquisador descobrir e captar a realidade sobre o fenómeno pesquisado em forma de perguntas dirigidas a fontes chave (Demo,1995).

2.6. População e amostra

População: É o conjunto definido de elementos que possuem determinadas características. Comummente fala-se de população em estudo, será composto por 50 adolescentes dos 14 aos 17 anos de idade.

Amostra: É um subgrupo de uma população, constituído de n unidades de observação e que deve ter as mesmas características da população, selecionadas para participação no estudo (Hulley, 2006).

Adaptou-se amostragem do tipo estratificada proporcional. A amostragem estratificada caracteriza-se pela selecção de uma amostra de cada subgrupo da população considerada. O fundamento para delimitar os subgrupos ou estratos pode ser encontrado em propriedades com sexo, idade ou; classe social (Carvalho, 2019).

Na amostragem do tipo estratificada proporcional seleciona-se cada grupo uma amostra aleatória ou proporcional à extensão de cada subgrupo determinado por alguma propriedade tipo como relevante.

A nossa amostra será composta por 10 adolescentes com às idades compreendidas dos 14 aos 17 anos de idade.

2.7. Dificuldades encontradas

No decorrer da nossa pesquisa, encontramos dificuldades na aceitação por parte dos adolescentes a participarem da nossa pesquisa.

CAPÍTULO III. DISCUSSÃO E RESULTADOS

3.1. Apresentação e interpretação dos resultados

Sexo

Tabela 1. Apresentação dos dados pelo Sexo

Resposta	Frequência	Porcentagem (%)
Masculino	14	47%
Feminino	16	53%
TOTAL	30	100%

Fonte: Fonte própria.

Gráfico 1. Apresentação dos dados pelo Sexo



Fonte: Fonte própria.

- A maioria dos entrevistados são do sexo feminino (53%), com uma pequena margem acima dos masculinos (47%).

Idade

Tabela 2. Apresentação dos dados pela Idade

Resposta	Frequência	Porcentagem (%)
12 anos	0	0%
13 anos	0	0%
14 anos	20	67%
15 anos	5	17%
16 anos	3	10%
17 anos	2	6%
TOTAL	30	100%

Fonte: Elaboração própria.

Gráfico 2. Apresentação dos dados pela Idade



Fonte: Elaboração própria.

- A faixa etária mais representativa é a dos 14 anos (67%), seguida pelos 15 anos (17%).
- As idades extremas (12 e 13 anos) não tiveram representação.

Frequenta às aulas neste Lectivo (2024-2025)?

Tabela 3. Apresentação dos dados pela frequência às aulas

Resposta	Frequência	Percentagem (%)
Sim	30	100%
Não	0	0%
TOTAL	30	100%

Fonte: Elaboração própria.

Gráfico 3. Apresentação dos dados pela frequência às aulas



Fonte: Elaboração própria.

- 100% dos entrevistados afirmam frequentar as aulas no ano letivo 2024-2025

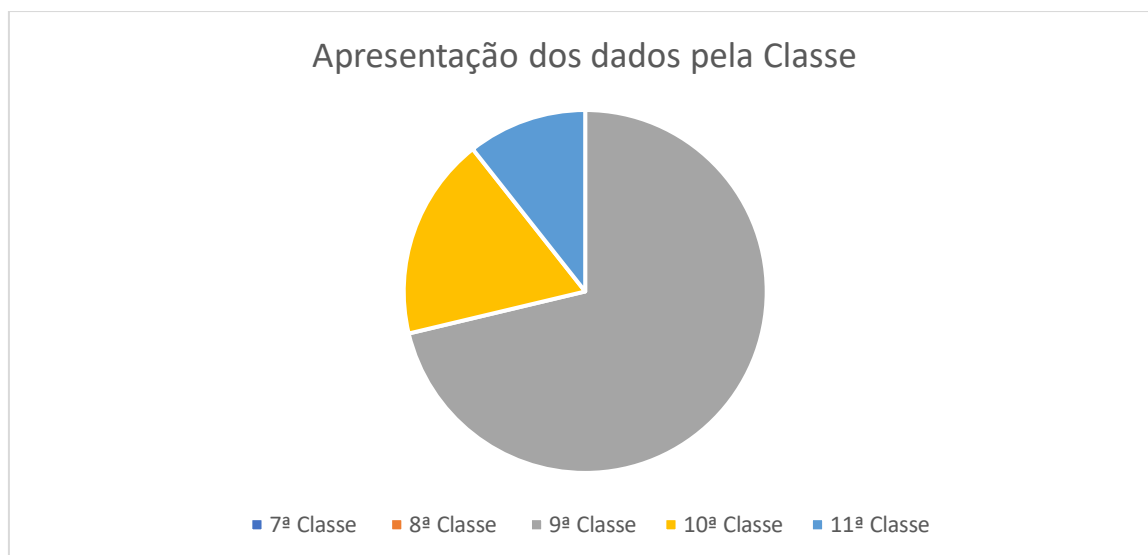
Classe que frequenta ou frequentou

Tabela 4. Apresentação dos dados pela Classe

Resposta	Frequência	Porcentagem (%)
7ª Classe	11	37%
8ª Classe	9	30%
9ª Classe	4	13%
10ª Classe	3	10%
11ª Classe	3	10%
TOTAL	30	100%

Fonte: Elaboração própria.

Gráfico 4. Apresentação dos dados pela Classe



Fonte: Elaboração própria.

- A maioria dos alunos encontra-se na 7ª classe (37%) e 8ª classe (30%), o que representa 67% da amostra.
- Uma número menor frequenta classes mais avançadas, como a 9ª, 10ª e 11ª, cada uma com menos de 15%.

