

Universidade do Vale do Rio dos Sinos
Programa de Pós-Graduação em Psicologia
Mestrado em Psicologia Clínica
Linha de pesquisa: Processos Saúde-doença em Contextos Institucionais

Marina Schmitt

O que leva a se viciar na internet?

Relações entre solidão, depressão, ansiedade, estresse, adição à internet e uso de mídias sociais *online*

Orientadora:

Profa. Dra. Ilana Andretta

São Leopoldo, julho de 2020

MARINA SCHMITT

O que leva a se viciar na internet?

Relações entre solidão, depressão, ansiedade, estresse, adição à internet e uso de mídias sociais *online*

Dissertação apresentada como exigência parcial para a obtenção do título de Mestre em Psicologia Clínica do Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Área de Concentração, da Universidade do Vale do Rio dos Sinos – UNISINOS.

Orientadora:

Profa. Dra. Ilana Andretta

São Leopoldo, julho de 2020

S355q

Schmitt, Marina.

O que leva a se viciar na internet? Relações entre solidão, depressão, ansiedade, estresse, adição à internet e uso de mídias sociais *online* / Marina Schmitt. – 2020.

97 f. : il. ; 30 cm.

Dissertação (mestrado) – Universidade do Vale do Rio dos Sinos, Programa de Pós-Graduação em Psicologia Clínica, São Leopoldo, 2020.

“Orientadora: Profa. Dra. Ilana Andretta.”

1. Internet. 2. Estudantes universitários. 3. Saúde mental. 4. Mídia social. 5. Vício em Internet. I. Título.

CDU 159.9

“Assim como são as pessoas
São as criaturas
E, no início,
Eram tudo lavras”

-- Susan Teixeira Schmitt e Julio Frederico Schmitt

(Um verso que meus pais um dia inventaram, mas nunca descobriram o que significa)

Agradecimentos

Gente, eu não sei como agradecer. Na verdade, não sei nem para quem agradecer, porque tudo e todos que passaram por mim até aqui, de alguma forma, me influenciaram a terminar esse mestrado. Fico sem jeito de limitar a minha gratidão a pessoas específicas – parece injusto com aqueles que me ajudaram, mas cujo nome não lembro, como a minha professora de língua portuguesa que me deu aula por um trimestre no primeiro ano de ensino médio. Ela disse que minha escrita era ótima, e até hoje a memória desse elogio auxilia em qualquer texto que eu redijo. Também acho a parte de Agradecimentos injusta com aqueles importantes para mim, mas que não me ajudaram diretamente. Por exemplo, obrigada ao Fábio, meu professor de teatro desde meus 11 anos, que me ensinou a falar em público com mais êxito e também me proporcionou a oportunidade de conhecer o Paulo, meu namorado, que foi meu colega de teatro a partir dos meus 14 anos. E, por fim, sinceramente: eu gosto de fazer as coisas um pouco diferentes; me dá prazer burlar as regras, mesmo que seja um pouco. Numa dissertação, infelizmente, há poucos momentos para essa divergência, essa informalidade, de que eu tanto gosto, então tive que me valer dos Agradecimentos para isso. Portanto, acho que eu deveria agradecer aos Agradecimentos por me deixar escrever sobre o que eu quiser como eu quiser. Ah, sim, e obrigada a você, Planeta Terra. Se você não existisse, eu definitivamente não teria como concluir o mestrado.

(E também obrigada à minha família – alô, pai e mãe; aos meus amigos – todos, do Na Mala à Psicologia e qualquer outro que não conste nessas duas categorias; aos meus amores – meu namorado, meus dogs; e à minha orientadora muito paciente, Ilana Andretta... ah, e também aos teixeiras aos schmitts aos migs às abelhancas aos gamers a minha psicoterapeuta às portuguesas ao grupo iccep aos pakuanos às polegas aos meus

professores ao não termos nome ainda às matracas e clowns aos viu, eu disse que era gente demais para agradecer nos Agradecimentos).

Sumário

Apresentação da Dissertação	14
Seção I - Artigo Empírico	19
Resumo.....	19
Abstract	20
Introdução.....	18
Metodologia	23
Participantes	23
Instrumentos	25
Questionário de dados sociodemográficos e do uso de mídias sociais.....	25
Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS-21)	25
Escala Brasileira de Solidão (UCLA-BR).....	26
Internet Addiction Test (IAT).....	27
Procedimentos de coleta de dados.....	27
Procedimentos éticos	28
Procedimentos de análise de dados	29
Resultados	30
Discussão	34
Conclusão	38
Referências	39
Seção II - Artigo Empírico	48
Resumo.....	48
Abstract	49
Introdução.....	50

Metodologia	53
Delineamento.....	53
Participantes	53
Instrumentos	54
Questionário de dados sociodemográficos e do uso de mídias sociais.....	54
Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS-21)	55
Internet Addiction Test (IAT).....	56
Escala Brasileira de Solidão (UCLA-BR).....	56
Procedimentos de coleta de dados.....	57
Procedimentos éticos	58
Procedimentos de análise de dados	58
Resultados	59
Discussão.....	64
Conclusão	69
Referências	70
Considerações Finais da Dissertação	76
Nota de Imprensa.....	79
Referências da Dissertação.....	83
Apêndice A – Questionário de dados sociodemográficos e do uso de mídias sociais	87
Anexo A – <i>Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS-21)</i>	90
Anexo B – Escala Brasileira de Solidão (UCLA-BR).....	91
Anexo C – <i>Internet Addiction Test (IAT)</i>	92
Anexo D – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).....	94
Anexo E – Aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa da UNISINOS	95

Lista de Tabelas e Figuras

Artigo I

Tabela 1 - Médias e desvios padrão da idade e dos escores obtidos acerca da saúde mental dos participantes.....	24
Tabela 2 - Descrição das variáveis sociodemográficas dos participantes.....	24
Tabela 3 - Descrição dos ajustes obtidos pelos dois modelos testados.....	29
Figura 1. Modelo de mensuração	31
Figura 2. Modelo estrutural.....	33

Artigo II

Tabela 1 - Descrição das características sociodemográficas e de uso ou não de mídias sociais <i>online</i> dos grupos analisados.....	59
Tabela 2 - Descrição e apresentação das comparações dos grupos quanto a sua saúde mental e tipos de uso de mídias sociais <i>online</i>	61

Lista de Abreviaturas Siglas

AIC	Critério de Informação Akaike
BIC	Critério de Informação Bayesiano
CEP	Comitê de Ética em Pesquisa
CFI	Índice de ajuste comparativo
CNS	Conselho Nacional de Saúde
DASS-21	<i>Depression, Anxiety and Stress Scale</i>
UCLA-BR	Escala Brasileira de Solidão
GFI	Índice de qualidade de ajuste
IAT	<i>Internet Addiction Test</i>
IC	Intervalo de confiança
ICCep	Intervenções Cognitivo-Comportamentais Estudo e Pesquisa
MEE	Modelagem de Equações Estruturais
NFI	Índice de ajuste normalizado
RMSEA	Raiz do erro quadrático médio de aproximação
SPSS	<i>Statistical Package for the Social Sciences</i>
TCLE	Termo de Consentimento Livre e Esclarecido
TLI	Índice de Tucker Lewis
UNISINOS	Universidade do Vale do Rio dos Sinos

O que leva a se viciar na internet? Relações entre solidão, depressão, ansiedade, estresse, adição à internet e uso de mídias sociais *online*

Resumo

Dependência ou adição à internet em universitários é um tema pouco pesquisado no Brasil; estudos apontam que haveria associação entre tal adição, saúde mental e uso de mídias sociais. Objetivou-se: averiguar a relação entre sintomas de depressão, ansiedade e estresse, solidão e adição à internet; e compreender e comparar o uso de mídias sociais *online* e a saúde mental de adictos e não adictos. Realizou-se dois estudos transversais quantitativos, um explicativo e outro descritivo e comparativo. Utilizou-se os instrumentos: questionário de dados sociodemográficos e de uso de mídias sociais; *Depression, Anxiety and Stress Scale* (DASS-21); Escala Brasileira de Solidão (UCLA-BR); e *Internet Addiction Test* (IAT). A amostra contou com 382 estudantes de uma universidade privada do Rio Grande do Sul. No primeiro artigo, aponta-se solidão como preditora direta de adição à internet, considerando suas correlações positivas com as demais variáveis de saúde mental. No segundo, indicou-se que adictos teriam pior saúde mental que não adictos, e usariam as redes sociais como manejo rápido de sensações desagradáveis. A dissertação sugere que ter sofrimento psicológico pode levar a utilizar a internet para alívio momentâneo. Isso auxiliaria o desenvolvimento e manutenção da adição. Pesquisas e intervenções futuras devem se atentar a isso.

Palavras-chaves: dependência; internet; estudantes universitários; saúde mental; mídias sociais.

What leads to being addicted to the internet? Relationships between loneliness, depression, anxiety, and stress symptoms, internet addiction and online social media use

Abstract

Internet addiction among Brazilian university students is an insufficiently researched topic. Literature indicates an association between such an addiction, mental health and online social media usage. Here, the aim was to investigate the relationship among depression, anxiety, and stress symptoms, loneliness and internet addiction; and to comprehend and compare social media usage and mental health among undergraduates with and without such addiction. Two cross-sectional quantitative studies were done, one explanatory and one comparative. The instruments used were sociodemographic and online social media usage questionnaire; Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS-21); UCLA Loneliness Scale (UCLA-BR); and Internet Addiction Test (IAT). The sample consisted of 382 students at a private university from Rio Grande do Sul, Brazil. Firstly, it was indicated that loneliness would directly predict internet addiction, considering these variables' positive correlations with the other mental health constructs. Secondly, it was suggested that internet addicts would have poorer mental health than non-addicts, and, perhaps, would use social media as momentary distress relief. The present dissertation indicated that psychological suffering may lead to using the internet to rapidly handle the situation. This would assist in the development and maintenance of internet addiction. Future research and interventions should take this into account.

Keywords: internet addiction; university students; mental health; social media.

Apresentação da Dissertação

Usar a internet de forma frequente, intensa e prejudicial pode caracterizar adição ou dependência. Tentativas falhas de diminuir ou cessar seu uso, bem como malefícios sociais, profissionais e familiares provindos de tal situação são, de fato, características essenciais da adição à internet (Davis, 2001; Young, 1998). Teoriza-se, dentro de uma perspectiva cognitivo-comportamental, que tal dependência surgiria a partir de um processo de condicionamento operante. Ou seja, a partir de um sofrimento psicológico prévio, usa-se a internet para alívio momentâneo de sintomas e, com esse reforço negativo (Kirsch, Lynn, Vigorito, & Miller, 2004; Staddon & Cerutti, 2003), torna-se adicto a espaços *online* para lidar com sentimentos desagradáveis (Davis, 2001). Além disso, há a relação entre a adição à internet e distorções cognitivas. Sendo estas compreendidas como uma interpretação errônea da realidade, graças aos pressupostos que constituem a identidade do sujeito (Beck, 2013), é indicado que o adicto à internet tenha pensamentos negativos acerca de si e do seu mundo que o levam a utilizar os espaços *online* em busca de alívio e distração, bem como de confirmação de tais suposições ruins (Davis, 2001).

Compreende-se que a internet e suas formas de utilização estão em constante desenvolvimento e disseminação (Brügger, 2012). Universitários costumam utilizar espaços *online* para auxiliar seus estudos e comunicação com terceiros (Lima, Leiva, & Lemes, 2017), por exemplo. Porém, tal população também parece estar, nos últimos anos, desenvolvendo, de maneira crescente, adição à internet (Carbonell, Chamarro, Oberst, Rodrigo, & Prades, 2018). Compreendendo esse fenômeno a partir de seu modelo cognitivo-comportamental (Davis, 2001), entende-se que é plausível que os universitários tenham altos níveis de tal adição, uma vez que demonstram grande prevalência de sintomas de depressão, ansiedade e estresse (Wörfel, Gusy, Lohmann, Töpitz, & Kleiber, 2016), bem como de solidão (Peltzer & Pengpid, 2017).

Sintomas de depressão, ansiedade e estresse são tidos como três pontos distintos de um mesmo continuum (Apóstolo, Mendes, & Azeredo, 2006; Vignola & Tucci, 2014). Dependem de interpretações que a pessoa faz da situação em que se encontra - como compreender que há um risco para sua identidade, um contexto de vida desfavorável ou um desafio complexo demais para ser resolvido (Apóstolo et al., 2006). Solidão, por sua vez, também decorreria do entendimento do sujeito, e não da realidade em si; independentemente se o sujeito está fisicamente cercado por pessoas íntimas e queridas, se há a sensação de distanciamento emocional e/ou de não pertencer ao grupo, haverá sentimento de solidão (Chalovich & Eisenberg, 2013). Dessa forma, por uma perspectiva cognitivo-comportamental, pode-se compreender que sintomas de depressão, ansiedade e estresse, bem como sentir-se só, também seriam derivados de distorções cognitivas (Beck, 2013).

Ainda, é apontado, em estudos internacionais, que pior regulação emocional (Faghani, Akbari, Hasani, & Marino, 2020), bem como maiores sintomas de depressão, ansiedade, estresse (Çikrikçi, 2019) e maior solidão (Zhang et al., 2018) seriam preditores de dependência de internet em universitários. Porém, no Brasil, parece haver carência de pesquisas desse gênero.

Em maio de 2020, a autora desta dissertação buscou na base de dados BVSalud pelos termos: “university students AND internet AND Brazil”, e encontrou 63 artigos. Repetindo a pesquisa com os termos “university student AND internet addiction AND Brazil”, localizou cinco artigos. Com as palavras “universitário AND uso de internet AND Brasil”, houve 17 resultados; “university students AND internet use AND Brazil” obteve 30 resultados, enquanto “universitário AND internet AND Brasil” encontrou 64 estudos. Na mesma base de dados, ao pesquisar por “universitário AND dependência de internet AND Brasil”, bem como por “universitário AND adição à internet AND Brasil”,

não captou resultado algum. Por fim, ao buscar por “dependência AND internet AND Brasil”, a autora encontrou 61 artigos.

Do total de 240 estudos obtidos a partir das buscas pela base de dados BVSalud, apenas quatro eram acerca do uso (e da adição ou dependência) de internet por universitários brasileiros. O mais antigo realizou uma análise descritiva da utilização de jogos de computador, videogame e internet por estudantes da Universidade de São Paulo (Suzuki, Matias, Silva, & Oliveira, 2009). Porém, por ter sido publicado há mais de dez anos, apresenta resultados que podem não ter mais relevância para a realidade atual do uso e dependência de internet, dado a velocidade com que há mudanças nas formas de utilização de ambientes *online* (Brügger, 2012). Outro, publicado em 2016, estudou acerca da qualidade do sono, e sua associação com o uso de internet, em estudantes de medicina de uma universidade do Sul do Brasil; seus resultados indicaram que haveria risco maior de má qualidade de sono entre usuários de Facebook e Youtube (Marin, Feldens, & Sakae, 2016). Os últimos dois artigos encontrados sobre o tema tiveram sua publicação em 2019. Um, envolvendo 259 graduandos da região Sul, avaliou a relação entre traços de personalidade e dependência de internet; sugeriu, por fim, que ter como característica de sua personalidade atitude defensiva e falta de energia prediria maior dependência (Becker, Boff, & Freitag, 2019). O outro, por sua vez, analisou a associação entre tal dependência e sintomas depressivos em 301 universitários de medicina do estado de Santa Catarina. Seus resultados apontaram que, quanto mais sintomas depressivos, maior seria a adição à internet: graduandos com adição Moderada apresentaram quatro vezes mais prevalência de depressão de nível Moderado/Grave quando comparados com aqueles que tinham apenas nível Leve/Normal de tal dependência (Niero, Daros, Feldens, & Sakae, 2019).

Conclui-se, a partir das buscas por pesquisas brasileiras realizadas nesta dissertação, que o Brasil carece de estudos acerca da adição à internet de seus universitários. Dessa forma, mostra-se necessária maior investigação acerca do assunto. Autores portugueses (Pontes, Griffiths, & Patrão, 2014), chineses (Zhang et al., 2018) e turcos (Eijnden, 2014; Murat, 2019) sugerem que solidão seria preditora direta da adição em questão. No entanto, também é indicado que a relação entre se sentir só e ter adição à internet seria complexa, sofrendo influência de seu contexto e de diversas outras variáveis (Eijnden, 2014; Murat, 2019; Pontes et al., 2014). Portanto, torna-se imprescindível que se busque compreender, dentro do contexto universitário brasileiro, como se dá a associação entre solidão e a adição em questão.