Rede social virtual que usa

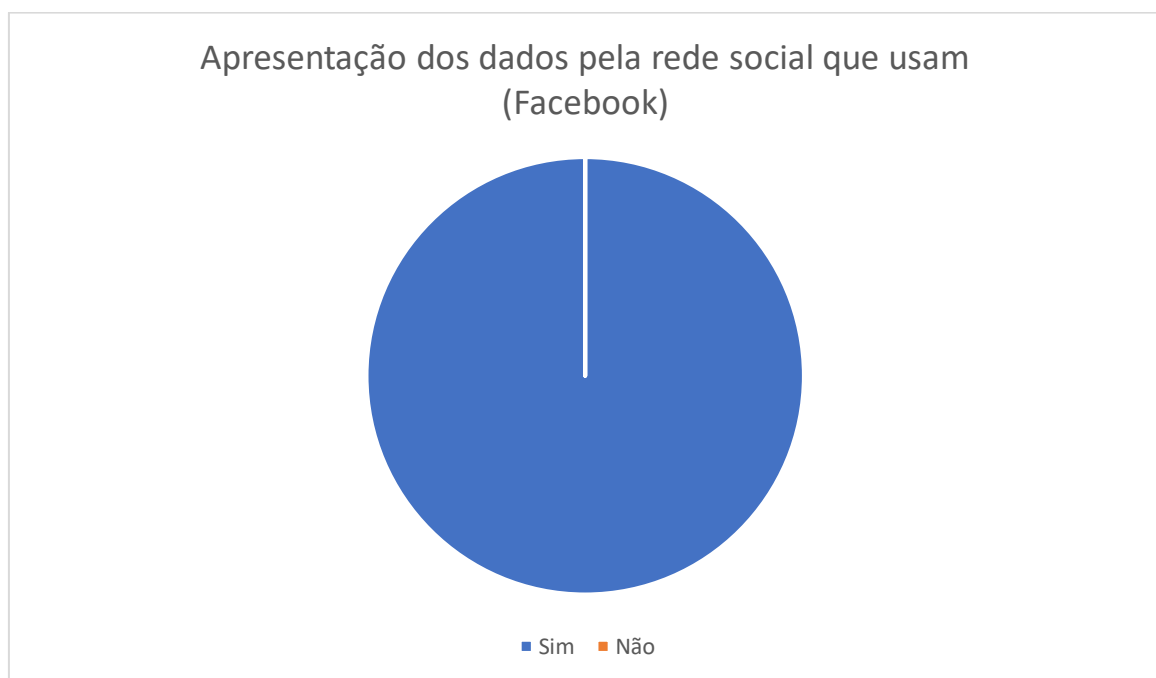
Facebook

Tabela 5. Apresentação dos dados pela rede social que usam (Facebook)

Resposta	Frequência	Porcentagem (%)
Sim	30	100%
Não	0	0%
TOTAL	30	100%

Fonte: Elaboração própria.

Gráfico 5. Apresentação dos dados pela rede social que usam (Facebook)



Fonte: Elaboração própria.

Redes sociais utilizadas:

- O Facebook é a mais utilizada (100%), considerada também a principal rede social por todos os entrevistados.
- TikTok (60%) e WhatsApp (53%) também têm presença relevante.
- O Instagram (43%) e outras redes (20%) têm uma representação menor.

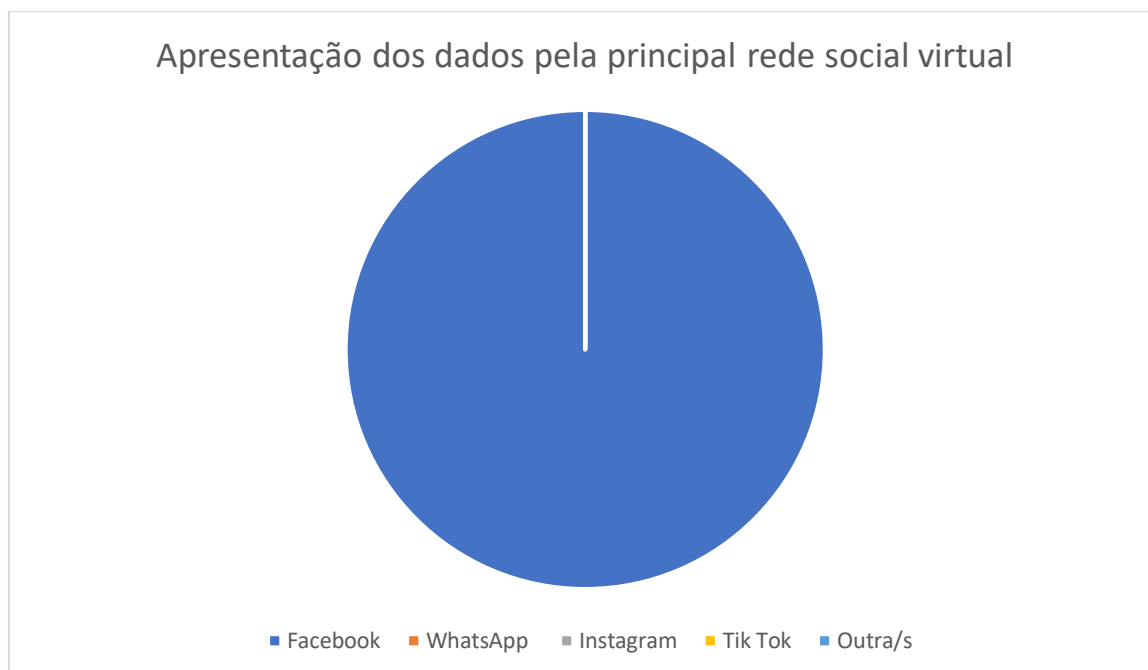
Qual é a sua principal rede social virtual

Tabela 6. Apresentação dos dados pela principal rede social virtual

Resposta	Frequência	Percentagem (%)
Facebook	30	100%
WhatsApp	0	0%
Instagram	0	0%
Tik Tok	0	0%
Outra/s	0	0%
TOTAL	30	100%

Fonte: Elaboração própria.

Gráfico 6. Apresentação dos dados pela principal rede social virtual



Fonte: Elaboração própria.

- Os dados indicam que todos os entrevistados afirmam que o Facebook é a sua principal rede social.

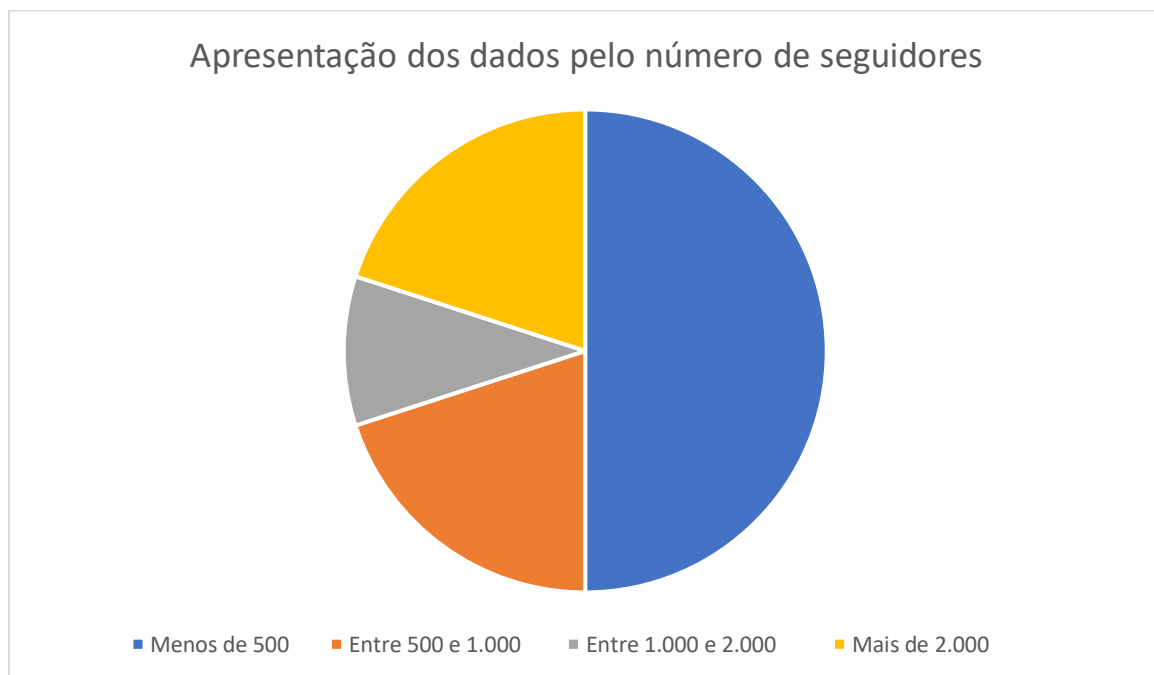
Seguidores/amigos na sua principal rede social

Tabela 7. Apresentação dos dados pelo número de seguidores

Resposta	Frequência	Percentagem (%)
Menos de 500	15	50%
Entre 500 e 1.000	6	20%
Entre 1.000 e 2.000	3	10%
Mais de 2.000	6	20%
TOTAL	30	100%

Fonte: Elaboração própria.

Gráfico 7. Apresentação dos dados pelo número de seguidores



Fonte: Elaboração própria.

- Metade dos entrevistados tem menos de 500 amigos/seguidores (50%), enquanto 20% têm mais de 2.000.

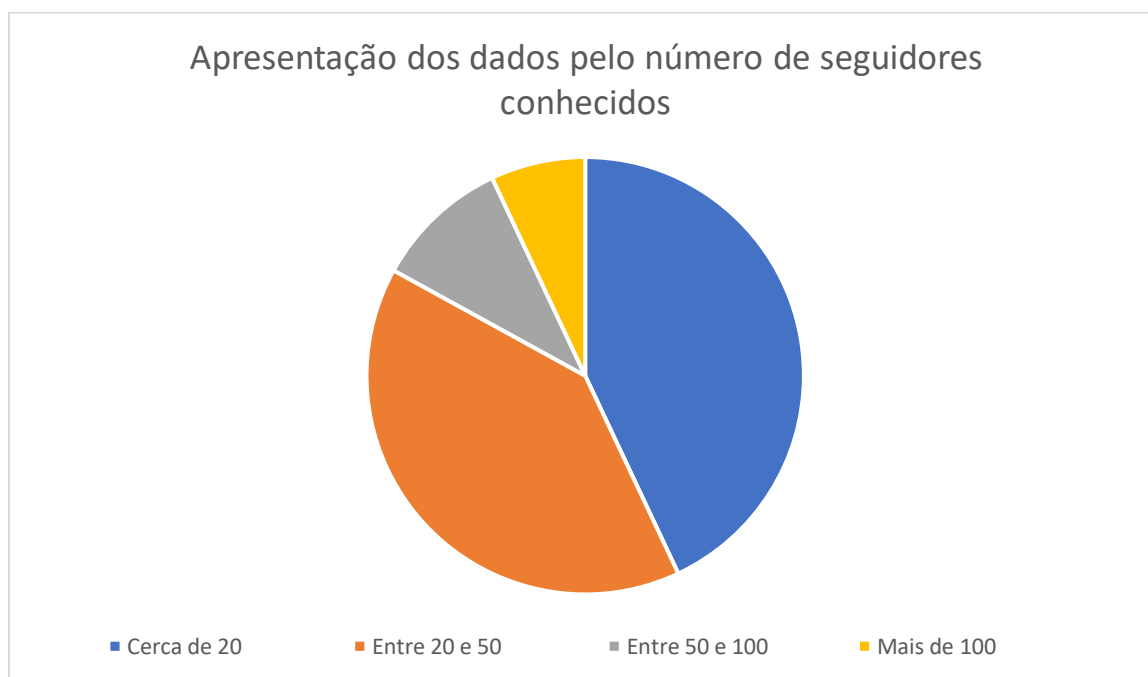
Aproximadamente, quantos conhece pessoalmente?

Tabela 8. Apresentação dos dados pelo número de seguidores conhecidos

Resposta	Frequência	Porcentagem (%)
Cerca de 20	13	43%
Entre 20 e 50	12	40%
Entre 50 e 100	3	10%
Mais de 100	2	7%
TOTAL	30	100%

Fonte: Elaboração própria.

Gráfico 8. Apresentação dos dados pelo número de seguidores conhecidos



Fonte: Elaboração própria.

- A maioria afirma conhecer pessoalmente entre 20 e 50 seguidores (40%) ou cerca de 20 (43%).