Ademais, compreende-se que a adição à internet pode vir aumentando entre universitários por causa da disseminação do uso de mídias sociais *online* (Carbonell et al., 2018; Fernandez-Villa et al., 2015). É proposto que a maneira como o usuário utiliza as redes sociais tem relação com a identidade da pessoa (Carter & Grover, 2015), e que a probabilidade de o sujeito continuar com o uso de tais mídias dependeria da maneira como faz essa utilização, o que também sofreria interferência da sua personalidade (Chen, Lu, Chau, & Gupta, 2014; Zhong, Chen, Tu, & Conwell, 2017). Apesar disso, a relação entre a identidade do usuário e do seu uso de mídias sociais não é compreendida em sua totalidade e carece de maiores estudos sobre o assunto (Carter & Grover, 2015; Chen et al., 2014; Zhong et al., 2017). Uma vez que é pressuposto que o desenvolvimento e manutenção de dependência ou adição à internet também envolve a personalidade do sujeito (Becker et al., 2019; Davis, 2001), pode-se concluir que pouco é entendido sobre os hábitos de uso de mídias sociais *online* por dependentes de internet. Então, para que se amplie o conhecimento acerca de adição à internet em universitários brasileiros, seria

importante averiguar o perfil de uso de mídias sociais *online* pelos graduandos com e sem tal dependência.

Dessa forma, objetivou-se analisar a relação entre solidão e adição à internet em graduandos de uma universidade privada do Rio Grande do Sul. Também buscou-se averiguar qual seria a influência de sintomas de depressão, ansiedade e estresse nesse contexto, a partir de uma análise de modelagem de equação estrutural. Assim, o primeiro artigo desta dissertação chama-se “Adição à internet em universitários e sua relação com solidão: Uma modelagem de equação estrutural” e constitui-se como um estudo transversal, quantitativo e explicativo (Sampieri, Collado, & Lucio, 2013).

Também houve o objetivo de descrever e comparar os perfis de universitários adictos ou não à internet. Investigou-se acerca das características sociodemográficas, de saúde mental e de tipos de uso de mídias sociais dos dois grupos. Teve-se o intuito de analisar se haveria formas distintas com que graduandos adictos utilizariam as redes sociais *online* em relação àqueles sem tal adição. Destarte, o segundo artigo desta dissertação intitula-se “Adição à internet e suas características: Comparação de universitários acerca do uso de mídias sociais” e é caracterizado como um estudo transversal, quantitativo, descritivo e comparativo (Sampieri et al., 2013).

Tais estudos foram realizados com uma amostra randomizada e estratificada de 382 universitários. Ambos os artigos provêm de recortes de uma pesquisa maior, chamada “Uso de mídias sociais e sua relação com o uso de drogas, habilidades sociais, sintomas de estresse, ansiedade, depressão e solidão em universitários”, realizado pelo grupo de pesquisa Intervenções Cognitivo-Comportamentais: Estudo e Pesquisa (ICCeP) do Programa de Pós-Graduação em Psicologia Clínica da Universidade do Vale do Rio Dos Sinos (UNISINOS).

Seção I - Artigo Empírico

Adição à internet em universitários e sua relação com solidão: Uma modelagem de equação estrutural

Resumo

O uso de internet por universitários auxilia nos estudos e na comunicação com terceiros, mas a adição à internet, nessa população, vem aumentando nos últimos anos. Objetivou-se, neste estudo explicativo, averiguar se maiores níveis de solidão seriam preditores de maior adição à internet, e qual a influência de sintomas de depressão, ansiedade e estresse nesta relação. Utilizou-se os instrumentos: questionário de dados sociodemográficos; Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS-21); Escala Brasileira de Solidão (UCLA-BR); e Internet Addiction Test (IAT). Participaram 382 estudantes de uma universidade privada do Rio Grande do Sul. A amostra foi estratificada randomizada. Encontrou-se um modelo de equação estrutural satisfatório: solidão tem poder preditivo direto sobre adição à internet quando se considera que tais variáveis mantêm correlações positivas com sintomas de ansiedade, estresse e depressão. Solidão prediria a adição em questão porque a internet seria utilizada para alívio momentâneo de sofrimento, tornando o sujeito dependente de seu uso. Depressão, ansiedade e estresse influenciariam nessa relação por serem sintomas comuns entre universitários e interferirem em sua saúde mental. Seria preciso desenvolver intervenções para manejo de solidão para prevenir ou tratar a adição à internet entre universitários.

Palavras-chaves: saúde mental; dependência; internet; estudante universitário.

**Internet addiction in university students and its relationship with loneliness:
A structural equation model**

Abstract

University students' internet use facilitate studying and keeping in contact with others, but internet addiction, in the aforementioned population, has been increasing. In this explanatory study, it was aimed to examine if higher levels of loneliness would predict greater internet addiction, and how would depression, anxiety and stress symptoms influence in that causal relationship. The following instruments were used: sociodemographic questionnaire; Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS-21); UCLA Loneliness Scale (UCLA-BR); and Internet Addiction Test (IAT). This sample was probabilistic and stratified, consisting of 382 students at a private university from the state of Rio Grande do Sul, Brazil. A satisfactory structural equation model was found: loneliness had direct predictive power over internet addiction when considering that such variables maintained positive correlations with depression, anxiety and stress symptoms. Loneliness would predict the addiction in question because the internet would be used as momentary suffering relief, making the subject dependent of its use. Depression, anxiety, and stress would influence in that causal relationship as these are common symptoms among university students and interfere with their mental health. It is suggested that development of interventions to manage loneliness are needed to prevent or treat internet addiction among undergraduates.

Keywords: mental health; internet addiction; university students.

Introdução

A dependência ou adição à internet é compreendida como o uso descontrolado e prejudicial de espaços *online*. Pode contar com tentativas falhadas de diminuir tal uso, bem como malefícios à vida profissional e/ou social graças a ele; também teria como características comuns maior frequência de pensamentos intrusivos acerca da internet menor controle de impulsos (Davis, 2001; Young, 1998). Davis (2001) propõe, em seu modelo cognitivo-comportamental acerca de tal adição, que esta é gerada graças a um processo de condicionamento operante. Este pressupõe que, se ao realizar um comportamento houver reforço sistemático por fazê-lo, cria-se um hábito ou um vício (Kirsch, Lynn, Vigorito, & Miller, 2004; Staddon & Cerutti, 2003). Na adição à internet, o sujeito teria um sofrimento subjacente, como uma psicopatologia prévia, e, ao encontrar algo divertido ou que o distraia na internet, obtém algum tipo de reforço, seja ele positivo (ao sentir-se feliz pelo uso de internet, por exemplo) ou negativo (ao se aliviar dos sintomas que estava sentindo). Dessa forma, ao frequentemente acessar a internet e ser reforçado por esse comportamento, desenvolve-se uma dependência (Davis, 2001). Com maior frequência do uso, tempo permanecido *online* e prejuízo na vida social, familiar e/ou profissional provindo de tal utilização (como deixar de ir a um evento social ou de trabalho para ficar mais tempo em redes sociais *online*) caracteriza-se, assim, a adição à internet (Davis, 2001; Young, 1998).

É indicado, também, que tal adição envolve distorções cognitivas, como pensar negativamente acerca de si mesmo ou ter noções extremistas e pessimistas sobre o mundo (Davis, 2001). Tais pensamentos acabam por ser associados ao uso de internet, uma vez que, quando duas coisas ocorrem ao mesmo tempo (como, por exemplo, distorções cognitivas acontecem juntamente ao uso de espaços *online*), ainda que apenas uma seja reforçada, ambas acabam vinculando-se e, quando uma transcorre, a outra tende a ocorrer

também (Davis, 2001; Staddon & Cerutti, 2003). Por fim, argumenta-se que a adição à internet tende a se desenvolver após já haver instaurado um sofrimento anterior na vida do sujeito – por exemplo, transtornos mentais (Davis, 2001), ou estados emocionais desagradáveis, como maiores níveis de solidão (Zhang et al., 2018).

Solidão seria compreendida como a percepção de que se está socialmente isolado, emocionalmente sozinho, independentemente se está fisicamente desacompanhado ou rodeado de pessoas queridas (Chalovich & Eisenberg, 2013). Dentro de uma perspectiva cognitivo-comportamental, seria possível assimilar tal estado emocional como distorção cognitiva. Esta é entendida como uma interpretação errônea da situação real em que se está inserido, baseada em crenças pré-estabelecidas que, por vezes, são disfuncionais (Beck, 2013). Por exemplo, o indivíduo que acredita que não pode confiar em pessoa alguma, poderia interpretar que sempre está isolado e que ninguém o entenderia ou auxiliaria, ainda que esteja fisicamente acompanhado por amigos íntimos – constituindo, assim, um maior sentimento de solidão. Este não seria resumido aos pensamentos em si, mas tais distorções gerariam a sensação ou emoção de estar só (Chalovich & Eisenberg, 2013). Dessa forma, tanto a solidão quanto a adição à internet estariam intimamente associadas a distorções cognitivas do sujeito.

Neste sentido, a associação entre solidão e adição à internet é apontada pela literatura, compreendendo que, quanto maiores os níveis de uma, maiores seriam os da outra (Skues, Williams, Oldmeadow, & Wise, 2016). Ainda, foi evidenciado que sentir-se só seria preditor da adição em questão entre crianças e adolescentes portugueses (Pontes, Griffiths, & Patrão, 2014), bem como em alunos de pós-secundário chineses (Zhang et al., 2018) e em universitários turcos (Eijnden, 2014; Murat, 2019). Porém, é compreendido que a relação entre solidão e adição à internet seja complexa, variando de acordo com seu contexto e sofrendo influência de outras variáveis (Eijnden, 2014; Murat,

2019; Pontes et al., 2014). Com o desenvolvimento incessante da internet desde os anos 1990, é crescente a influência dos espaços *online* sobre o cotidiano (Brügger, 2012; Carter & Grover, 2015). Em uma revisão de literatura acerca do assunto, Brügger (2012) indica que, atualmente, é comum que mesmo atividades *offline*, como eventos sociais, sejam influenciadas e atravessadas pela esfera *online*; ainda, o autor sugere que a internet continuará a fazer, cada vez mais, parte do cotidiano tanto do público em geral quanto da vida acadêmica, modificando, assim, as formas de estudar, pesquisar e obter informações.

Uma das populações que mais faz uso de internet é a universitária, uma vez que há a disseminação da utilização de tecnologias *smart* e de mídias sociais *online* (Fachini, Mesquita, Oliveira, & França, 2017). Graduandos, na última década, têm tido aumento constante tanto de utilização de espaços *online* quanto da adição em questão (Carbonell, Chamarro, Oberst, Rodrigo, & Prades, 2018). O uso de internet, bem como de tecnologias da informação e comunicação, estão constantemente presentes na rotina de universitários (Purim & Tizzot, 2019). Desse modo, a utilização de espaços *online* é parte do contexto em que esses sujeitos estão inseridos, e podem influenciar em diversos aspectos do seu cotidiano, como na formação de redes interpessoais de apoio (Facioli & Prado, 2018), trocas de informações (Lima, Leiva, & Lemes, 2017) e, principalmente, em sua saúde mental, como no alívio de sentimentos de solidão (Pittman & Reich, 2016; Verduyn, Jonides, & Kross, 2017) ou no aumento de sintomas de ansiedade graças ao uso de mídias sociais *online* para procrastinação de estudos acadêmicos necessários (Sternberg et al., 2020).

A saúde mental de universitários é pauta de muita importância, uma vez que estes parecem ter maior prevalência de sintomas de depressão, ansiedade e estresse que a população adulta em geral (Wörfel, Gusy, Lohmann, Töpitz, & Kleiber, 2016). Estes três tipos de sintomas são entendidos como três pontos distintos de um mesmo continuum

(Apóstolo, Mendes, & Azeredo, 2006; Vignola & Tucci, 2014). Depressão envolveria a interpretação do sujeito de que as suas condições de vida são desfavoráveis; é definida como emocional, ainda que não tenha uma emoção específica. Ansiedade, por sua vez, também dependeria da percepção de que há perigos para a sua identidade enquanto pessoa em seu contexto social; ao mesmo tempo, o estresse surgiria da interpretação de que, na presença de desafios danosos, o sujeito não teria os recursos internos ou externos necessários para lidar com a situação (Apóstolo et al., 2006; Vignola & Tucci, 2014). Dessa maneira – como a solidão – depressão, ansiedade e estresse podem ser compreendidos como estados emocionais que surgem a partir da interpretação que o sujeito faz do meio, ou seja, de possíveis distorções cognitivas. Em universitários, a maior quantidade de tarefas acadêmicas pode causar ou agravar depressão (Barker, Howard, Villemare-Krajden, & Galambos, 2018), ao passo em que a vida de estudante seria a segunda maior fonte de estresse para tais pessoas, perdendo apenas para a vida amorosa (Kuang-Tsan & Fu-Yuan, 2017), e a inserção em ambientes novos com pessoas desconhecidas seria uma mudança ansiogênica para graduandos (Souza, 2017).

Depressão, ansiedade, estresse e solidão estão associados a outras consequências prejudiciais na vida de universitários (Barker et al., 2018; Constantin, English, & Mazmanian, 2018; Nowland, Necka, & Cacioppo, 2018; Posselt & Lipson, 2016). Maiores níveis de solidão, em alunos de graduação, tem relação com pior qualidade de sono (Hayley et al., 2017), uso de substâncias e agressividade (Peltzer & Pengpid, 2017), e pior saúde mental – como maior ansiedade, depressão e pensamentos suicidas (McIntyre, Worsley, Corcoran, Woods, & Bentall, 2018; Peltzer & Pengpid, 2017). Na mesma população, estresse pode acarretar absenteísmo nas aulas (Thomas & Borrayo, 2016) e adição à smartphones (Kuang-Tsan & Fu-Yuan, 2017), enquanto ansiedade e depressão estão relacionadas a ruminação de pensamentos negativos acerca

de eventos passados (Constantin et al., 2018) e, juntamente ao estresse, seriam associados à maior adição à internet (Niero, Daros, Feldens, & Sakae, 2019; Ostovar et al., 2016; Younes et al., 2016).

A literatura prévia acerca do assunto sugeriria, assim, que solidão seria preditora de adição à internet, mas que essa relação precisaria ser averiguada considerando o contexto em que está inserida – ou seja, contemplando a influência de outras variáveis. É possível perceber que a vida universitária é repleta de situações que podem levar a maiores níveis de estresse, depressão e ansiedade, e, assim, não seria prudente ignorar os seus efeitos sobre solidão e adição à internet. Inclusive, tal adição teria associação positiva sintomas de ansiedade, depressão e estresse (Ostovar et al., 2016; Younes et al., 2016). Dessa forma, o presente estudo dispõe-se a estudar a relação entre solidão e adição à internet, em estudantes de uma universidade privada do estado do Rio Grande do Sul, Brasil, através de Modelagem de Equações Estruturais (MEE). Busca-se identificar a influência dos sintomas de depressão, ansiedade e estresse no modelo. Desse modo, realizar-se-á uma estratégia de desenvolvimento de modelos, em que, após propor um modelo de equação estrutural com base na teoria e hipóteses propostas, este será modificado com intuito de refiná-lo para apurar a compreensão acerca do assunto (Hair, Black, Babin, Anderson, & Tatham, 2009).

De acordo com esta revisão de literatura pretende-se nestes estudos, testar a hipótese de que solidão será preditora direta de adição à internet. Além disso, pensa-se que também haverá outros três caminhos indiretos entre as duas variáveis. Ou seja, hipotetiza-se que solidão predirá indiretamente adição à internet, sendo tal relação mediada por depressão; bem como, sentir-se só também prediria a adição em questão quando mediada por ansiedade, e a mesma relação de predição indireta ocorreria com a mediação de estresse.

Metodologia

Delineamento

O presente estudo tem caráter transversal, quantitativo e explicativo (Sampieri, Collado, & Lucio, 2013).

Participantes

Foram recolhidos 384 protocolos preenchidos por estudantes de uma universidade privada do Rio Grande do Sul. Porém, após a exclusão daqueles que não contemplaram os critérios de inclusão (não possuíam a idade mínima), a amostra final total da presente pesquisa foi composta por 382 pessoas.

Cabe apontar que, averiguando os níveis de solidão da amostra, percebeu-se que a maioria apresentaria nível Mínimo (n=236; 71,78%), seguido por Leve (n=108; 28,27%), Moderado (n=35; 9,16%) e Intenso (n=3; 0,78%). Também foram percebidos majoritariamente níveis Normais de sintomas de depressão (n=200; 52,36%), ansiedade (n=206; 53,93%) e estresse (n=193; 50,52%), seguidos por níveis Leves (depressão: n=70, 18,32%; ansiedade: n=56, 14,66%; estresse: n=73, 19,11%), Moderados (depressão: n=49, 12,83%; ansiedade: n=49, 12,83%; estresse: n=50, 13,09%) e Severos ou Extremamente Severos (depressão: n=54, 14,14%; ansiedade: n=72, 18,85%; estresse: n=66, 17,28%). Por fim, grande parte dos participantes demonstrou nível Normal de adição à internet (n=143, 37,43%), mas a maioria apresentou nível Leve (n=183, 47,91%), enquanto uma pequena parcela resultou em níveis Moderado (n=55, 14,39%) e Grave (n=1, 0,26%). Bem como, a maioria demonstrou ser do sexo feminino e estudar no turno da noite (Tabela 2). Além disso, a porcentagem válida de quantos referiram fazer uso da mídia social *online* WhatsApp foi de 100%, tendo 380 pessoas respondido que utilizavam tal mídia e duas pessoas constado como *missing*.