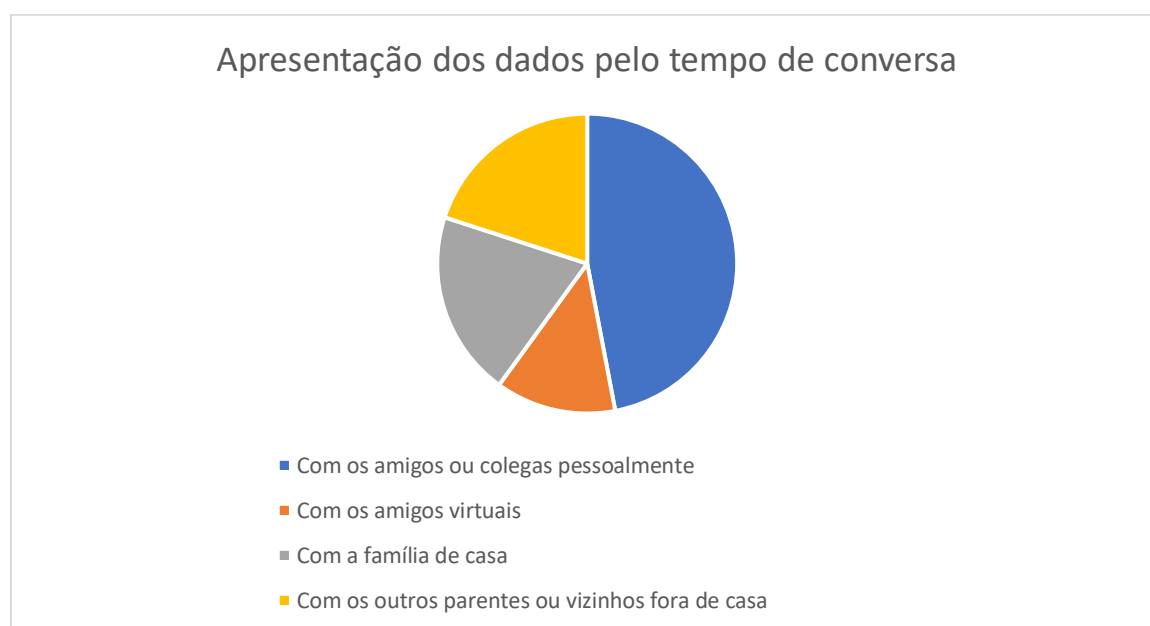
Por dia, com quem passa mais tempo a conversar?

Tabela 9. Apresentação dos dados pelo tempo de conversa

Resposta	Frequência	Porcentagem (%)
Com os amigos ou colegas pessoalmente	14	47%
Com os amigos virtuais	4	13%
Com a família de casa	6	20%
Com os outros parentes ou vizinhos fora de casa	6	20%
TOTAL	30	100%

Fonte: Elaboração própria.

Gráfico 9. Apresentação dos dados pelo tempo de conversa



Fonte: Elaboração própria.

- A maioria passa mais tempo a conversar pessoalmente com amigos ou colegas (47%), o que reforça a importância das interações físicas.
- Entretanto, 20% conversam mais com familiares, e 13% com amigos virtuais, mostrando que o ambiente familiar e digital também têm algum papel.

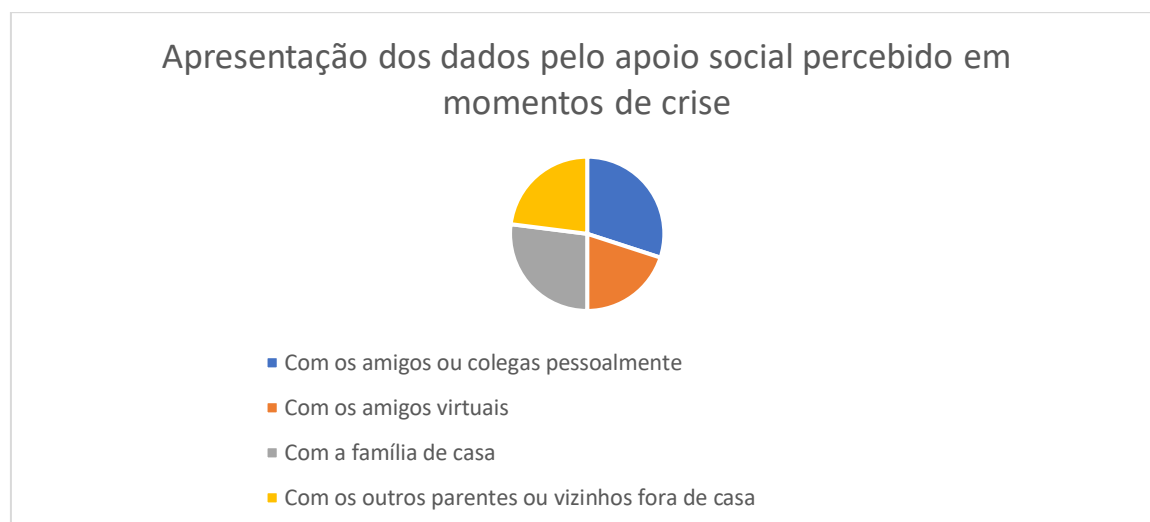
Quando estás a passar por algum problema na vida com quem conversas para buscar ajuda?

Tabela 10. Apresentação dos dados pelo apoio social momentos de crise

Resposta	Frequência	Percentagem (%)
Com os amigos ou colegas pessoalmente	9	30%
Com os amigos virtuais	6	20%
Com a família de casa	8	27%
Com os outros parentes ou vizinhos fora de casa	7	23%
TOTAL	30	100%

Fonte: Elaboração própria.

Gráfico 10. Apresentação dos dados pelo apoio social percebido em momentos de crise



Fonte: Elaboração própria.

- O apoio social mais forte vem dos amigos presenciais (30%) e da família de casa (27%).
- 20% recorrem aos amigos virtuais, o que revela um uso considerável das redes como fonte de apoio emocional.

Em média, quanto tempo por dia ficas ligado nas redes sociais (com interrupções ou sem interrupções)?

Tabela 11. Apresentação dos dados pelo Tempo Gasto nas Redes Sociais por Dia

Resposta	Frequência	Percentagem (%)
Menos de 1 hora	6	20%
Cerca de 2 horas	10	33%
Entre 2 e 5 horas	9	30%
Entre 5 e 8 horas	2	7%
Mais de 8 horas	3	10%
TOTAL	30	100%

Fonte: Elaboração própria.

Gráfico 11. Apresentação dos dados pelo Tempo Gasto nas Redes Sociais por Dia



Fonte: Elaboração própria.