Tabela 1
Médias e desvios padrão da idade e dos escores obtidos acerca da saúde mental dos participantes

Variáveis	M	DP
Depressão	5,21	5,28
Ansiedade	4,27	4,97
Estresse	7,47	5,38
Solidão	39,1	12,34
Adição à Internet	23,93	6,84
Idade	23,93	6,94

Há, também, que ser atentado para a Tabela 2. Nesta, é indicado que a maioria das pessoas usa Facebook (95,8%, n=365), Instagram (89,7%, n=340), Youtube (89,2%, n=339), Messenger (82,8%, n=313), Pinterest (58,2%, n=220) e Twitter (54,8%, n=207).

Tabela 2
Descrição das variáveis sociodemográficas dos participantes

Variáveis	%	n
Sexo		
Feminino	71,8	273
Masculino	28,2	107
Turno em que estuda		
Apenas manhã	11,2	41
Apenas noite	76,6	281
Demais horários	12,3	45
Escolas de conhecimento da graduação		
Indústria criativa	14,9	52
Direito	10,3	36
Gestão de negócios	11,7	41
Humanidades	7,1	25
Saúde	34,6	121
Politécnica	21,4	75
Semestre do curso em que está		
1º ou 2º semestre	21,5	78
3º ou 4º semestre	29,5	107
5º ou 6º semestre	22,9	83
7º ou 8º semestre	18,7	68
9º ou 10º semestre	7,5	27
Mídias sociais <i>online</i> que usa		
Facebook	95,8	365
WhatsApp	100	380
Pinterest	58,2	220

Twitch	36	136
Messenger	82,8	313
Instagram	89,7	340
Twitter	54,8	207
Snapchat	43,8	166
Youtube	89,2	339
LinkedIn	50,1	190
Skype	44,4	168
Outra mídia social	3,9	15

Instrumentos

Questionário de dados sociodemográficos e do uso de mídias sociais

Elaborado pelo grupo Intervenções Cognitivo-Comportamentais Estudo e Pesquisa (ICCep), objetiva descrever o perfil sociodemográfico da amostra. Assim, contém perguntas acerca de, por exemplo: sexo do participante, idade, turno em que estuda e curso de graduação. Também foi averiguado a respeito de quais mídias sociais *online* eram utilizadas, com perguntas de sim ou não (Apêndice A).

Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS-21)

Desenvolvido por Lovibond e Lovibond (1995), foi validado para o português brasileiro por Vignola e Tucci (2014). Este instrumento conta com 21 perguntas, respondidas a partir de uma escala Likert de “0- Não se aplicou de maneira alguma” e “3- Aplicou-se muito, ou na maioria do tempo”, acerca de seus sintomas de depressão, ansiedade e estresse nos sete dias anteriores (Anexo A). Como correção do instrumento, deve-se somar as respostas do sujeito para cada subescalas e multiplicar o total por dois.

A subescala que acessa sintomas de depressão conta com os itens 3, 5, 10, 13, 16, 17 e 21 (por exemplo, “3. Não consegui vivenciar nenhum sentimento positivo”). O alfa de Cronbach encontrado para esta subescala no presente estudo foi 0,91. Os níveis de sintomas de depressão podem ser compreendidos a partir dos valores: 0-9 nível Normal,

10-13 nível Leve, 14-20 nível Moderado, 21-27 nível Severo e 28-42 nível Extremamente Severo.

Para averiguar sintomas de ansiedade, há uma subescala formada pelos itens 2, 4, 7, 9, 15, 19 e 20 (por exemplo, “2. Senti minha boca seca”). Nesta pesquisa, o alfa de Cronbach de tal subescala foi: 0,89. Seus níveis seriam divididos através dos seguintes escores: 0-7 nível Normal, 8-9 nível Leve, 10-14 nível Moderado, 15-19 nível Severo e 20-42 nível Extremamente Severo.

Por fim, a subescala de sintomas de estresse conta com os itens 1, 6, 8, 11, 12, 14 e 18 (por exemplo, “1. Achei difícil de me acalmar”). Na presente pesquisa, contou também com o alfa de Cronbach: 0,89. Para averiguar a correção de cada subescala, soma-se as respostas do participante e multiplica-as por dois; quanto maior a pontuação total de cada uma, maiores os níveis de depressão, ansiedade e/ou estresse na última semana. Para analisar os níveis de sintomas de estresse, conta-se com os seguintes escores: 0-14 nível Normal, 15-18 nível Leve, 19-25 nível Moderado, 26-33 nível Severo e 34-42 nível Extremamente Severo.

Escala Brasileira de Solidão (UCLA-BR)

A partir da elaboração norte-americana do instrumento (Russell, Peplau, & Cutrona, 1980), a UCLA-BR foi validada para a população brasileira por Barroso, de Andrade, Midgett e de Carvalho (2016). Esse instrumento contém 20 itens respondidos a partir de uma escala Likert de “1- Nunca” a “4- Sempre”, e objetiva acessar sentimentos de solidão (e.g. “3. Eu sinto que não tenho companhia”; Anexo B). No presente estudo, o alfa de Cronbach averiguado foi de: 0,93. Para a correção da escala, soma-se as respostas do sujeito; quanto mais alta a pontuação, maiores os sentimentos de solidão. Para realizar a correção do instrumento, soma-se todas as respostas do sujeito. Os escores totais obtidos

são divididos entre os seguintes níveis: 20-42 solidão Mínima, 43-55 solidão Leve, 56-67 solidão Moderada e 68-80 solidão Intensa (Barroso, de Andrade, & de Oliveira, 2016).

Internet Addiction Test (IAT)

A sua versão original foi feita por Young (1998), mas o instrumento foi traduzido e validado para o Brasil por Conti et al. (2012). Tal escala engloba 20 itens para averiguar a adição de internet do sujeito, respondidos por uma escala Likert de “1- Raramente” a “5- Sempre”, e visa averiguar o nível de adição à internet do participante (e.g. “1. Com que frequência você acha que passa mais tempo na internet do que pretendia?”; Anexo C). Nesta pesquisa, o alfa de Cronbach obtido foi de: 0,91. Baseado no proposto por Young (1998), neste estudo, considerou-se para a correção do instrumento a somatória das respostas do sujeito; quanto maior a pontuação total, maior o nível de adição à internet. Young (2011) propôs que a correção deste instrumento fosse realizada através da soma das respostas do participante. Os escores totais seriam divididos entre 20-30 (nível Normal), 31-49 (nível Leve), 50-79 (nível Moderado) e 80-100 (nível Grave).

Procedimentos de coleta de dados

Esta pesquisa é recorte de um estudo maior. Este foi realizado pelo grupo de pesquisa ICCep, da Universidade do Vale do Rio dos Sinos (UNISINOS), e foi denominado “Uso de mídias sociais e sua relação com o uso de drogas, habilidades sociais, sintomas de estresse, ansiedade, depressão e solidão em universitários”.

Por três semestres letivos consecutivos, durante 2018 e 2019, foi realizada a coleta de dados. A amostra foi estratificada randomizada; a cada início de semestre de coleta, era recebido da coordenação da universidade uma listagem referindo os nomes das disciplinas das graduações e seus respectivos professores, os cursos aos quais pertenciam,

e a quantidade de alunos matriculados em cada. Calculou-se as porcentagens do universo de 20 mil universitários referentes a cada escola de conhecimento e tentou-se repetir porcentagens iguais na amostra (por exemplo, se 20% da população fosse da escola da saúde, 20% da amostra também seria). Assim, foram realizados sorteios para descobrir quais turmas da graduação estariam aptas a participar da pesquisa, até as porcentagens de participantes estarem relativa ao universo total. Esses alunos, então, foram visitados em sua sala de aula sorteada por uma ou mais pesquisadoras; eram convidados a responder um questionário de autorrelato e, se concordassem, a equipe do grupo ICCep voltariam em uma semana para recolher seus instrumentos preenchidos. Cabe apontar que era informado aos alunos que, caso já tivessem respondido à pesquisa anteriormente, não poderiam participar uma segunda vez. Os que concordaram em fazer parte do estudo, além dos instrumentos, receberam duas vias do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE, Anexo D). Após assinadas, uma das vias ficaria com o participante e outra com os pesquisadores.

Os critérios de inclusão para o presente estudo foram: ser matriculado em pelo menos uma das disciplinas sorteadas no semestre de seu sorteio, e ter 18 anos de idade ou mais. Foram excluídos aqueles que não abarcavam um ou mais de tais critérios.

Procedimentos éticos

O projeto de pesquisa do grupo ICCep foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da UNISINOS sob o número 2.289.637 (Anexo E). Dessa forma, a presente pesquisa, incluindo sua metodologia, instrumentos e TCLE, está em conformidades éticas segundo a resolução 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde (CNS, 2016).

Procedimentos de análise de dados

Estatísticas descritivas de média e frequência foram realizadas para a caracterização da amostra. Após, a fim de realizar as análises de MEE, foi necessário averiguar os itens dos instrumentos utilizados que não foram respondidos pelos participantes. Para substituir os valores ausentes, portanto, optou-se pelo método de imputação múltipla, e então realizou-se MEE.

Para determinar se os modelos testados obtiveram bons ajustes, considerou-se: qui-quadrado (χ^2) $>0,05$; $p < 0,05$ para todas as relações entre as variáveis; raiz do erro quadrático médio de aproximação (RMSEA) com intervalo de confiança de 95% (IC95%) $< 0,08$; índice de ajuste normalizado (NFI) e índice de qualidade de ajuste (GFI) $> 0,8$; e, por fim, índice de ajuste comparativo (CFI) e índice de Tucker Lewis (TLI) $> 0,9$. Além disso, para comparação dos modelos testados, utilizou-se os valores de Critério de Informação Bayesiano (BIC) e Critério de Informação Akaike (AIC), considerando que, quanto menor o valor de BIC e AIC, melhor o ajuste do modelo.

Cinco variáveis latentes foram envolvidas nos modelos de equação estrutural: solidão (endógena), depressão (endógena), ansiedade (endógena), estresse (endógena) e adição à internet (endógena). Os itens dos instrumentos relativos a cada variável latente foram definidos como suas variáveis observadas.

Primeiro, testaram-se as hipóteses do estudo em um modelo que definia solidão como preditora direta e indireta de adição à internet. Haveria três relações indiretas; uma, mediada por depressão, outra por ansiedade e a última por estresse, enquanto esses três construtos manteriam correlação uns com os outros (Modelo 1).

No Modelo 1, as relações entre sentir-se só e as demais variáveis indicaram ser significativas ($p < 0,001$). No entanto, as ligações preditoras entre depressão, ansiedade, estresse e adição à internet não foram estatisticamente relevantes ($p = 0,928$, $p = 0,224$ e

$p=0,322$, respectivamente). Além disso, outros valores demonstraram ser inadequados para o ajuste do Modelo 1 (Tabela 3). Assim, o modelo foi descartado desde o princípio; por isso, os seus valores de χ^2 e GFI não foram averiguados. Dessa forma, H2, H3 e H4 foram descartadas, e mudanças precisaram ser feitas para a aprimoração da análise de MEE.

Mantendo a base teórica de que depressão, ansiedade e estresse influenciariam na relação entre solidão e adição à internet, um segundo modelo foi proposto (Modelo 2). Neste, solidão teria relação preditora direta com a adição em questão, sem variáveis mediadoras. Entretanto, ansiedade, estresse e depressão, além de associadas entre si, teriam correlação com as demais variáveis, agindo como moderadoras. Para aprimorar o ajuste do modelo, ainda, necessitou-se indicar, na análise, que algumas variáveis observáveis são correlacionadas entre si. O Modelo 2 deu valores mais satisfatórios, tendo BIC e AIC menores do que os percebidos no Modelo 1 (Tabela 3), e indicando valores com significância estatística em todas as relações entre as variáveis latentes ($p<0,001$), portanto, aceitou-se o segundo modelo como válido.

Resultados

Segundo o Modelo 2, indica-se que ansiedade, estresse e depressão mantêm correlações positivas entre si e com solidão e adição à internet, significando que, quanto maior o nível de uma dessas variáveis for, maior os níveis das demais serão também. Além disso, para cada ponto de aumento em solidão espera-se, em média, um aumento de 0,39 ponto de adição à internet quando considera-se que essa relação é moderada por depressão, ansiedade e estresse, segundo o instrumento DASS-21. Dessa forma, o aumento nos níveis de solidão prediria um crescimento nos níveis de adição à internet.

Tabela 3
Descrição dos ajustes obtidos pelos dois modelos testados

	RMSEA	NFI	CFI	TLI	AIC	BIC	<i>P</i>	GFI	X ²
Modelo 1	0,056	0,743	0,841	0,835	4093,355	4613,804	>0,001	--	--
Modelo 2	0,43	0,803	0,907	0,901	3272,139	3950,553	>0,001	0,806	2928,391

A fim de facilitar a compreensão, foram montadas duas figuras (Figura 1 e Figura 2) para ilustrar o Modelo 2. Na Figura 1, faz-se uma representação do modelo de mensuração, em que se mostra como as variáveis observadas se unem para retratar os seus respectivos construtos (Hair, Black, Babin, Anderson, & Tatham, 2009)

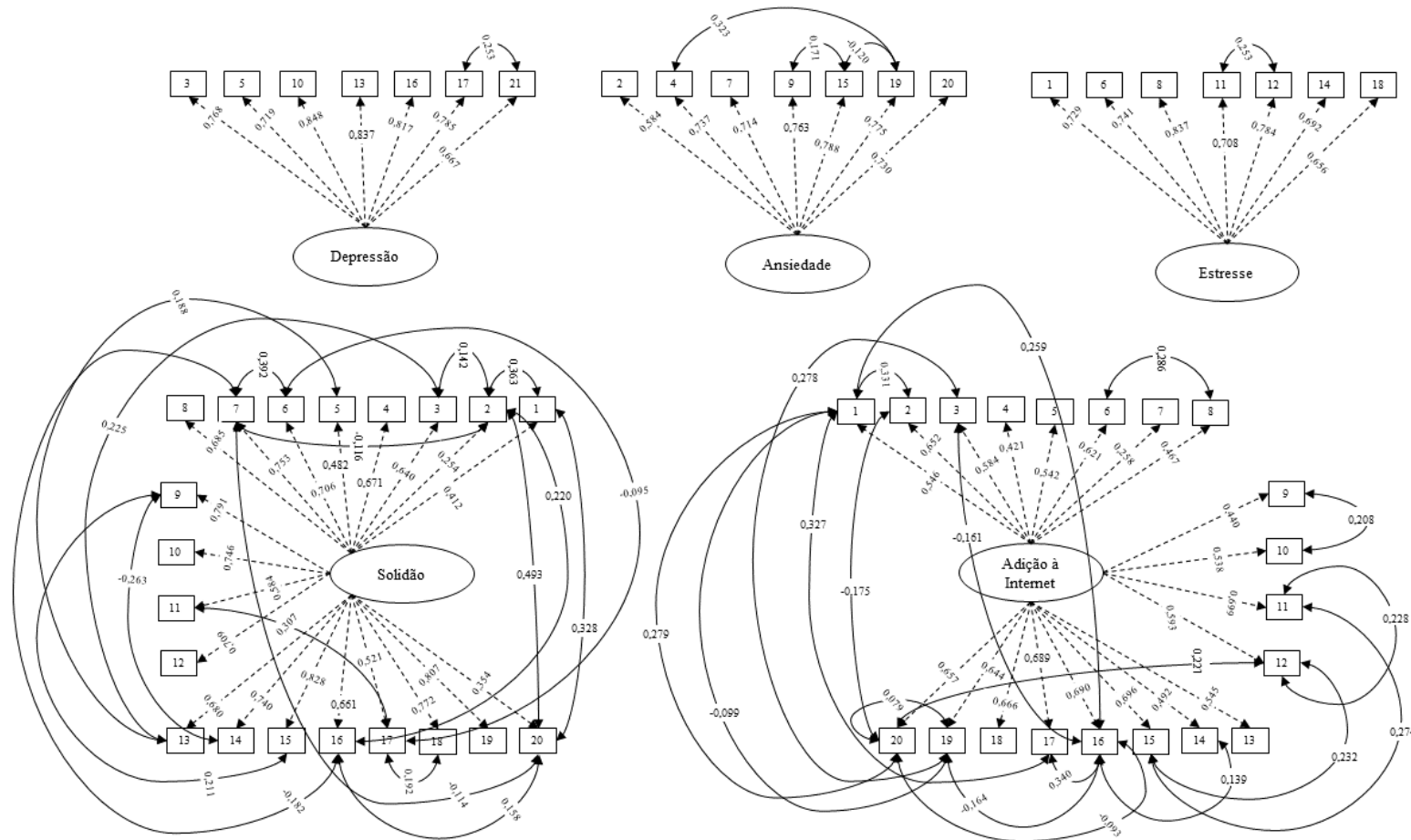


Figura 1. Modelo de mensuração

Nota. Os números ligados às variáveis latentes (construtos) referem-se ao número do item do instrumento utilizado para mensurar tal variável (por exemplo, o número 1 ligado à Solidão refere-se ao item 1 da UCLA-BR).

- ↔ demonstra correlação entre as variáveis de medida
- - - - -> demonstra relação entre um construto e uma variável de medida

Na Figura 2, o modelo estrutural é apresentado, no qual é demonstrado como as variáveis latentes interagem entre si (Hair et al., 2009). Porém, cabe frisar que ambas as figuras caracterizam o Modelo 2, e, portanto, fazem parte da mesma estrutura. Optou-se por separar o modelo em duas figuras apenas para melhor entendimento visual, mas as informações contidas em cada uma poderiam, na verdade, ser expressas em uma só imagem.

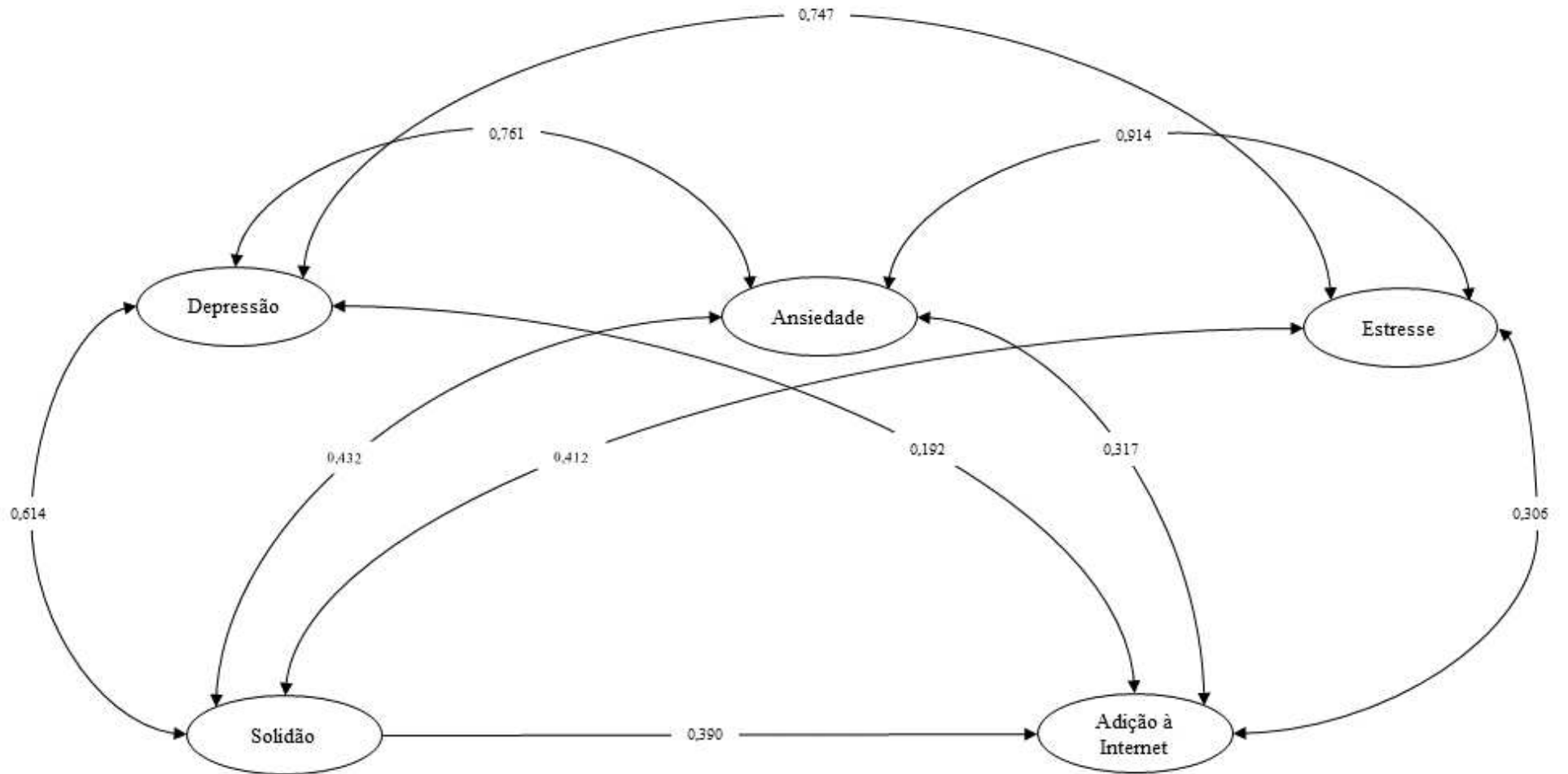


Figura 2. Modelo estrutural

Discussão

Esta pesquisa objetivou averiguar a relação entre solidão e adição à internet, bem como a influência que sintomas de depressão, ansiedade e estresse teriam sobre tal relação, em uma amostra de estudantes de uma universidade privada do Rio Grande do Sul, Brasil. Assim, realizou-se uma estratégia de desenvolvimento de modelos de MEE. As hipóteses de que haveria relações indiretas – mediadas por depressão, ansiedade e estresse – entre solidão e a adição em questão foram descartadas na testagem do primeiro modelo proposto (Modelo 1). Isso se deu graças à pouca qualidade de ajuste deste e aos seus valores p insuficientemente baixos ($p > 0,05$). Apesar de tais resultados descartarem algumas hipóteses levantadas neste estudo, cabe apontar que estão de acordo com evidências já esboçadas pela literatura; é compreendido que adição à internet tem associação positiva com sintomas de depressão, ansiedade e estresse, mas estes sintomas não são percebidos como preditores de tal adição (Ferreira, Relva, & Monteiro, 2018; Ostovar et al., 2016; Younes et al., 2016). Dessa forma, o Modelo 2, em que depressão, ansiedade e estresse foram entendidas como moderadoras, e não mediadoras (ou seja, tendo influência sobre solidão e adição à internet, mas não interferindo diretamente na sua relação de causa e efeito) mostrou-se satisfatório. Portanto, a presente pesquisa sugere que solidão teria poder preditivo sobre adição à internet quando se considera que tais construtos são moderados por sintomas de ansiedade, estresse e depressão.

A partir dos resultados deste estudo, é possível perceber que o aumento dos níveis de solidão tem direta influência no crescimento dos níveis de adição à internet em alunos de uma universidade privada do sul do Brasil. Uma hipótese para esse resultado seria que o uso de internet, nocivo ou não, geraria alívio momentâneo de solidão, e, então, os universitários utilizariam os espaços *online* como estratégia de manejo rápido para deixar de sentirem-se só (Hou et al., 2019; Peltzer & Pengpid, 2017; Zhang et al., 2018). Afinal,

o uso de internet poderia ser benéfico, sendo percebido, inclusive, como um auxílio para socialização interpessoal dos universitários (Lima et al., 2017). Além disso, há evidências de que usar espaços *online* para ver fotos e vídeos de pessoas conhecidas aumentaria felicidade e amenizaria a sensação de estar só (Pittman & Reich, 2016). Dessa maneira, a diminuição do sentimento de solidão alcançada a partir do uso de internet seria um reforço negativo, aumentando a probabilidade de tal comportamento voltar a ocorrer (Kirsch et al., 2004). Ainda, é a forma como a pessoa pensa sobre a sua situação que a faz sentir-se só (Chalovich & Eisenberg, 2013), o que pode ser considerado uma distorção cognitiva (Beck, 2013). Se o indivíduo, sempre que se sentir só, utilizar a internet para aliviar-se, é provável que suas distorções cognitivas sejam associadas ao uso de espaços *online* (Staddon & Cerutti, 2003); isso pode tornar a pessoa ruminativa, o que aumenta o risco de desenvolver a adição em questão (Davis, 2001).

Ademais, não é possível ignorar a moderação que sintomas de depressão, ansiedade e estresse mantêm sobre a relação entre solidão e adição à internet no presente estudo. Identifica-se que o poder preditivo de solidão sobre a adição em questão só pode ser acessado se for compreendido que tais construtos preservam associações positivas com os três tipos de sintomas que os moderam. Ou seja, é preciso considerar o contexto de depressão, ansiedade e estresse do sujeito para que se entenda a interação entre sua solidão e adição à internet, corroborando com a concepção de que, ao estudar acerca de saúde mental na vida acadêmica, torna-se necessário levar tais sintomas em conta (Wörfel et al., 2016).

No presente estudo, indicou-se que quanto mais sintomas de depressão, ansiedade e/ou estresse, maior seriam os níveis de adição à internet, e vice-versa. Sugere-se que graduandos, graças à rotina universitária, acabam tendo diversas fontes para tais sintomas. Por exemplo, a própria vida acadêmica seria causadora de estresse (Kuang-Tsan & Fu-

Yuan, 2017), bem como a situação de interagir com pessoas novas geraria ansiedade (Souza, 2017) e a possível competição acadêmica poderia acarretar em maior depressão e ansiedade (Posselt & Lipson, 2016). A internet, que pode ser utilizada para aumentar rede de apoio (Facioli & Prado, 2018; Pessoni, 2018) e para manter contato com pessoas conhecidas (Lima et al., 2017), mostrar-se-ia como uma forma de lidar com essa situação. Graças às situações e mudanças ansiogênicas da realidade acadêmica, e com o fácil e disseminado acesso a redes sociais e demais espaços *online* entre universitários (Carbonell et al., 2018), a internet poderia acabar sendo utilizada como estratégia de manejo de ansiedade, depressão e estresse (Çikrikçi, 2019). Seria possível que o alívio de tais sintomas, ao fazer uso da internet, fosse interpretado como reforço negativo pelo sujeito (Kirsch et al., 2004), o que acarretaria em tal adição (Çikrikçi, 2019; Davis, 2001). Porém, é evidenciado que esta também aumentaria sintomas de ansiedade, depressão e estresse (Çikrikçi, 2019; Ferreira et al., 2018), perpetuando um ciclo vicioso.

Ainda, os sintomas de estresse, depressão e ansiedade, na presente pesquisa, foram associados positivamente à solidão. Logo, quanto maior um for, maiores seriam os outros, corroborando com a literatura existente (Barker et al., 2018; Cacioppo, Hawkley, & Thisted, 2010; Constantin et al., 2018; Posselt & Lipson, 2016). Isso seria explicado pelo contexto em que a população está inserida. Por exemplo, com a ansiedade de conhecer pessoas novas e o desamparo de, talvez, não ter amigos o suficiente para auxiliar com as dificuldades do contexto acadêmico (Souza, 2017), sentimentos de solidão podem surgir ou aumentar (Hou et al., 2019; Souza, 2017). Solidão, ansiedade, estresse e depressão, de fato, podem ser considerados semelhantes, uma vez que dependem da interpretação negativa que o sujeito faz da sua realidade (Apóstolo et al., 2006; Chalovich & Eisenberg, 2013; Vignola & Tucci, 2014). Logo, o modelo de MEE indicado no presente estudo (Modelo 2) mostra-se de acordo com o aporte teórico apresentado pela literatura, a qual

aponta que é contraindicado compreender a saúde mental no contexto universitário sem considerar as variáveis em relação a depressão, ansiedade e estresse, tão prevalentes nessa população (Souza, 2017; Wörfel et al., 2016).

Cabe apontar que, apesar do exposto nesta discussão, os universitários brasileiros comumente não consideram o uso de internet como algo potencialmente maléfico. Pelo contrário, parecem perceber que os benefícios dos espaços *online*, como a facilidade em se comunicar e obter informações e o maior acesso a entretenimento, sobreporiam seus possíveis prejuízos (Lima et al., 2017). Além disso, há evidências de que a internet de fato poderia auxiliar a formar e fortalecer relacionamentos interpessoais e redes de apoio de maneira saudável (Facioli & Prado, 2018; Pessoni, 2018), bem como fazer parte de processos psicoterápicos (Griffiths et al., 2012). Portanto, não é possível afirmar que o uso de internet, por si só, é prejudicial; pelo contrário, pode ser benéfico. No entanto, a sua adição ou uso problemático seria fonte de pior saúde mental e prejuízos acadêmicos em universitários (Fernandez-Villa et al., 2015; Ostovar et al., 2016). Dessa forma, seria preciso reconhecer os limites entre o uso saudável e o uso insalubre de espaços *online*.

Sugere-se que futuros estudos avaliem as formas de uso da internet, e não apenas os níveis de sua adição. Isso facilitaria uma identificação mais detalhada da relação entre o uso de internet (nocivo ou não) e sintomas de solidão. Bem como, se tais detalhes fossem averiguados, poder-se-ia fazer uma comparação entre a adição à internet generalizada e a adição à internet específica, dois construtos que são diferenciados no modelo teórico proposto por Davis (2001). Parece ser preciso que se busque compreender e intervir nas estratégias de manejo de sintomas de depressão, ansiedade, estresse e solidão de universitários, podendo assim ter maior conhecimento sobre como prevenir ou tratar adição à internet em tal população. A relação entre sujeito e internet ainda é um assunto novo e ambíguo na literatura (Brügger, 2012; Carter & Grover, 2015), e, portanto,

precisa ser melhor investigada. Ainda, pesquisas futuras precisarão averiguar acerca da interferência que a regulação emocional pode ter na relação entre saúde mental e adição à internet, uma vez que a primeira parece ser preditora de tal adição em universitários (Faghani, Akbari, Hasani, & Marino, 2020).

Cabe apontar que o presente estudo apenas averiguou acerca de estudantes de uma universidade privada. Considera-se uma limitação a falta de participantes universitários de instituições públicas, pois é evidenciado que há divergências palpáveis entre as experiências e contextos de graduandos de cada tipo de universidade (Soares, Monteiro, Maia, & Santos, 2019). Ou seja, é possível que as relações entre adição à internet, solidão, depressão, ansiedade e estresse atuem de forma diferente entre alunos de uma universidade pública, e isso, infelizmente, não foi considerado nesta pesquisa.

Conclusão

Nesta pesquisa, sugere-se que, em graduandos, a relação direta entre solidão e adição à internet seria moderada por depressão, ansiedade e estresse. Estes três últimos estariam associados positivamente às outras duas variáveis, uma vez que o estudo foi realizado com uma população universitária e é indicado que esta tenha grande prevalência de tais sintomas. Bem como, apontou-se que a relação preditora entre solidão e adição à internet precisa ser estudada e compreendida dentro de cada contexto, uma vez que é preciso levar em consideração as influências que outras variáveis podem ter sobre o assunto.

Conclui-se, aqui, que solidão seria um agente preditor de adição à internet porque esta última seria usufruída como estratégia de manejo momentâneo de sintomas. A partir disso, propõe-se que, quando a internet é utilizada sem reservas como forma de amenizar sintomas desagradáveis, aumenta-se o risco de se desenvolver um uso adicto dos espaços *online*. Partindo-se de tal pressuposto, seria possível inferir que, se os universitários

tivessem maior conhecimento e repertório sobre como lidar com solidão, depressão, ansiedade e estresse, tão presentes na vida acadêmica, não precisariam depender da internet para manejar sua saúde mental. Poderiam, assim, conseguir usufruir daquela de forma benéfica, pois não teriam necessidade de utilizá-la para lidar com sintomas desagradáveis. Ou seja, o reforço negativo advindo do uso de internet não teria tanto poder aditivo se houvesse alternativas melhores para aliviar solidão, por exemplo. Assim, sugere-se que intervenções baseadas em manejo de depressão, ansiedade e estresse e, principalmente, de solidão sejam desenvolvidas e aplicadas na população universitária para prevenir o desenvolvimento de adição à internet.