De acordo com os resultados, observamos que:

- 33% dos adolescentes passam cerca de 2 horas por dia nas redes sociais.
- Um número muito próximo, 30%, permanece conectado entre 2 e 5 horas.
- Já 20% utilizam por menos de 1 hora.
- 7% afirmam ficar entre 5 e 8 horas, e 10% ficam mais de 8 horas ligados diariamente.

3.2. Discussão dos Resultados

A análise dos dados obtidos revela informações importantes sobre o perfil dos adolescentes e a sua relação com o uso das redes sociais. Verificou-se que a maioria dos inquiridos são do sexo feminino (53%), o que pode indicar uma maior disponibilidade ou interesse por parte das raparigas em participar na pesquisa.

Quanto à idade, a maior concentração situa-se nos 14 anos, representando 67% do total, o que mostra que se trata de um grupo ainda jovem, em fase de transição para a adolescência. Essa faixa etária é conhecida por estar mais ligada às tecnologias e redes sociais, o que pode justificar alguns dos resultados seguintes.

Todos os participantes afirmaram estar a frequentar aulas no presente ano letivo, o que reforça a importância de compreender como o uso das redes sociais pode influenciar não apenas a vida pessoal, mas também o rendimento escolar.

Em relação à classe que frequentam, os dados mostram uma predominância de alunos da 7ª (37%) e 8ª classes (30%). Isso confirma que o estudo abrange, em sua maioria, estudantes que estão nos níveis iniciais do ensino de base, o que pode influenciar o tipo de conteúdo que consomem nas redes e o tempo que dedicam a essas plataformas.

No que diz respeito às redes sociais, todos os participantes afirmaram utilizar o Facebook, sendo também esta apontada como a principal rede social utilizada por eles. Isso mostra que, apesar da diversidade de plataformas existentes, o Facebook ainda é muito presente no quotidiano dos jovens. O TikTok aparece como a segunda mais usada, com 60% dos participantes, enquanto o WhatsApp (53%) e o Instagram (43%) também têm presença significativa. Outras redes foram mencionadas por apenas 20%.

Apesar de muitos afirmarem ter centenas ou até milhares de seguidores, metade disse ter menos de 500, e apenas 20% possuem mais de 2.000. Ainda assim, um dado interessante é que a maioria afirmou conhecer pessoalmente uma quantidade limitada desses seguidores, sendo 43% os que conhecem apenas cerca de 20 pessoas. Isso pode apontar para uma certa superficialidade nas relações virtuais.

No convívio diário, 47% dos alunos dizem conversar mais com amigos ou colegas pessoalmente, o que demonstra que, apesar do uso das redes, o contato presencial ainda tem um papel relevante. Porém, nota-se que 13% se comunicam mais com amigos virtuais, o que pode indicar alguma dependência das plataformas digitais.

Quando enfrentam dificuldades, 30% procuram apoio em amigos ou colegas pessoalmente, enquanto 27% recorrem à família. Já 20% preferem conversar com amigos virtuais, e 23% com outros parentes ou vizinhos. Esse dado revela uma divisão relativamente equilibrada, mas chama atenção o fato de que uma parte significativa dos jovens procura apoio fora do círculo familiar.

Quanto ao tempo gasto nas redes sociais, 33% afirmam passar cerca de 2 horas por dia conectados, enquanto 30% chegam a permanecer entre 2 a 5 horas. Há ainda 10% que ultrapassam as 8 horas diárias. Esses números indicam um uso significativo, que pode impactar diretamente em outras áreas da vida, como o desempenho escolar e o convívio social presencia

CONCLUSÃO

A adolescência é um período de intensas transformações, onde o mundo ao redor parece reorganizar-se a cada instante. Sendo assim, em virtude do que foi apresentado, podemos compreender essa fase como um momento marcado por diversas mudanças. Neste contexto, as redes sociais servem ao adolescente enquanto ferramentas que possibilitam a conexão com inúmeras pessoas, além da grande quantidade de informações acessíveis.

Os pais apresentam um papel importante na mediação do adolescente com o mundo e conversar com os Adolescentes a respeito dos perigos e prejuízos que podem ser causados pelo uso prejudicial, se mostra uma maneira eficaz de prevenção e auxílio no controle do uso.

Os dados analisados ao longo deste trabalho permitiram compreender, com maior profundidade, como o uso exagerado das redes sociais pelos adolescentes entre os 14 e os 17 anos está diretamente ligado a mudanças significativas nas suas rotinas, atitudes e, principalmente, no modo como se relacionam com os membros da família.

Foi possível perceber que essa exposição frequente aos conteúdos virtuais influencia negativamente certos comportamentos, como o afastamento emocional, a dificuldade de comunicação com os familiares, a redução do tempo dedicado às tarefas domésticas e aos momentos de convívio em casa. Muitos adolescentes demonstram maior interesse pelos conteúdos que encontram nas redes como temas ligados à sexualidade, moda, negócios e estilo de vida do que por conversas com pais, irmãos ou outros membros da família.

A investigação mostrou que parte dos Adolescentes tende a substituir o diálogo familiar por interações virtuais, o que pode contribuir, ao longo do tempo, para o enfraquecimento dos laços afetivos no ambiente doméstico. Este distanciamento, aliado à influência de certos conteúdos, pode favorecer comportamentos desajustados ou mesmo contribuir para conflitos dentro do núcleo familiar.

Todos os objetivos traçados foram alcançados, pois a pesquisa conseguiu não apenas analisar as implicações da exposição excessiva, mas também identificar os conteúdos que mais atraem os adolescentes, perceber as alterações no

comportamento e entender de que forma essas mudanças interferem na harmonia familiar.

De forma geral, o estudo permitiu concluir que a presença constante dos adolescentes nas redes sociais, embora lhes proporcione acesso à informação e entretenimento, quando não é acompanhada de orientação e limites, acaba por gerar consequências que interferem na dinâmica familiar e na formação do caráter dos mesmos.