Referências

- Apóstolo, J. L. A., Mendes, A. C., & Azeredo, Z. A. (2006). Adaptação Para a Língua Portuguesa Da Depression, Anxiety Adaptation To Portuguese of the Depression, Anxiety. *Revista Latino Americana de Enfermagem*, 14(6).
<https://doi.org/10.1590/S0104-11692006000600006>
- Barker, E. T., Howard, A. L., Villemare-Krajden, R., & Galambos, N. L. (2018). The Rise and Fall of Depressive Symptoms and Academic Stress in Two Samples of University Students. *Journal of Youth and Adolescence*, 47(6), 1252–1266.
<https://doi.org/10.1007/s10964-018-0822-9>
- Barroso, S. M., de Andrade, V. S., & de Oliveira, N. R. (2016). Escala Brasileira de Solidão: Análises de resposta ao item e definição dos pontos de corte. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 65(1), 76–81. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000106>

- Barroso, S. M., de Andrade, V. S., Midgett, A. H., & de Carvalho, R. G. N. (2016). Evidências de validade da escala Brasileira de Solidão UCLA. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 65(1), 68–75. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000105>
- Beck, J. S. (2013). *Terapia Cognitivo-Comportamental: Teoria e Prática*. 2a ed. Porto Alegre: Artmed.
- Brügger, N. (2012). When the present web is later the past: Web historiography, digital history, and internet studies. *Historical Social Research*, 37(4), 102–117. <https://doi.org/10.2307/41756477>
- Cacioppo, J. T., Hawkey, L. C., & Thisted, R. A. (2010). Perceived Social Isolation Makes Me Sad: 5-Year Cross-Lagged Analyses of Loneliness and Depressive Symptomatology in the Chicago Health, Aging, and Social Relations Study. *Psychology and Aging*, 25(2), 453–463. <https://doi.org/10.1037/a0017216>
- Carbonell, X., Chamarro, A., Oberst, U., Rodrigo, B., & Prades, M. (2018). Problematic use of the internet and smartphones in university students: 2006–2017. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(3). <https://doi.org/10.3390/ijerph15030475>
- Carter, M., & Grover, V. (2015). Theory and review Me, Myself, and I (T): conceptualizing information technology and its implications. *MIS Quarterly*, 39(4), 931–957. <https://doi.org/https://doi.org/10.25300/MISQ/2015/39.4.9>
- Chalovich, J. M., & Eisenberg, E. (2013). Loneliness Matters: A Theoretical and Empirical Review of Consequences and Mechanisms. *Magn Reson Imaging*, 31(3), 477–479. <https://doi.org/10.1016/j.immuni.2010.12.017>.Two-stage
- Çikrikçi, Ö. (2019). An exploration of the associations among positivity, general distress and internet addiction: The mediating effect of general distress. *Psychiatry Research*, 272, 628–637. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.12.147>

- Conselho Nacional de Saúde [CNS]. (2016). *Resolução nº 510, de 07 de abril de 2016*. Diário Oficial da República Federativa do Brasil. Retrieved from <http://conselho.saude.gov.br/resolucoes/2016/Reso510.pdf>
- Constantin, K., English, M. M., & Mazmanian, D. (2018). Anxiety, Depression, and Procrastination Among Students: Rumination Plays a Larger Mediating Role than Worry. *Journal of Rational - Emotive and Cognitive - Behavior Therapy*, 36(1), 15–27. <https://doi.org/10.1007/s10942-017-0271-5>
- Conti, M. A., Jardim, A. P., Hearst, N., Cordás, T. A., Tavares, H., Nabuco, C., & Abreu, D. (2012). Evaluation of semantic equivalence and internal consistency of a Portuguese version of the Internet Addiction Test (IAT). *Revista de Psiquiatria Clínica*, 39(3), 106–110. <https://doi.org/10.1590/S0101-60832012000300007>
- Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Computers in Human Behavior*, 17(2), 187–195. [https://doi.org/10.1016/S0747-5632\(00\)00041-8](https://doi.org/10.1016/S0747-5632(00)00041-8)
- Eijnden, V. D. (2014). Depression, loneliness and Internet addiction: How important is low. *Computers in Human Behavior*, 34, 284–290. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.02.009>
- Fachini, M. P., Mesquita, N. P., Oliveira, R. P., & França, P. G. (2017). Internet das Coisas: Uma Breve Revisão Bibliográfica. *Conexões - Ciência e Tecnologia*, 11(6), 85. <https://doi.org/10.21439/conexoes.v11i6.1007>
- Facioli, L. R., & Prado, J. (2018). Usando bem, que problema tem? Pânicos morais, mídias digitais e juventude no Brasil. *Interfaces Da Educação*, 9(25), 158–183. <https://doi.org/10.26514/inter.v9i25.2240>
- Faghani, N., Akbari, M., Hasani, J., & Marino, C. (2020). An emotional and cognitive model of problematic Internet use among college students: The full mediating role of

cognitive factors. *Addictive Behaviors*, 105(July 2019), 106252.

<https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2019.106252>

Ferreira, L., Relva, I., & Monteiro, O. (2018). Adição à Internet: Relação com a sintomatologia psicopatológica. *Psychtech & Health Journal*, 1(2), 24–37.

<https://doi.org/10.26580/PTHJ.art7.2018>

Fernandez-Villa, T., Alguacil Ojeda, J., Almaraz Gomez, A., Cancela Carral, J. M., Delgado-Rodriguez, M., Garcia-Martin, M., ... Martin, V. (2015). Problematic Internet Use in University Students: associated factors and differences of gender. *Adicciones*, 27(4), 265–275. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>

Griffiths, K. M., Mackinnon, A. J., Crisp, D. A., Christensen, H., Bennett, K., & Farrer, L. (2012). The Effectiveness of an Online Support Group for Members of the Community with Depression: A Randomised Controlled Trial. *PLoS ONE*, 7(12).

<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0053244>

Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., Anderson, R. E., & Tatham, R. L. (2009).

Modelagem de Equações Estruturais: Uma Introdução. In Análise Multivariada de Dados (6a ed). Porto Alegre: Bookman.

Hayley, A. C., Downey, L. A., Stough, C., Sivertsen, B., Knapstad, M., & Øverland, S. (2017). Social and emotional loneliness and self-reported difficulty initiating and maintaining sleep (DIMS) in a sample of Norwegian university students.

Scandinavian Journal of Psychology, 58(1), 91–99.

<https://doi.org/10.1111/sjop.12343>

Hou, J., Jiang, Y., Chen, S., Hou, Y., Wu, J., & Fan, N. (2019). Cognitive mechanism of intimate interpersonal relationships and loneliness in internet-addicts: An ERP study.

Addictive Behaviors Reports, 10. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2019.100209>

- Kirsch, I., Lynn, S. J., Vigorito, M., & Miller, R. R. (2004). The Role of Cognition in Classical and Operant Conditioning. *Journal of Clinical Psychology, 60*(4), 369–392. <https://doi.org/10.1002/jclp.10251>
- Kuang-Tsan, C., & Fu-Yuan, H. (2017). Study on Relationship Among University Students' Life Stress, Smart Mobile Phone Addiction, and Life Satisfaction. *Journal of Adult Development, 24*(2), 109–118. <https://doi.org/10.1007/s10804-016-9250-9>
- Lima, A. C. A., Leiva, J. de C., & Lemes, S. de S. (2017). Viver em Rede: Uma análise sobre as implicações do uso das mídias sociais por estudantes universitários. *Revista on Line de Política e Gestão Educacional, 21*(1), 896–912.
- Lovibond, P. F., & Lovibond, S. H. (1995). The structure of negative emotional states: comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour Research and Therapy, 33*(3), 335–343. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(94\)00075-U](https://doi.org/10.1016/0005-7967(94)00075-U)
- McIntyre, J. C., Worsley, J., Corcoran, R., Woods, P. H., & Bentall, R. P. (2018). Academic and non-academic predictors of student psychological distress: the role of social identity and loneliness. *Journal of Mental Health, 27*(3), 230–239. <https://doi.org/10.1080/09638237.2018.1437608>
- Murat, M. (2019). The Investigation of Predictive Relationships between Loneliness, Internet Addiction, and Mindfulness through the Structural Equation Model. *Universal Journal of Educational Research, 7*(8), 1635–1642. <https://doi.org/10.13189/ujer.2019.070802>
- Niero, R. G. V., Daros, G. C., Feldens, V. P., & Sakae, T. M. (2019). Associação entre dependência de internet e sintomas depressivos em estudantes de medicina de cidade do sul do Brasil. *Arquivos Catarinenses de Medicina, 48*(3), 27–36.

- Nowland, R., Necka, E. A., & Cacioppo, J. T. (2018). Loneliness and Social Internet Use: Pathways to Reconnection in a Digital World? *Perspectives on Psychological Science, 13*(1), 70–87. <https://doi.org/10.1177/1745691617713052>
- Ostovar, S., Allahyar, N., Aminpoor, H., Moafian, F., Nor, M. B. M., & Griffiths, M. D. (2016). Internet Addiction and its Psychosocial Risks (Depression, Anxiety, Stress and Loneliness) among Iranian Adolescents and Young Adults: A Structural Equation Model in a Cross-Sectional Study. *International Journal of Mental Health and Addiction, 14*(3), 257–267. <https://doi.org/10.1007/s11469-015-9628-0>
- Peltzer, K., & Pengpid, S. (2017). Loneliness: Its correlates and associations with health risk behaviours among university students in 25 countries. *Journal of Psychology in Africa, 27*(3), 247–255. <https://doi.org/10.1080/14330237.2017.1321851>
- Pessoni, A. (2018). Narrativas da dor: o Facebook como espaço de discussão de saúde e doença. *Rizoma, 6*(1), 181–197. <https://doi.org/10.17058/RZM.V6I1.11385>
- Pittman, M., & Reich, B. (2016). Social media and loneliness: Why an Instagram picture may be worth more than a thousand Twitter words. *Computers in Human Behavior, 62*, 155–167. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.03.084>
- Pontes, H. M., Griffiths, M. D., & Patrão, I. M. (2014). Internet Addiction and Loneliness Among Children and Adolescents in the Education Setting: An Empirical Pilot Study. *Revista de Psicologia, Ciències de l'Educació i de l'Esport, 32*(1), 91–98.
- Posselt, J. R., & Lipson, S. K. (2016). Competition, Anxiety, and Depression in the College Classroom: Variations by Student Identity and Field of Study. *Journal of College Student Development, 57*(8), 973–989. <https://doi.org/10.1353/csd.2016.0094>

- Purim, K. S. M., & Tizzot, E. L. A. (2019). Protagonismo dos Estudantes de Medicina no Uso do Facebook na Graduação. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 43(1), 187–196. <https://doi.org/10.1590/1981-52712015v43n1rb20180139>
- Russell, D., Peplau, L. A., & Cutrona, C. E. (1980). The Revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and Discriminant Validity Evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39(3), 472–480. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.39.3.472>
- Sampieri, R. H., Collado, C. F., & Lucio, M. B. (2013). *Metodologia de pesquisa*. (3a ed.). São Paulo: Penso.
- Skues, J., Williams, B., Oldmeadow, J., & Wise, L. (2016). The Effects of Boredom, Loneliness, and Distress Tolerance on Problem Internet Use Among University Students. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 14(2), 167–180. <https://doi.org/10.1007/s11469-015-9568-8>
- Soares, A. B., Monteiro, M. C., Maia, F. D. A., & Santos, Z. D. A. (2019). Comportamentos sociais acadêmicos de universitários de instituições públicas e privadas: o impacto nas vivências no ensino superior. *Pesquisas e Práticas Psicossociais*, 14(1), 1–16. Retrieved from <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/ppp/v14n1/11.pdf>
- Souza, D. C. (2017). *Condições emocionais de estudantes universitários: estresse, depressão, ansiedade, solidão e suporte social* (Dissertação de Mestrado). Universidade Federal do Triângulo Mineiro, Uberaba.
- Staddon, J. E. R., & Cerutti, D. T. (2003). Operant Conditioning. *Annual Review of Psychology*, 54, 115-144. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.54.101601.145124>
- Sternberg, N., Luria, R., Chandhok, S., Vickers, B., Kross, E., & Sheppes, G. (2020). When facebook and finals collide - procrastinatory social media usage predicts

enhanced anxiety. *Computers in Human Behavior*, 109(July 2019), 106358.

<https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106358>

- Thomas, J. J., & Borrayo, E. A. (2016). The Impact of Perceived Stress and Psychosocial Factors on Missed Class and Work in College Students. *Journal of College Counseling*, 19(3), 246–260. <https://doi.org/10.1002/jocc.12047>
- Verduyn, P., Jonides, J., & Kross, E. (2017). Do Social Network Sites Enhance or Undermine Subjective Well-Being? *A Critical Review*, 11(1), 274–302. <https://doi.org/10.1111/sipr.12033>
- Vignola, R. C. B., & Tucci, A. M. (2014). Adaptation and validation of the depression, anxiety and stress scale (DASS) to Brazilian Portuguese. *Journal of Affective Disorders*, 155(1), 104–109. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2013.10.031>
- Wörfel, F., Gusy, B., Lohmann, K., Töpritz, K., & Kleiber, D. (2016). Mental health problems among university students and the impact of structural conditions. *Journal of Public Health*, 24(2), 125–133. <https://doi.org/10.1007/s10389-015-0703-6>
- Younes, F., Halawi, G., Jabbour, H., Osta, N. El, Karam, L., Hajj, A., & Khabbaz, L. R. (2016). Internet addiction and relationships with insomnia, anxiety, depression, stress and self-esteem in university students: A cross-sectional designed study. *PLoS ONE*, 11(9), 1–14. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0161126>
- Young, K. S. (1998). Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder. *Cyber Psychology & Behavior*, 1(3), 237–244. <https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237>
- Young, K. S. (2011). *Dependência de internet: manual e guia de avaliação e tratamento*. Porto Alegre: Artmed.
- Zhang, S., Tian, Y., Sui, Y., Zhang, D., Shi, J., Wang, P., & Meng, W. (2018). Relationships Between Social Support, Loneliness, and Internet Addiction in Chinese

Postsecondary Students: *A Longitudinal Cross-Lagged Analysis*, 9(September), 1–13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01707>

Seção II - Artigo Empírico

Adição à internet e suas características: Comparação de universitários acerca do uso de mídias sociais

Resumo

A adição à internet vem aumentando entre universitários, e a literatura indica que isso está relacionado à utilização de redes sociais *online*. Objetivou-se, no presente estudo, descrever e comparar as formas de uso de mídias sociais, bem como níveis de solidão, sintomas de depressão, ansiedade e estresse e características sociodemográficas, de 382 graduandos adictos e não adictos à internet de uma universidade privada do Rio Grande do Sul. Utilizou-se os instrumentos: questionário de dados sociodemográficos e de uso de mídias sociais; *Depression, Anxiety and Stress Scale* (DASS-21); Escala Brasileira de Solidão (UCLA-BR); e *Internet Addiction Test* (IAT). Percebeu-se que não houve diferenças quanto às variáveis sociodemográficas dos participantes. A partir da comparação de grupos, adictos pareceram ter pior saúde mental que não adictos. Também relataram usar mais as mídias sociais para comunicarem-se com terceiros. Propõe-se que adictos à internet poderiam utilizar as mídias para alívio momentâneo de sofrimento, como já descrito na literatura prévia. Indica-se que para compreender a relação entre adição à internet e uso de mídias sociais é preciso considerar o contexto em que este ocorre, e não apenas a forma com que as redes sociais seriam utilizadas.

Palavras-chaves: dependência; internet; estudantes universitários; saúde mental; mídias sociais.

**Internet addiction and its characteristics:
A comparison of university students about their use of social media**

Abstract

Internet addiction has been rising among university students, and previous literature indicates that this is related to social media usage. The present study aimed to describe and compare social media usage, as well as sociodemographic characteristics, loneliness and depression, anxiety, and stress symptoms among people with and without internet addiction. The sample consisted of 382 undergraduates at a private university from the state of Rio Grande do Sul, Brazil. The instruments used were sociodemographic and online social media usage questionnaire; Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS-21); UCLA Loneliness Scale (UCLA-BR); and Internet Addiction Test (IAT). No differences were found in terms of sociodemographic characteristics. However, it was indicated that those with internet addiction had poorer mental health than undergraduates without. The addicted group also reported to use social media with higher intent of communicating with other people. It is proposed that undergraduates with internet addiction could use social media for momentary distress relief, as described in previous literature. It is suggested that, to comprehend the relationship between such an addiction and online social media usage, one would have to consider the context in which the use takes place, instead of only contemplating what kind of utilization occurs.

Keywords: internet addiction; university students; mental health; social media.

Introdução

Com a disseminação das tecnologias *smart* há o fácil acesso a espaços *online* por universitários (Carbonell, Chamarro, Oberst, Rodrigo, & Prades, 2018; Fachini, Mesquita, Oliveira, & França, 2017; Fernandez-Villa et al., 2015). Graduandos parecem avaliar sua utilização de internet como um auxílio aos seus estudos e realizações de tarefas acadêmicas, bem como fonte de entretenimento (Lima, Leiva, & Lemes, 2017). Porém, apesar de haver benefícios provindos de tal uso, há também o risco de desenvolver adição à (ou dependência de) internet (Davis, 2001).

Adição à internet é caracterizada por uma utilização intensa e frequente de espaços *online*, com tentativas vãs de diminuir ou parar tal uso, bem como prejuízos familiares, sociais ou profissionais provindos da situação (Davis, 2001; Young, 1998). Teoriza-se, a partir de uma perspectiva cognitivo-comportamental, que tal adição seja proveniente de sofrimentos psicológicos prévios (Davis, 2001). Por exemplo, maior solidão pode fazer com que o sujeito utilize a internet para aliviar momentaneamente sua sensação de estar só (Zhang et al., 2018), desenvolvendo-se uma dependência de tal alívio (Davis, 2001).

Em universitários, adição à internet está associada a maiores sintomas de depressão (Çikrikçi, 2019; Niero, Daros, Feldens, & Sakae, 2019), ansiedade e estresse (Çikrikçi, 2019), bem como sentimentos de solidão (Kitazawa et al., 2018). Isso torna-se um fator relevante principalmente quando é evidenciado que graduandos parecem ter maior prevalência de ansiedade, estresse e depressão que a população adulta em geral (Ediz, Ozcakir, & Bilgel, 2017; Posselt & Lipson, 2016; Wörfel, Gusy, Lohmann, Töpritz, & Kleiber, 2016). Afinal, a vida acadêmica tem diversos aspectos que podem ser fonte de sofrimento, como encontrar-se em lugares novos com pessoas desconhecidas (Souza, 2017) e ter maior carga e cobrança de estudos e tarefas para realizar (Barker,

Howard, Villemare-Krajden, & Galambos, 2018; Kuang-Tsan & Fu-Yuan, 2017; Posselt & Lipson, 2016).

Dado que sofrimento psicológico prévio (Çikrikçi, 2019; Zhang et al., 2018) e dificuldade em regulação emocional (Faghani, Akbari, Hasani, & Marino, 2020) são preditores de adição à internet – visto que o uso de espaços *online* propõe alívio rápido de sintomas (Davis, 2001) –, indica-se que, entre graduandos, há grande risco de desenvolver a adição em questão. De fato, sugere-se que esta vem aumentando entre estudantes universitários, e levanta-se a possibilidade de tal aumento estar associado ao uso crescente de mídias sociais *online* (Carbonell et al., 2018; Fernandez-Villa et al., 2015).

A utilização de redes sociais *online* parece ser compreendida pelos universitários como majoritariamente benéfica, propiciando a estes auxílios em manter contato com pessoas e obter e trocar informações diversas (Lima et al., 2017). Todavia, existem diferenças quanto aos tipos de utilização das mídias sociais e suas causas, consequências e relações. Aponta-se que há divergências entre uso passivo e uso ativo de tais mídias. Enquanto o uso ativo seria postar fotos ou textos seus e conversar com terceiros (Verduyn, Jonides, & Kross, 2017), a utilização passiva caracterizar-se-ia por apenas examinar as postagens alheias, colocando-se em um lugar de observador, e não de participante, da rede social (Matook, Cummings, & Bala, 2015; Verduyn et al., 2017). Usar ativamente uma mídia social *online* poderia manter e aumentar redes interpessoais de apoio (Facioli & Prado, 2018; Pessoni, 2018), elevar o sentimento de felicidade e diminuir a sensação de solidão (Pittman & Reich, 2016; Verduyn et al., 2017). Contudo, a utilização passiva aumentaria inveja e estresse, bem como sensação de isolamento social, ao propiciar comparação de si com as pessoas que se está vendo (Matook et al., 2015; Verduyn et al., 2017).

Ainda, as mídias sociais, bem como a internet em geral, também podem ser utilizadas como alívio de sofrimento, mesmo que de forma prejudicial (Hou et al., 2019; Peltzer & Pengpid, 2017; Zhang et al., 2018). Por exemplo, Sternberg, et al. (2020), em suas duas pesquisas empíricas, indicou que, entre universitários, usar o Facebook seria causa de maior ansiedade quando feito para procrastinar os estudos necessários. Os autores sugerem que isso pode ser devido à falta de ferramentas, por parte dos graduandos, para compreender e lidar com o conflito entre alívio imediato (usar o Facebook) e recompensa a longo prazo (estudar para tirar uma boa nota na prova), fazendo-os sucumbir ao imediatismo em vez de investirem no futuro.

Cabe apontar, todavia, que as relações interpessoais em mídias sociais (Carter & Grover, 2015), assim como as causas, consequências e associações dos comportamentos realizados *online* (Chen, Lu, Chau, & Gupta, 2014; Pan, Lu, Wang, & Chau, 2017), têm falta de compreensão clara na literatura científica. Carter e Grover (2015) propõem, por exemplo, que a forma como o sujeito se relaciona com e através das tecnologias *smart* e das redes sociais *online* influenciaria e seria influenciada pela identidade da pessoa. Os autores sugerem que o maior acesso a informações e à comunicação interpessoal poderia interferir na maneira como o sujeito compreende a si e ao mundo ao seu redor – o que são pilares importantes na constituição da sua personalidade (Beck, 2013). Demais pesquisas também indicam que a probabilidade de a pessoa manter maior uso de mídias sociais *online* dependeria do jeito com que as utiliza, sendo que formas passivas de utilização estariam associadas a menor uso; entretanto, isso, por sua vez, também dependeria da identidade do usuário (Chen et al., 2014; Pan et al., 2017). Apesar disso, tal relação entre o funcionamento da pessoa e o seu uso de mídias sociais *online* ainda não é compreendida e necessita de maiores pesquisas acerca do tema (Carter & Grover, 2015; Chen et al., 2014; Pan et al., 2017). Considerando, ainda, que

desenvolver e manter adição à internet também envolve a personalidade do sujeito e a sua visão de si, do mundo e do futuro em relação ao seu uso de espaços *online* (Becker, Boff, & Freitag, 2019; Davis, 2001), isso pode ser indicativo de que pouco é conhecido acerca dos hábitos de uso de mídias sociais *online* por adictos à internet. Dessa forma, torna-se de suma importância pesquisar quanto ao assunto.

Portanto, objetiva-se descrever e comparar os tipos de uso de mídias sociais *online* por estudantes de uma universidade privada do estado do Rio Grande do Sul, Brasil. Para isso, os participantes foram separados em dois grupos: adictos e não adictos à internet. Partiu-se do pressuposto de que a utilização de redes sociais *online* sofreria influência da presença ou falta da adição em questão. Assim, teve-se o intuito de compreender quais mídias sociais seriam mais utilizadas, bem como que tipos de utilização seriam feitas, por universitários adictos ou não à internet. As redes sociais *online* averiguadas aqui foram: Facebook, WhatsApp, Messenger, Instagram e Twitter. Ademais, também foram avaliadas as características sociodemográficas dos grupos, como sexo, turno em que estudava e se trabalhava ou não; foram descritos e comparados os níveis de solidão, de adição à internet, e de sintomas de depressão, ansiedade e estresse.

Metodologia

Delineamento

Trata-se de um estudo transversal, quantitativo, descritivo e comparativo (Sampieri, Collado, & Lucio, 2013).

Participantes

Um total de 384 protocolos preenchidos foram averiguados. Porém, dois não foram incluídos na presente pesquisa por contemplarem universitários menores de 18

anos. Assim, ao final, contou-se com uma amostra estratificada e randomizada de 382 participantes.

Foram divididos os participantes em dois grupos: com e sem adição à internet. No Grupo Não-Adictos (sem adição à internet, nível Normal), contou-se com 143 universitários. No Grupo Adictos (com adição à internet; níveis Leve, Moderado e Grave), constava-se 236 participantes. Ainda, cabe apontar que, entre os adictos, o nível de adição à internet mais presente foi o Leve (n=183, 76,6%), seguido pelo Moderado (n=55, 23%) e pelo Grave (n=1, 0,4%).

A idade de ambos os grupos variou entre 18 e 58 anos. Porém, a média do Grupo Não-Adictos foi 25,21 anos (DP=8,18), enquanto no Grupo Adictos a média pareceu ser 23,17 anos (DP=5,79).

Instrumentos

Questionário de dados sociodemográficos e do uso de mídias sociais

Com o objetivo de descrever o perfil sociodemográfico da amostra, esse instrumento foi elaborado pelo grupo Intervenções Cognitivo-Comportamentais: Estudo e Pesquisa (ICCEP). Questiona sobre o sexo, idade, turno em que estuda, curso de graduação e outras características semelhantes do participante. Também contém perguntas sobre quais mídias sociais *online* o universitário usa (com respostas de sim ou não), bem como itens respondidos a partir de uma escala Likert de “1-Nunca”, “2-Raramente”, “3-Às Vezes”, “4-Quase Sempre” e “5-Sempre” sobre o que a pessoa faz em cada uma das mídias que utiliza. As questões utilizadas na presente pesquisa serão: “1. Publicar textos/opiniões”; “2. Publicar fotos suas”; “3. Falar ou manter contato com amigos, conhecidos ou colegas de trabalho”; “4. Publicar vídeos de sua autoria”; “5. Ver e/ou compartilhar publicações (fotos, textos, opiniões, informações, etc.) de outras

peessoas”; e “6. Acompanhar a vida de pessoas famosas”, acerca das mídias sociais *online* WhatsApp, Facebook, Messenger, Instagram e Twitter. Os itens de 1-4 serão considerados, aqui, como uso ativo de mídias sociais, enquanto as questões 5 e 6 serão compreendidas como formas de utilização passiva (Apêndice A).

Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS-21)

Com o intuito de avaliar os sintomas de depressão, ansiedade e estresse na última semana do respondente, tal instrumento foi desenvolvido por Lovibond e Lovibond (1995), sendo validado para o português brasileiro por Vignola e Tucci (2014). O DASS-21 (Anexo A) contém três subescalas de sete perguntas cada, totalizando 21 questões. Responde-se o instrumento através de uma escala Likert de “0- Não se aplicou de maneira alguma” a “3- Aplicou-se muito, ou na maioria do tempo”. Para averiguar os níveis de sintomas referentes a cada subescala, deve-se somar as respostas dos sete itens correspondentes e, então, multiplicá-las por dois. O total indicaria se a pessoa apresenta nível Normal, Leve, Moderado, Severo ou Extremamente Severo de sintomas de depressão, de ansiedade e/ou de estresse.

Para acessar sintomas de depressão, o DASS-21 conta com as questões 3, 5, 10, 13, 16, 17 e 21 (e.g, “3. Não consegui vivenciar nenhum sentimento positivo”). No presente estudo, o alfa de Cronbach desta subescala foi 0,91. Ao corrigi-la, compreende-se que escores de 0 a 9 referem-se a nível Normal de sintomas de depressão. Um escore entre 10 e 13 corresponderia a nível Leve, enquanto entre 14 e 20 seria nível Moderado. Escores de total 21 a 27 indicariam nível Severo e de total 28-42 sugeririam nível Extremamente Severo.

O DASS-21, para averiguar sintomas de ansiedade, utiliza os itens 2, 4, 7, 9, 15, 19 e 20 (e.g, “2. Senti minha boca seca”). O alfa de Cronbach de tal subescala nesta

pesquisa foi: 0,88. Os escores referentes para cada nível, após a correção do instrumento, seriam: 0-7 Normal; 8-9 Leve; 10-14 Moderado; 15-19 Severo; 20-42 Extremamente Severo.

A subescala que acessa sintomas de estresse conta com os itens 1, 6, 8, 11, 12, 14 e 18 (e.g, “1. Achei difícil de me acalmar”). Obteve, neste estudo, alfa de Cronbach: 0,91. Após a correção desta subescala, os escores seriam divididos em níveis da seguinte forma: 0-14 Normal; 15-18 Leve; 19-25 Moderado; 26-33 Severo; 34-42 Extremamente Severo.

Internet Addiction Test (IAT)

Criado por Young (1998) e traduzido e validado para o Brasil por Conti et al. (2012), tem o objetivo de avaliar os níveis de adição à internet do respondente. O IAT (Anexo C) contém 20 itens, os quais são respondidos por uma escala Likert de “1- Raramente” a “5- Sempre” (e.g. “1. Com que frequência você acha que passa mais tempo na internet do que pretendia?”). No presente estudo, o instrumento contou com alfa de Cronbach: 0,92. Segundo o proposto por Young (2011), a correção do IAT é feita através da soma das respostas do participante. Se a pessoa obtivesse um escore de 20-30 pontos, teria nível Normal de adição (ou seja, não teria adição). Com um escore entre 31-49 pontos, considera-se nível Leve de adição, enquanto 50-79 pontos corresponderiam a nível Moderado e 80-100 pontos seriam relativos a nível Grave.

Escala Brasileira de Solidão (UCLA-BR)

A UCLA-BR (Anexo B) foi elaborada por Russell, Peplau e Cutrona (1980), mas foi validada para o Brasil por Barroso, de Andrade, Midgett e de Carvalho (2016). Tem o objetivo de avaliar níveis de sentimento de solidão, a partir de 20 questões respondidas segundo uma escala Likert de “1- Nunca” a “4-Sempre” (eg. “3. Eu sinto que não tenho

companhia”). O alfa de Cronbach obtido nesta pesquisa foi de: 0,93. A correção do instrumento se dá segundo a soma de todas as respostas do sujeito, uma vez que, quanto maior a pontuação final, maior o nível de solidão. Se o escore for entre 20 e 42, supõe-se nível de solidão Mínima, ao passo em que 43-55 seria solidão Leve, enquanto 56-67 significaria solidão Moderada e 68-80 seria referente a solidão Intensa (Barroso, de Andrade, & de Oliveira, 2016).

Procedimentos de coleta de dados

A presente pesquisa é um recorte de um estudo maior do grupo de pesquisa ICCep, da Universidade do Vale do Rio dos Sinos (UNISINOS). Tal estudo denomina-se “Uso de mídias sociais e sua relação com o uso de drogas, habilidades sociais, sintomas de estresse, ansiedade, depressão e solidão em universitários”.

Por três semestres letivos consecutivos, em uma universidade privada do estado do Rio Grande do Sul, foi realizada a coleta de dados. Calculou-se, segundo o universo total de 20 mil graduandos, a porcentagem de alunos referentes a cada escola de conhecimento para que se buscasse repetir tal porcentagem na amostra (ou seja, se 20% da população total fosse da escola da saúde, procurou-se que 20% da amostra também seria).

Cada início de semestre, o grupo de pesquisa ICCep recebia da coordenação da universidade uma listagem em que constava os nomes das disciplinas de graduação e seus respectivos professores, cursos e quantidade de alunos matriculados. Realizaram-se sorteios para averiguar quais turmas poderiam participar do estudo. Cabe apontar que, em tais sorteios, respeitava-se a estratificação da amostra - ou seja, sorteava-se as turmas até que as porcentagens daquela escola de conhecimento espelhassem a porcentagem da população total. Se, após haver totalizado a porcentagem de alunos necessários da área

da saúde, por exemplo, uma turma da saúde fosse sorteada, esta era excluída e outro sorteio era realizado. Dessa forma, a amostra foi randomizada estratificada.

Os alunos das turmas sorteadas eram visitados em sala de aula por uma ou mais pesquisadoras que os convidavam a fazer parte da pesquisa. Era, também, especificado que aqueles que já teriam participado deste estudo em outro momento não poderiam responder novamente o questionário. Os que concordavam recebiam os instrumentos a serem respondidos e duas vias do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE, Anexo D) a serem assinadas. Agentes do grupo ICCep voltariam, após uma semana, para recolher os questionários e uma das vias do TCLE (a outra mantinha-se em posse do participante).

Para a presente pesquisa, os critérios de inclusão foram: utilizar pelo menos uma mídia social *online*, ter mais de 18 anos de idade e ser matriculado em uma das disciplinas sorteadas. Aqueles que não abarcavam um ou mais critérios foram excluídos.

Procedimentos éticos

O Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade do Vale do Rio dos Sinos (UNISINOS) aprovou o projeto de pesquisa do grupo ICCep sob o número 2.289.637 (Anexo E). Assim, a presente pesquisa, sendo um recorte de tal estudo maior, está em conformidades éticas segundo as exigências éticas do Conselho Nacional de Saúde (CNS, 2016), previstas na resolução 510/2016.

Procedimentos de análise de dados

Nesta pesquisa, para as estatísticas, utilizou-se o programa *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) versão 22.0. Frisa-se que se adotou o nível de probabilidade de 95% ($p \leq 0,05$) para as análises realizadas (Sampieri et al., 2013).

Para avaliar sobre as diferenças entre os grupos quanto às demais variáveis categóricas, usou-se do teste Qui-quadrado. A partir do teste de Kolmogorov-Smirnov, percebeu-se que a presente amostra demonstra distribuição anormal ($p < 0,05$). Portanto, para comparar os grupos quanto às variáveis quantitativas, foi utilizado o teste estatístico Mann-Whitney. Cabe apontar que este, em vez de considerar as médias obtidas, compara os valores dos postos médios.

Foram realizadas estatísticas descritivas para analisar médias, desvios padrão e frequências dos construtos e fatores investigados, com intuito de averiguar as características da amostra. A fim de lidar com dados ausentes nas correções dos instrumentos utilizados e nas análises estatísticas efetuadas, substituiu-se, pelas suas médias, os valores omissos das variáveis quantitativas. É importante que as características dos participantes sejam semelhantes para que seja possível comparar dois grupos não-pareados (Field, 2009). Assim, realizou-se análises de Qui-quadrado para averiguar se haveria diferença entre o Grupo Não-Adictos e o Grupo Adictos acerca de sexo, turno em que estudava, estado civil, semestre letivo em que se encontrava, se trabalhava ou não e se fazia ou não psicoterapia. Considerando significância de 95% (Sampieri et al., 2013), não houve diferença nas características avaliadas ($p > 0,05$) (Tabela 1). Portanto, julgou-se possível a comparação entre os grupos.