SUGESTÃO

Diante do que foi possível observar ao longo desta pesquisa, torna-se evidente a necessidade de um olhar mais atento sobre os hábitos digitais dos adolescentes e o impacto que esses hábitos têm dentro do espaço familiar. Assim, algumas medidas podem ser consideradas para minimizar os efeitos negativos da exposição excessiva às redes sociais:

Promover conversas regulares entre pais e filhos, com escuta ativa e sem julgamentos;

Estabelecer momentos específicos para o uso de redes sociais pode ajudar a evitar excessos;

Incentivar momentos de reflexão em casa ou na escola sobre temas como sexualidade, autoestima, consumo, relações interpessoais e padrões sociais;

Demonstrar interesse pelo que os jovens veem e compartilham online, sem que isso se transforme em invasão ou vigilância excessiva.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Adolpho, C., & Adolpho, C. (2012). Os 8 Ps do marketing digital. Texto Editores.
<https://biblioteca.europeia.pt/cgi-bin/koha/opac-detail.pl?biblionumber=15318>
- André, R., & Tomé, R. (2016). A importância do Marketing Digital nas Organizações não-governamentais.
https://estudogeral.sib.uc.pt/bitstream/10316/32874/1/dissertação_final_ricardo_tome.pdf
- André, R., & Tomé, R. (2016).
- Ariès, P. (2018). História social da criança e da família (2ª ed.). LTC.
- Assunção, R. S., & Matos, P. M. (2014). Perspetivas dos adolescentes sobre o uso do Facebook: Um estudo qualitativo. *Psicologia em Estudo*, 19(3), 1337–1345.
<https://doi.org/10.1590/141373722133716>
- Barbatovci-Oliveira, M. (2020). Família e rede social virtual. NUPEC IFPA.
- Bernardino Rocha, C., & Pesqueira de Souza, P. (2019). Uma análise psicanalítica sobre o desejo de exposição nas redes sociais. *Psicologia.pt*.
- Boyd, D. M., & Ellison, N. B. (2007). Social network sites: Definition, history, and scholarship. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 13(1), 210–230.
<https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2007.00393.x>
- Carvalho, R. G., & Novo, R. F. (2013). Características da personalidade e relacionamento interpessoal na adolescência. *Avaliação Psicológica*, 12(1), 27–36.
- Castilho, A. P. (2014). Manual de Metodologia Científica. Itumbiara: São Paulo.

- Charlesworth, A. (2015). An introduction to social media marketing. Routledge.
<https://www.routledge.com/An-Introduction-to-Social-Media-Marketing/Charlesworth/p/book/9780415856171>
- Corley, J. K., Jourdan, Z., & Ingram, W. R. (2013). Internet marketing: A content analysis of the research. *Electronic Markets*, 23(3), 177–204.
<https://doi.org/10.1007/s12525-012-0118-y>
- Cunha, A. B. P., Resende, I. L. S., & Silva, J. G. M. (2022). A relação entre o uso das redes sociais e a saúde mental dos adolescentes. Trabalho de Conclusão de Curso em Psicologia, Centro Universitário Una/Barreiro.
<https://repositorio.animaeducacao.com.br/bitstream/ANIMA/30898/1/A%20rela%C3%A7%C3%A3o%20entre%20o%20uso%20das%20redes%20sociais%20e%20a%20sa%C3%BAde%20mental%20dos%20adolescentes.pdf>
- Duca, R. M., & Lima, V. H. B. (2019). A influência das mídias na adolescência. *Cadernos de Psicologia*, 1(1).
<https://seer.uniacademia.edu.br/index.php/cadernospsicologia/article/view/2000>
- Eisenstein, E. (2005). Adolescência: definições, conceitos e critérios. *Revista de Saúde do Adolescente*, 2(2), 6–12.
- Eisenstein, E., & Estefenon, S. B. (2011). Geração digital: Riscos das novas tecnologias para crianças e adolescentes. *Revista do Hospital Universitário Pedro Ernesto - UERJ*, 10(ago.).
https://bjhbs.hupe.uerj.br/WebRoot/pdf/105_pt.pdf
- Fachini, O. (2005). *Fundamentos de Metodologia*. São Paulo: Saraiva.

- Ferreira, E. Z., et al. (2020). A influência da internet na saúde biopsicossocial do adolescente: Revisão integrativa. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 73. <https://www.scielo.br/j/reben/a/KMbfXJMxMnPYQV6QBkqjtZP/?lang=pt>
- Garton, L., Haythornthwaite, C., & Wellman, B. (2006). Studying online social networks. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 3(1). <https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.1997.tb00062.x>
- Guimarães, A. M., Aleixo, L. S., & Costa, M. S. A. (2020). Influências na construção da identidade dos adolescentes. Trabalho acadêmico. [http://dspace.doctum.edu.br:8080/xmlui/bitstream/handle/123456789/3577/RED ES%20SOCIAIS%20INFLU%20NCIAS%20NA%20CONSTRU%20%20DA%20IDENTIDADE%20DOS%20ADOLESCENTES.pdf](http://dspace.doctum.edu.br:8080/xmlui/bitstream/handle/123456789/3577/RED%20SOCIAIS%20INFLU%20NCIAS%20NA%20CONSTRU%20%20DA%20IDENTIDADE%20DOS%20ADOLESCENTES.pdf)
- Kilbey, E. (2018). Como criar filhos na era digital. Pantanar.
- Koffermann, M., & Aguaded, I. (2023). A influência das redes sociais sobre os adolescentes: Ciberconsumo e educação crítica. *Lumina*, 17(1), 123–139. <https://periodicos.ufjf.br/index.php/lumina/article/view/40253>
- Kotler, P., & Armstrong, G. A. (2012). Marketing 3.0. <http://www.fcap.adm.br/wp-content/uploads/2014/07/Marketing-3-Philip-Kotler.pdf>
- Lorenzon, A. J. G., et al. (2021). Impactos do uso excessivo de redes sociais na adolescência: Uma pesquisa bibliográfica. *Disciplinarum Scientia*, 22(3), 71–82.
- Lorenzon, A. J. G., Seixas, L. C., Lange, N. S., Alves, N. O., Jaeger, F. P., & Carlesso, J. P. P. (2021). Impactos do uso excessivo de redes sociais na adolescência: Uma pesquisa bibliográfica. *Disciplinarum Scientia - Saúde*, 22(3), 71–82.