Resultados

São apresentados, na Tabela 1, as variáveis sociodemográficas dos participantes, bem como seus respectivos valores do teste de Qui-quadrado. Não houve diferença estatisticamente significativa entre os grupos ($p > 0,05$), e, portanto, considerou-se que ter ou não adição à internet não estaria relacionado com tais características. Bem como, isso também indicou que a comparação entre adictos e não adictos seria possível. Ainda, na

Tabela 1, a partir da análise de Qui-quadrado sobre o uso ou não de redes sociais *online*, indica-se o Twitter foi a única mídia em que houve diferença entre os grupos, tendo o Grupo Adictos relatado que a utiliza com maior frequência (Não-Adictos: n=68; 47,9%. Adictos: n=139; 58,9%. $X^2=4,339$; $p=0,037$).

Tabela 1
Descrição das características sociodemográficas e de uso ou não de mídias sociais online dos grupos analisados

Variáveis sociodemográficas	Não-Adictos n (%)	Adictos n (%)	X ²	p
Sexo				
Feminino	105 (73,9)	168 (70,6)	0,495	0,48
Masculino	37 (26,1)	70 (29,4)		
Trabalha				
Sim	105 (73,9)	164 (68,9)	1,091	0,296
Não	37 (26,1)	74 (31,1)		
Faz psicoterapia				
Sim	32 (22,9)	61 (25,6)	0,983	0,61
Não	108 (75,5)	176 (73,9)		
Estado Civil				
Solteiro	118 (84,3)	215 (90)	2,953	0,22
Casado	21 (15)	22 (9,2)		
Separado/Divorciado	1 (0,7)	2 (0,8)		
Turno em que estuda				
Manhã	13 (9,4)	28 (12,3)	4,156	0,38
Tarde	1 (0,7)	1 (0,4)		
Noite	106 (76,3)	175 (76,8)		
Dois turnos	14 (10,1)	22 (9,6)		
Três turnos	5 (3,6)	2 (0,9)		
Semestre do curso em que está				
1° ou 2°	23 (16,9)	55 (24,2)	4,937	0,29
3° ou 4°	44 (32,4)	63 (27,8)		
5° ou 6°	28 (20,6)	55 (24,2)		
7° ou 8°	28 (20,6)	40 (17,6)		
9° ou 10°	13 (9,6)	14 (6,2)		
Uso de mídias sociais				
Facebook				
Usa	138 (96,5)	227 (95,4)	0,281	0,59
Não usa	5 (3,5)	11 (4,6)		
WhasApp				
Usa	142 (100)	238 (100)	Nenhuma estatística foi calculada porque variável é uma constante	
Não usa	0 (0)	0 (0)		
(conclusão)				

Variáveis sociodemográficas	Não-Adictos	Adictos	X ²	p
	n (%)	n (%)		
Messenger				
Usa	117 (82,4)	196 (83,1)	0,027	0,87
Não usa	25 (17,6)	40 (16,9)		
Instagram				
Usa	124 (87,9)	216 (90,8)	0,759	0,38
Não usa	17 (12,1)	22 (9,2)		
Twitter				
Usa	68 (47,9)	139 (58,9)	4,339	0,037*
Não usa	74 (52,1)	97 (41,1)		

Nota. *p<0,05.

Para considerar as análises descritivas confiáveis como representação dos participantes, o desvio padrão deve ser menor que a metade do valor da referente média (Field, 2009). Segundo Field (2009), é comum que, em uma amostra de distribuição anormal – como é o caso do presente estudo – os desvios padrão encontrados sejam demasiadamente altos. Isso ocorreu, aqui, em diversas variáveis quantitativas, como pode ser visto na Tabela 2. Dentre elas: sintomas de depressão (Não-Adictos: M=7,41; DP=8,37. Adictos: M=12,29; DP=10,6), ansiedade (Não-Adictos: M=5,69; DP=7,62. Adictos: M=10,35; DP=10,1) e estresse (Não-Adictos: M=11,7; DP=9,49. Adictos: M=17,19; DP=10,19). Portanto, apesar de os grupos terem aparentemente obtido escores baixos quanto a seus níveis de sintomas de depressão, por exemplo, não se pode sugerir que tenham apresentado nível Normal ou Leve, graças aos valores altos dos referentes desvios padrão.

Cabe apontar que, como é percebido na Tabela 2, o Grupo Adictos apresentou maiores níveis de sintomas de depressão (U=11867,5; p<0,001), ansiedade (U=11667; p<0,001) e estresse (U=11550,5; p<0,001), bem como de sentimento de solidão (U=11757,5; p<0,001), em relação ao Grupo Não-Adictos. Ainda, os adictos à internet obtiveram maior posto médio no uso do Facebook (U=15076,5; p=0,048), WhatsApp (U=14723,5; p=0,002), Messenger (U=14981; p=0,04), Instagram (U=14418,5; p=0,009)

e Twitter ($U=10835,5$; $p<0,001$) no item “3. Falar ou manter contato com amigos, conhecidos ou colegas de trabalho” (Tabela 2).

Tabela 2

Descrição e apresentação das comparações dos grupos quanto a sua saúde mental e tipos de uso de mídias sociais online

	Não-Adictos			Adictos			U	p
	M (DP)	Mediana	Posto médio	M (DP)	Mediana	Posto médio		
Saúde Mental								
Depressão	7,41 (8,37)*	4	154,99	12,29 (10,6)*	10	213,35	11867,5	<0,001***
Ansiedade	5,69 (7,62)*	2	153,59	10,35 (10,11)*	8	214,18	11667	<0,001***
Estresse	11,7 (9,49)*	10	152,77	17,19 (10,19)*	15,14	214,67	11550,5	<0,001***
Solidão	35,31 (11,95)	32	154,22	41,51 (11,71)	41	213,81	11757,5	<0,001***
Adição à Internet	25,52 (2,58)	26	...	42,22 (10,14)	39
Uso do Facebook								
1.	2,58 (1,08)	2,69	184,80	2,76 (1,26)	2,69	195,51	16130	0,35
2.	2,64 (0,89)	3	184,93	2,74 (1,93)*	3	195,43	16149,5	0,34
3.	3,05 (1,05)	3	177,43	3,29 (1,13)	3	199,92	15076,5	0,048**
4.	1,38 (0,76)*	1	186,72	1,46 (0,98)*	1	194,36	16405,5	0,43
5.	3,01 (1,19)	3	177,46	3,23 (1,17)	3	199,90	15081	0,049**
6.	2,19 (1,08)	2	182,43	2,36 (1,14)	2	196,93	15791	0,2
Uso do WhatsApp								
1.	3,36 (1,47)	3,54	177,95	3,65 (1,41)	4	199,60	15151,5	0,054
2.	2,28 (1,04)	2	183,05	2,43 (1,13)	2	196,56	15880	0,23
3.	4,51 (0,92)	5	174,96	4,75 (0,65)	5	201,40	14723,5	0,002**
4.	1,63 (0,35)	1	181,80	1,81 (1,04)*	1	197,30	15701,5	0,14
5.	2,59 (1,29)	2,79	174,81	2,91 (1,32)	3	201,49	14702	0,02**
6.	1,23 (0,59)	1	178,64	1,41 (0,83)*	1	199,20	15249	0,051
Uso do Messenger								
1.	1,83 (0,88)	1,94	177,36	2,01 (0,95)	2	199,96	15066,5	0,045**
2.	1,24 (0,51)	2	203,35	1,18 (0,47)	1	184,41	15394,5	0,051
3.	2,59 (1,12)	2,74	176,76	2,83 (1,09)	2,74	200,32	14981	0,04**
4.	1,17 (0,53)	1	194,52	1,15 (0,46)	1	189,69	16656	0,6
5.	1,54 (0,72)	1,58	193,09	1,59 (0,88)*	1	190,55	16861	0,81
6.	1,12 (0,35)	1	190,13	1,24 (0,77)*	1	192,32	16892	0,81
Uso do Instagram								
1.	2,89 (1,4)	2,95	185,77	2,99 (1,43)	3	194,93	16269,5	0,42
2.	3,23 (1,07)	3	177,60	3,44 (1,13)	3,36	184,41	15101,5	0,051
3.	3,08 (1,16)	3	176,76	3,39 (1,24)	3,27	200,32	14418,5	0,009**
4.	1,95 (1,12)*	2	194,52	2,05 (1,14)*	2	189,69	16288,5	0,42
5.	2,7 (1,34)	2,87	193,09	2,97 (1,44)	3	190,55	15266	0,07**
6.	3,17 (1,18)	3	190,13	3,34 (1,4)	3,27	192,32	1597	0,12
Uso do Twitter								
1.	2,45 (0,97)	2,78	182,16	2,98 (5,64)*	2,78	197,09	15452,50	0,17

(conclusão)

	Não-Adictos			Adictos			U	p
	M (DP)	Mediana	Posto médio	M (DP)	Mediana	Posto médio		
2.	1,49 (0,55)	1,55	188,23	1,59 (0,75)	1,55	193,45	16621,50	0,63
3.	1,88 (0,94)*	1,88	147,77	2,2 (1,05)	2,2	217,66	10835,50	<0,001***
4.	1,51 (0,57)	1,74	192,14	1,57 (5,63)*	1,74	191,12	16997,50	0,92
5.	2,06 (0,89)	2,28	179,66	2,41 (1,27)*	2,28	198,59	15395,00	0,08
6.	1,98 (0,84)	2,19	176,84	2,31 (1,17)*	2,19	200,27	14992,00	0,032**

Nota. *Desvio padrão corresponde à metade ou mais do valor total da sua média; **p<0,05; ***p<0,001; 1. Publicar textos/opiniões, 2. Publicar fotos suas, 3. Falar ou manter contato com amigos, conhecidos ou colegas de trabalho, 4. Publicar vídeos de sua autoria, 5. Ver e/ou compartilhar publicações de outras pessoas, 6. Acompanhar a vida de famosos.

Uma vez que as médias obtidas para níveis de sintomas de depressão, ansiedade e estresse foram consideradas pouco representativa dos participantes, fez-se uma análise descritiva sobre a frequência de cada nível respectivo às variáveis de saúde mental (Tabela 3). Assim, é possível perceber que mais da metade do Grupo Não-Adictos pareceu ter nível Normal de sintomas de depressão (n=92; 64,3%), ansiedade (n=98; 68,5%) e estresse (n=98; 68,5%). Ainda que a maioria do Grupo Adictos também tenha apresentado tais níveis Normais, as porcentagens não foram relativas a mais de 50% (depressão: n=108; 45,2%. Ansiedade: n=108; 45,2%. Estresse: n=95; 39,7%).

Tabela 4
Descrição da saúde mental dos grupos quando dividida em níveis

Escala	Não-Adictos	Adictos
	n (%)	n (%)
Solidão		
Mínima	105 (73,4)	131 (54,8)
Leve	29 (20,3)	79 (33,1)
Moderada	8 (5,6)	27 (11,3)
Intensa	1 (0,7)	2 (0,8)
Depressão		
Normal	92 (64,3)	108 (45,2)
Leve	21 (14,7)	49 (20,5)
Moderado	17 (11,9)	32 (13,4)
Severo	6 (4,2)	25 (10,5)
Extremamente Severo	7 (4,9)	25 (10,5)
Ansiedade		
Normal	98 (68,5)	108 (45,2)

(conclusão)

Escala	Não-Adictos	Adictos
	n (%)	n (%)
Leve	18 (12,6)	38 (15,9)
Moderado	14 (9,8)	35 (14,6)
Severo	3 (2,1)	10 (4,2)
Extremamente Severo	10 (7)	48 (20,1)
Estresse		
Normal	98 (68,5)	95 (39,7)
Leve	18 (12,6)	55 (23)
Moderado	13 (9,1)	37 (15,5)
Severo	9 (6,3)	29 (12,1)
Extremamente Severo	5 (3,5)	23 (9,6)

Discussão

Os objetivos do presente estudo foram descrever o perfil de uso de mídias sociais *online* entre estudantes com e sem adição à internet de uma universidade privada do estado do Rio Grande do Sul, Brasil. Além disso, comparou-se as características de ambos os grupos, assim como avaliou-se as suas diferenças quanto aos níveis de solidão, depressão, ansiedade e estresse.

Nesta pesquisa, indicou-se que havia maior porcentagem de pessoas que relataram usar o Twitter entre os adictos que entre os não adictos. Porém, aponta-se para a possibilidade de tal resultado não trazer relevância ao tema de adição à internet. Isso porque em todas as redes sociais analisadas houve diferença entre adictos e não adictos quanto a um ou mais tipos de uso; divergências ocorreram até mesmo acerca das formas de utilização do WhatsApp, ainda que todos os participantes, de ambos os grupos, tenham relatado ser usuários da mídia. Ademais, a maioria, tanto entre adictos quanto entre não adictos, relatou usar Instagram, Facebook e Messenger, e ainda assim houve divergências entre os grupos quanto aos seus tipos de uso. Indica-se que tais resultados demonstrariam que utilizar uma mídia social *online*, por si só, não seria uma característica relacionada a maiores ou menores níveis de adição à internet.

Foi apontado, no presente estudo, que ambos os grupos teriam, em sua maioria, nível Mínimo de solidão e níveis Normais de sintomas de depressão, ansiedade e estresse. Isso é um fator relevante: seriam esperados maiores níveis de tais sofrimentos, uma vez que a vida acadêmica estaria associada a, por exemplo, uma alta prevalência dos sintomas em questão (Wörfel et al., 2016). Contudo, quando se comparou os grupos, percebeu-se que adictos teriam maior solidão e sintomas de depressão, ansiedade e estresse que não adictos à internet. Tais resultados corroboram com o já apontado pela literatura prévia, a partir do entendimento de que a adição em questão pode ser causada pelo uso de espaços *online*, como mídias sociais, para diminuição momentânea de sofrimento psicológico (Davis, 2001; Faghani et al., 2020; Zhang et al., 2018). Ou seja, é compreensível que adictos à internet tenham maiores níveis de solidão, por exemplo, uma vez que tal sentimento seria uma das causas do desenvolvimento de tal adição em universitários (Zhang et al., 2018). O mesmo poderia ser pensado em relação a sintomas de estresse, ansiedade e depressão; adictos demonstrariam maiores níveis destes sintomas, visto que podem ter se tornado dependentes justamente por usar a internet para aliviar momentaneamente seu desconforto (Davis, 2001). Além disso, há também evidências de que a adição à internet está associada ao aumento de tais sofrimentos psicológicos (Çikrikçi, 2019; Fereira, Relva, & Monteiro, 2018; Kitazawa et al., 2018), podendo tal relação tornar-se um ciclo vicioso: quanto mais adição, mais sofrimento e vice-versa.

As análises descritivas desta pesquisa também sugerem que há poucos tipos de usos de mídias sociais que seriam altamente realizados pelos participantes, independentemente do grupo em que se encaixam. As médias obtidas para cada forma de utilização demonstraram, em geral, valores baixos, que seriam relativos, segundo o questionário utilizado, a fazer aquele uso às vezes, raramente ou nunca. Indica-se, que, então, os tipos de uso de redes sociais *online* não seriam, intrinsecamente, o suficiente

para apreender o perfil de adictos à internet. As utilizações precisariam ser compreendidas em seu contexto.

Apenas quanto a manter contato com pessoas conhecidas, especificamente pelo WhatsApp, os valores aumentaram, tanto em adictos quanto em não adictos à internet. Em média, os participantes faziam esse uso através dessa mídia quase sempre ou sempre. Porém, em todas as redes sociais averiguadas, evidenciou-se que o Grupo Adictos, mais que o Grupo Não-Adictos, utilizá-las-ia com intuito de falar ou manter contato com amigos, conhecidos ou colegas de trabalho. Propõe-se a hipótese de que a diferença entre os grupos poderia estar no motivo do uso das mídias, e não na utilização em si. Considera-se que o contato interpessoal, propiciado pelas redes sociais *online* (Facioli & Prado, 2018; Pessoni, 2018; Verduyn et al., 2017), auxiliaria o sujeito, independentemente da sua adição à internet, a sentir-se feliz ou aliviar sensação de solidão (Pittman & Reich, 2016; Verduyn et al., 2017). O adicto, porém, teria a característica de usar espaços *online* com o objetivo de manejar sensações ruins, enquanto uma pessoa sem tal adição não teria esse intuito – uma vez que encontraria outras formas de buscar alívio ou melhora (Davis, 2001). Ademais, há a ideia de que pessoas com a adição em questão teriam preferência por se comunicar de maneira *online*, uma vez que achariam relações interpessoais presenciais fonte de grande ansiedade e, portanto, buscariam evitá-las (Lin, Ko, & Wu, 2011). Isso, somado ao presente resultado de que graduandos adictos também teriam pior saúde mental, reforça a hipótese de que aqueles com tal adição podem fazer uso de mídias sociais para alívio momentâneo de sintomas e incômodos, corroborando com o indicado em pesquisas prévias acerca do tema (Çikrikçi, 2019; Faghani et al., 2020; Zhang et al., 2018).