- Mangold, W. G., & Faulds, D. J. (2009). Social media: The new hybrid element of the promotion mix. *Business Horizons*, 52(4), 357–365.
<https://doi.org/10.1016/j.bushor.2009.03.002>
- Marques, V. (2018). *Redes sociais 360* (C. Atual, Ed.).
- Neves, K. S. S. M., et al. (2015). Da infância à adolescência: O uso indiscriminado das redes sociais. *Revista Ambiente Acadêmico Cachoeiro de Itapemirim*, 1(2), 119–139.
- Oliveira, M. P. (2020). Uso de internet e de jogos eletrônicos entre adolescentes em situação de vulnerabilidade social. *Trends in Psychology*, 25(3), 1167–1183.
<https://doi.org/10.9788/TP2017.3-13Pt>
- Oliveira, S. (2012). *Jovens para sempre: Como entender os conflitos de gerações*. Integrare Editora.
- Papalia, D. E., & Martorell, G. (2021). *Desenvolvimento humano* (14^a ed.). McGraw Hill Brasil.
- Papalia, D., & Feldman, R. (2013). Desenvolvimento físico e cognitivo na adolescência. In *Desenvolvimento humano* (pp. 379–414). Porto Alegre: AMG.
- Pomirleanu, N., Schibrowsky, J. A., Peltier, J., & Nill, A. (2013). A review of internet marketing research over the past 20 years and future research direction. *Journal of Research in Interactive Marketing*, 7(3), 166–181.
<https://doi.org/10.1108/JRIM-01-2013-0006>
- Portugal, A. F., & Souza, J. P. C. (2020). Uso das redes sociais na internet pelos adolescentes: Uma revisão de literatura. *Revista Ensino de Ciências e*

Humanidades - Cidadania, Diversidade e Bem Estar (RECH), 4(2).

<https://periodicos.ufam.edu.br/index.php/rech/article/view/7966>

Rosado, J. S., Jager, M. E., & Dias, A. C. G. (2014). Padrões de uso e motivos para envolvimento em redes sociais virtuais na adolescência. *Interação em Psicologia*, 18(1), 13–23.

<https://revistas.ufpr.br/psicologia/article/view/28029/26178>

Sales, S. S. S., et al. (2021). Adolescentes na era digital: Impactos na saúde mental. *Research, Society and Development*, 10(9), e15110917800.

<https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/download/17800/16001/225126>

Siegel, D. (2016). Cérebro do adolescente: O grande potencial, a coragem e a criatividade da mente dos 12 aos 24 anos. *Nversos*.

Silva, T. O. (2016). Os impactos sociais, cognitivos e afetivos sobre a geração de adolescentes conectados às tecnologias digitais.

Silva, T. O., & Silva, L. T. G. (2017). Os impactos sociais, cognitivos e afetivos sobre a geração de adolescentes conectados às tecnologias digitais. *Revista Psicopedagogia*, 34(103), 87–97.

http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S010384862017000100009

Souza, K., & Cunha, M. X. C. (2019). Impactos do uso das redes sociais virtuais na saúde mental dos adolescentes: Uma revisão sistemática da literatura. *Revista Educação, Psicologia e Interfaces*, 3(3), 204–217.

<https://educacaoepsicologia.emnuvens.com.br/edupsi/article/view/156>

Souza, K., & da Cunha, M. X. C. (2019). Impactos do uso das redes sociais virtuais na saúde mental dos adolescentes: Uma revisão sistemática da literatura. *Revista*

Educação, Psicologia e Interfaces, 3(3), 204–207.

<https://educacaoepsicologia.emnuvens.com.br/edupsi/article/view/156>

Tomé, R., & André, R. (2016). A importância do Marketing Digital nas Organizações não-governamentais.

https://estudogeral.sib.uc.pt/bitstream/10316/32874/1/dissertação_final_ricardo_tome.pdf

APÊNDICE

Questionário sobre exposição à redes sociais pelos adolescentes

Respeitosos cumprimentos!

Prezado/a;

Sou a Tatiana Adão Nobre de Carvalho, estudante finalista do curso de Psicologia do Instituto Superior de Angola – ISA. E estamos levando a cabo uma pesquisa, para Trabalho de Fim de Curso, com o tema **“impacto da exposição excessiva de adolescentes dos 14 aos 17 anos em redes sociais e suas implicações na relação familiar”**, exclusivamente com fins académicos e científicos, por isso, **garante-se o sigilo das informações que fornecer e o devido anonimato**. Os dados que fornecer serão tratados de forma agrupada, por isso não precisará fornecer o seu nome nem telefone nem dados do BI.

Solicitamos, assim, a sua colaboração, respondendo às questões que se seguem. Sua contribuição é muito importante pra nós.

Agradecemos, desde já, a sua disponibilidade!

Instruções gerais:

- Responda a todas as questões, segundo o que se solicitar, com um X ou escrevendo, de acordo com a instrução de cada pergunta.
- Se se enganar a sinalizar, basta colocar um círculo na opção errada e sinalizar com um X a outra opção correcta.

0. Informações preliminares

0.1 Sexo: (sinalizar com um X no quadrado. Não sinalizar mais de uma opção)

1) Masculino ☐

2) Feminino ☐

0.2 Idade: (sinalizar com um X no quadrado. Não sinalizar mais de uma opção)

1) 12 anos ☐

2) 13 anos ☐

3) 14 anos ☐

4) 15 anos ☐

5) 16 anos ☐

6) 17 anos ☐

0.3 Frequenta às aulas neste Lectivo (2024-2025)?

1) Sim ☐

2) Não ☐

0.4 Classe que frequenta ou frequentou (escreva a sua classe): **R:** _____

0.5 Rede social virtual que usa (que rede/s social/is você usa actualmente)?

0.5.1 Facebook (sinalizar com um X no quadrado. Não sinalizar mais de uma opção)

3) Sim ☐

4) Não ☐

0.5.2 WhatsApp (sinalizar com um X no quadrado. Não sinalizar mais de uma opção)

1) Sim ☐

2) Não ☐

0.5.3 Instagram (sinalizar com um X no quadrado. Não sinalizar mais de uma opção)

1) Sim ☐

2) Não ☐

0.5.4 Tik Tok (sinalizar com um X no quadrado. Não sinalizar mais de uma opção)

1) Sim ☐

2) Não ☐

0.5.5 Outra/s (sinalizar com um X no quadrado. Não sinalizar mais de uma opção)

1) Sim ☐

2) Não ☐

0.6 Qual é a sua principal rede social virtual (aquela que usa com mais frequência)?

(sinalizar com um X no quadrado. Não sinalizar mais de uma opção)

1) Facebook ☐

2) WhatsApp ☐

3) Instagram ☐

4) Tik Tok ☐

5) Outra/s ☐

0.7 Seguidores/amigos na sua principal rede social:

1) Menos de 500 ☐

2) Entre 500 e 1.000 ☐

☐

3) Entre 1.000 e 2.000

4) Mais de 2.000 ☐

0.8 Aproximadamente, quantos conhece pessoalmente?

1) Cerca de 20 ☐

2) Entre 20 e 50 ☐

3) Entre 50 e 100 ☐

4) Mais de 100 ☐

1. Por dia, com quem passa mais tempo a conversar? (sinalizar com um X no quadrado.

Não sinalizar mais de uma opção

☐ 1) Com os amigos ou colegas pessoalmente

☐ 2) Com os amigos virtuais (nas redes sociais, incluindo familiares)

☐ 3) Com a família de casa

☐ 4) Com os outros parentes ou vizinhos fora de casa

2. Quando estás a passar por algum problema na vida com quem conversas para buscar ajuda? (sinalizar com um X no quadrado. Não sinalizar mais de uma opção)

☐ 1) Com os amigos ou colegas pessoalmente

☐ 2) Com os amigos virtuais (nas redes sociais, incluindo familiares)

☐ 3) Com a família de casa

☐ 4) Com os outros parentes ou vizinhos fora de casa

3. Em média, quanto tempo por dia ficas ligado nas redes sociais (com interrupções ou sem interrupções)? (sinalizar com um X no quadrado. Não sinalizar mais de uma opção)

☐ 1) Menos de 1 hora

☐ 2) Cerca de 2 horas

☐ 3) Entre 2 e 5 horas

☐ 4) Entre 5 e 8 horas

☐ 5) Mais de 8 horas

4. Em média quanto tempo por dia ficas a conversar com os membros da tua família em casa sem ligações às redes sociais? (sinalizar com um X no quadrado. Não sinalizar mais de uma opção)

- ☐ 1) Menos de 1 hora
- ☐ 2) Cerca de 2 horas
- ☐ 3) Entre 2 e 5 horas
- ☐ 4) Entre 5 e 8 horas
- ☐ 5) Mais de 8 horas

5. Já foi advertido (ralhado) pelos pais/encarregado de educação por usar frequentemente às redes sociais? (sinalizar com um X no quadrado. Não sinalizar mais de uma opção)

- ☐ 1) Nunca
- ☐ 2) Poucas vezes
- ☐ 3) Muitas vezes
- ☐ 4) Sempre

6. Que tipo de conteúdos te levam a usar mais as redes sociais?

6.1 Sexualidade? (sinalizar com um X no quadrado. Não sinalizar mais de uma opção)

- ☐ 1) Sim
- ☐ 2) Não

6.2 Moda? (sinalizar com um X no quadrado. Não sinalizar mais de uma opção)

- ☐ 1) Sim
- ☐ 2) Não

6.3 Negócio (sinalizar com um X no quadrado. Não sinalizar mais de uma opção)

- ☐ 1) Sim
- ☐ 2) Não

6.4 Relações familiares? (sinalizar com um X no quadrado. Não sinalizar mais de uma opção)

- ☐ 1) Sim

☐ 2) Não

6.5 Auto-ajuda? (sinalizar com um X no quadrado. Não sinalizar mais de uma opção)

☐ 1) Sim

☐ 2) Não

6.6 Amizade? (sinalizar com um X no quadrado. Não sinalizar mais de uma opção)

☐ 1) Sim

☐ 2) Não

6.7 Fama? (sinalizar com um X no quadrado. Não sinalizar mais de uma opção)

☐ 1) Sim

☐ 2) Não

6.8 Estima e auto-estima? (sinalizar com um X no quadrado. Não sinalizar mais de uma opção)

☐ 1) Sim

☐ 2) Não

6.9 Ser monetizado? (sinalizar com um X no quadrado. Não sinalizar mais de uma opção)

☐ 1) Sim

☐ 2) Não

7. A utilização das redes sociais virtuais tem te afastado de estar fisicamente com a família? (sinalizar com um X no quadrado. Não sinalizar mais de uma opção)

☐ 1) Nunca

☐ 2) Poucas vezes

☐ 3) Muitas vezes

☐ 4) Sempre

Chegou ao fim, mas verifique se não deixou nenhuma pergunta sem responder
Obrigada pela sua colaboração!

ANEXOS

A
DIRECÇÃO DA COMISSÃO DO BAIRRO 11
DE NOMEMBRO-VIDRUL CACUACO

LUANDA

CREDENCIAL

Ref.: 73/DAC/ISA/024

Melhores Cumprimento,

Excelência,

O Instituto Superior de Angola – ISA foi aprovado pelo Decreto Presidencial nº 168/12 de 24 de Julho, com sede em Luanda, bairro da Pedreira, município de Cacuo, apostado na formação de quadros qualificados na investigação científica para dar resposta as necessidades locais e nacionais de acordo com as orientações emanadas pelo Executivo Central.

Havendo necessidade de credenciar e enviar aos diferentes locais para a pesquisa da temática do Trabalho de fim de Curso para obtenção do grau de licenciatura em **Psicologia** o (a) estudante:

NOME: Tatiana Adão Nobre De Carvalho

TEMA: IMPACTO DA EXPOSIÇÃO EXCESSIVA DE ADOLESCENTES DOS 14 AOS 17 ANOS DE IDADE EM REDES SOCIAIS E SUAS IMPLICAÇÕES NA RELAÇÃO FAMILIAR NO BAIRRO 11 DE NOMEMBRO-VIDRUL CACUACO ANO 2024.

Vimos por intermédio desta, solicitar os vossos ofícios, no sentido de autorizar a estudante a realizar a pesquisa/recolha de dados na instituição que vossa excelência mui dignamente dirige.

O INSTITUTO SUPERIOR DE ANGOLA, em Luanda aos 19 de Setembro de 2024.

O vice - Presidente Para os Assuntos Científicos

Prof. Dr. Moisés Kafala Neto

T. Conhecimento da vossa instituição onde prometo fazer o meu trabalho de final de curso da licenciatura em Psicologia

COMISSÃO DE NOMEMBRO-VIDRUL
Sector 12
19 de Setembro de 2024