Frisa-se, ainda, que manter contato com terceiros seria considerado utilizar ativamente mídias sociais *online* (Verduyn et al., 2017). Outra diferença encontrada entre

os grupos foi que adictos à internet pareceram usar mais o Messenger para publicar textos e opiniões próprias, o que também seria classificado como uso ativo (Verduyn et al., 2017). Todavia, sugere-se que não seria possível identificar um padrão de uso ativo ou passivo em qualquer um dos grupos. Ou seja, os presentes resultados não indicam que universitários com adição à internet usariam mais ativamente as redes que não adictos, uma vez que houve evidências de que o Grupo Adictos faria, também, mais usos passivos que o Grupo Não-Adictos. Por exemplo, quanto ao tipo de utilização do WhatsApp e do Facebook, uma diferença encontrada entre os grupos foi que universitários com adição à internet parecem usar tais mídias com mais intuito de ver ou compartilhar publicações de terceiros. Bem como, em relação ao uso do Twitter, o Grupo Adictos indicou acompanhar a vida de famosos em maior escala que o Grupo Não-Adictos. Tais tipos de utilização podem ser compreendidos como passivos, porque envolvem o sujeito colocar-se no papel de observador, e não de participante ativo da mídia social (Matook et al., 2015; Verduyn et al., 2017).

De fato, os presentes resultados apontaram para diferentes tipos de uso das mídias sociais averiguadas; enquanto universitários adictos à internet fazem maior uso ativo de algumas redes (Instagram e Messenger), utilizam ativa e passivamente outras (Facebook, WhatsApp e Twitter). Logo, é possível que haja diferenças nos tipos de uso de redes sociais *online* dependendo do contexto e da funcionalidade de cada mídia, e não apenas da presença ou não de adição à internet. Essa hipótese corrobora com a literatura prévia, que aponta que o motivo e a circunstância em que as mídias sociais *online* são utilizadas influencia em suas consequências e associações (Sternberg et al., 2020; Verduyn et al., 2017). Por exemplo, usar o Facebook no tempo livre não traria prejuízos ao universitário, ao passo em que geraria ansiedade se fosse feito como forma de procrastinação de estudos acadêmicos (Sternberg et al., 2020).

Conclui-se que, neste estudo, as diferenças que parecem ter sido encontradas nos perfis de universitários com e sem adição à internet são: os adictos tendem a ter maior sofrimento psicológico e usam mais as redes sociais para manter contato com pessoas conhecidas. Pesquisas futuras deverão se atentar para as relações interpessoais que ocorrem *online*, pois a preferência por elas, em vez de pela interação presencial com terceiros, pode intervir ou ser influenciada pelo déficit em habilidades sociais e por ansiedade social (Lin et al., 2011).

Além disso, aponta-se, na presente pesquisa, que talvez o uso de mídias sociais *online*, por si só, não seja tão relevante para a descrição e diferenciação do perfil de universitários adictos e não-adictos à internet. Porém, o objetivo da utilização, bem como seu contexto, ofereceria informações mais relevantes para o tema – uma vez que se teria a ideia de que aqueles com a adição em questão utilizariam as redes sociais com o intuito de diminuir incômodos e sofrimentos prévios, independentemente da forma específica com que fazem tal uso. Dessa forma, propõe-se que, para compreender o uso de mídias sociais *online* por aqueles com adição à internet, é preciso considerar o que leva o sujeito a fazer a utilização.

É possível, também, que os perfis de uso de mídias sociais *online* por adictos à internet tenham que ser averiguados de maneira mais aprofundada, com cada rede social e os contextos de suas utilizações sendo investigados com afinco. Torna-se uma limitação do presente estudo ter deixado de averiguar as situações em que os universitários utilizariam tais mídias.

Cabe apontar que, na presente pesquisa, a maioria dos participantes do Grupo Adictos tinha apenas adição à internet de nível Leve, sendo isso outra limitação do estudo. Seria preferível que houvesse mais pessoas com níveis Moderado e Grave participando da amostra, para que tais níveis fossem melhor representados. Talvez, se isso fosse

contemplado, os resultados obtidos seriam mais claros e haveria maior facilidade em reconhecer os perfis de uso de mídias sociais *online* por universitários com e sem adição à internet, auxiliando na compreensão de suas diferenças. Além disso, este estudo debruçou-se apenas sobre os perfis de estudantes de uma universidade privada; demais pesquisas sobre o tema deverão considerar, também, alunos de instituições públicas, para contemplar as possíveis distinções entre essas populações.

Conclusão

Na presente pesquisa, sugere-se que universitários adictos à internet teriam maiores sintomas de depressão, ansiedade e estresse, bem como maiores níveis de solidão que aqueles sem tal adição. Além disso, graduandos adictos parecem ter mais preferência por manter contato com amigos, conhecidos e colegas de trabalho a partir das redes sociais *online* quando comparados a não adictos. Por outro lado, utilizar ou não alguma mídia social *online* em específico não parece ter relação com maiores ou menores níveis de adição à internet.

Propõe-se a hipótese de que universitários adictos à internet fazem uso de mídias sociais *online* (tanto de forma passiva quanto ativa) como maneira de aliviar momentaneamente sofrimentos psicológicos ou fugir de situações incômodas, como já foi indicado na literatura prévia acerca do assunto. Indica-se, portanto, que o motivo pelo qual as redes sociais são utilizadas seria mais importante para compreender o perfil de adictos à internet do que, por si só, a forma de as usar. Ou seja, ainda que universitários com a adição em questão possam fazer alguns tipos de uso de mídias sociais em maior escala que graduandos sem tal adição, seria necessário considerar o contexto e intuito dessa utilização. Talvez, se graduandos fossem mais preparados para lidar com circunstâncias adversas, considerando as consequências a longo prazo em vez de apenas

buscando alívio imediato, não dependeriam de redes sociais *online* para tratar de seus sofrimentos e seria, portanto, mais difícil desenvolver a adição. Pesquisas futuras deverão se debruçar sobre esse assunto, uma vez que intervenções baseadas em manejo de desconfortos psicológicos (como sintomas de depressão, ansiedade e estresse) poderiam, teoricamente, prevenir ou tratar a adição à internet.

Referências

- Conselho Nacional de Saúde [CNS]. (2016). *Resolução nº 510, de 07 de abril de 2016*. Diário Oficial da República Federativa do Brasil. Retrieved from <http://conselho.saude.gov.br/resolucoes/2016/Reso510.pdf>
- Lovibond, P. F., & Lovibond, S. H. (1995). The structure of negative emotional states: comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour Research and Therapy*, 33(3), 335–343. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(94\)00075-U](https://doi.org/10.1016/0005-7967(94)00075-U)
- Barker, E. T., Howard, A. L., Villemare-Krajden, R., & Galambos, N. L. (2018). The Rise and Fall of Depressive Symptoms and Academic Stress in Two Samples of University Students. *Journal of Youth and Adolescence*, 47(6), 1252–1266. <https://doi.org/10.1007/s10964-018-0822-9>
- Barroso, S. M., de Andrade, V. S., & de Oliveira, N. R. (2016). Escala Brasileira de Solidão: Análises de resposta ao item e definição dos pontos de corte. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 65(1), 76–81. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000106>
- Barroso, S. M., de Andrade, V. S., Midgett, A. H., & de Carvalho, R. G. N. (2016). Evidências de validade da escala Brasileira de Solidão UCLA. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 65(1), 68–75. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000105>

- Beck, J. (2013). *Terapia Cognitivo-Comportamental: Teoria e Prática*. Porto Alegre: Artmed.
- Becker, M. C., Boff, R. de M., & Freitag, A. L. (2019). Relação entre dependência de internet e traços de personalidades em estudantes universitários. *Saúde e Pesquisa*, *12*(3), 503–511. <https://doi.org/10.17765/2176-9206.2019v12n3p503-511>
- Carbonell, X., Chamarro, A., Oberst, U., Rodrigo, B., & Prades, M. (2018). Problematic use of the internet and smartphones in university students: 2006–2017. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *15*(3). <https://doi.org/10.3390/ijerph15030475>
- Carter, M., & Grover, V. (2015). Theory and review Me, Myself, and I (T): conceptualizing information technology and its implications. *MIS Quarterly*, *39*(4), 931–957. <https://doi.org/https://doi.org/10.25300/MISQ/2015/39.4.9>
- Chen, A., Lu, Y., Chau, P. Y. K., & Gupta, S. (2014). Classifying, Measuring, and Predicting Users' Overall Active Behavior on Social Networking Sites. *Journal of Management Information Systems*, *31*(3), 213–253. <https://doi.org/10.1080/07421222.2014.995557>
- Çikrikçi, Ö. (2019). An exploration of the associations among positivity, general distress and internet addiction: The mediating effect of general distress. *Psychiatry Research*, *272*, 628–637. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.12.147>
- Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Computers in Human Behavior*, *17*(2), 187–195. [https://doi.org/10.1016/S0747-5632\(00\)00041-8](https://doi.org/10.1016/S0747-5632(00)00041-8)
- Conti, M. A., Jardim, A. P., Hearst, N., Cordás, T. A., Tavares, H., Nabuco, C., & Abreu, D. (2012). Evaluation of semantic equivalence and internal consistency of a

- Portuguese version of the Internet Addiction Test (IAT). *Revista de Psiquiatria Clínica*, 39(3), 106–110. <https://doi.org/10.1590/S0101-60832012000300007>
- Ediz, B., Ozcakil, A., & Bilgel, N. (2017). Depression and anxiety among medical students: Examining scores of the beck depression and anxiety inventory and the depression anxiety and stress scale with student characteristics. *Cogent Psychology*, 4(1), 1–12. <https://doi.org/10.1080/23311908.2017.1283829>
- Fachini, M. P., Mesquita, N. P., Oliveira, R. P., & França, P. G. (2017). Internet das Coisas: Uma Breve Revisão Bibliográfica. *Conexões - Ciência e Tecnologia*, 11(6), 85. <https://doi.org/10.21439/conexoes.v11i6.1007>
- Facioli, L. R., & Prado, J. (2018). Usando bem, que problema tem? Pânicos morais, mídias digitais e juventude no Brasil. *Interfaces Da Educação*, 9(25), 158–183. <https://doi.org/10.26514/inter.v9i25.2240>
- Faghani, N., Akbari, M., Hasani, J., & Marino, C. (2020). An emotional and cognitive model of problematic Internet use among college students: The full mediating role of cognitive factors. *Addictive Behaviors*, 105(July 2019), 106252. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2019.106252>
- Ferreira, L., Relva, I., & Monteiro, O. (2018). Adição à Internet: Relação com a sintomatologia psicopatológica. *Psychtech & Health Journal*, 1(2), 24–37. <https://doi.org/10.26580/PTHJ.art7.2018>
- Fernandez-Villa, T., Alguacil Ojeda, J., Almaraz Gomez, A., Cancela Carral, J. M., Delgado-Rodriguez, M., Garcia-Martin, M., ... Martin, V. (2015). Problematic Internet Use in University Students: associated factors and differences of gender. *Adicciones*, 27(4), 265–275. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Field, A. (2009). *Descobrimo a estatística usando o SPSS*. (2a ed.). Porto Alegre: Artmed.

- Hou, J., Jiang, Y., Chen, S., Hou, Y., Wu, J., & Fan, N. (2019). Cognitive mechanism of intimate interpersonal relationships and loneliness in internet-addicts: An ERP study. *Addictive Behaviors Reports, 10*. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2019.100209>
- Kitazawa, M., Yoshimura, M., Murata, M., Sato-Fujimoto, Y., Hitokoto, H., Mimura, M., ... Kishimoto, T. (2018). Associations between problematic Internet use and psychiatric symptoms among university students in Japan. *Psychiatry and Clinical Neurosciences, 72*(7), 531–539. <https://doi.org/10.1111/pcn.12662>
- Kuang-Tsan, C., & Fu-Yuan, H. (2017). Study on Relationship Among University Students' Life Stress, Smart Mobile Phone Addiction, and Life Satisfaction. *Journal of Adult Development, 24*(2), 109–118. <https://doi.org/10.1007/s10804-016-9250-9>
- Lima, A. C. A., Leiva, J. de C., & Lemes, S. de S. (2017). Viver em Rede: Uma análise sobre as implicações do uso das mídias sociais por estudantes universitários. *Revista on Line de Política e Gestão Educacional, 21*(1), 896–912.
- Lin, M., Ko, H.-C., & Wu, J. Y.-W. (2011). Prevalence and Psychosocial Risk Factors Associated with Internet Addiction in a Nationally Representative Sample of College Students in Taiwan. *CyberPsychology, Behavior, and Social Networking, 14*(12). <https://doi.org/10.1089/cyber.2010.0574>
- Matook, S., Cummings, J., & Bala, H. (2015). Are You Feeling Lonely? The Impact of Relationship Characteristics and Online Social Network Features on Loneliness. *Journal of Management Information Systems, 31*(4), 278–310. <https://doi.org/10.1080/07421222.2014.1001282>
- Niero, R. G. V., Daros, G. C., Feldens, V. P., & Sakae, T. M. (2019). Associação entre dependência de internet e sintomas depressivos em estudantes de medicina de cidade do sul do Brasil. *Arquivos Catarinenses de Medicina, 48*(3), 27–36.

- Pan, Z., Lu, Y., Wang, B., & Chau, P. Y. K. (2017). Who Do You Think You Are? Common and Differential Effects of Social Self-Identity on Social Media Usage. *Journal of Management Information Systems*, 34(1), 71–101. <https://doi.org/10.1080/07421222.2017.1296747>
- Peltzer, K., & Pengpid, S. (2017). Loneliness: Its correlates and associations with health risk behaviours among university students in 25 countries. *Journal of Psychology in Africa*, 27(3), 247–255. <https://doi.org/10.1080/14330237.2017.1321851>
- Pessoni, A. (2018). Narrativas da dor: o Facebook como espaço de discussão de saúde e doença. *Rizoma*, 6(1), 181–197. <https://doi.org/10.17058/RZM.V6I1.11385>
- Pittman, M., & Reich, B. (2016). Social media and loneliness: Why an Instagram picture may be worth more than a thousand Twitter words. *Computers in Human Behavior*, 62, 155–167. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.03.084>
- Posselt, J. R., & Lipson, S. K. (2016). Competition, Anxiety, and Depression in the College Classroom: Variations by Student Identity and Field of Study. *Journal of College Student Development*, 57(8), 973–989. <https://doi.org/10.1353/csd.2016.0094>
- Russell, D., Peplau, L. A., & Cutrona, C. E. (1980). The Revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and Discriminant Validity Evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39(3), 472–480. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.39.3.472>
- Sampieri, R. H., Collado, C. F., & Lucio, M. del P. B. (2013). *Metodologia de Pesquisa* (3a edição). Porto Alegre: Penso.
- Souza, D. C. de. (2017). *Condições emocionais de estudantes universitários: estresse, depressão, ansiedade, solidão e suporte social* (Dissertação de Mestrado). Universidade Federal do Triângulo Mineiro, Uberaba.

- Sternberg, N., Luria, R., Chandhok, S., Vickers, B., Kross, E., & Sheppes, G. (2020). When facebook and finals collide - procrastinatory social media usage predicts enhanced anxiety. *Computers in Human Behavior, 109*(July 2019), 106358. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106358>
- Verduyn, P., Jonides, J., & Kross, E. (2017). Do Social Network Sites Enhance or Undermine Subjective Well-Being? *A Critical Review, 11*(1), 274–302. <https://doi.org/10.1111/sipr.12033>
- Vignola, R. C. B., & Tucci, A. M. (2014). Adaptation and validation of the depression, anxiety and stress scale (DASS) to Brazilian Portuguese. *Journal of Affective Disorders, 155*(1), 104–109. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2013.10.031>
- Wörfel, F., Gusy, B., Lohmann, K., Töpitz, K., & Kleiber, D. (2016). Mental health problems among university students and the impact of structural conditions. *Journal of Public Health, 24*(2), 125–133. <https://doi.org/10.1007/s10389-015-0703-6>
- Young, K. S. (1998). Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder. *Cyber Psychology & Behavior, 1*(3), 237–244. <https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237>
- Young, K. S. (2011). *Dependência de internet: manual e guia de avaliação e tratamento*. Porto Alegre: Artmed.
- Zhang, S., Tian, Y., Sui, Y., Zhang, D., Shi, J., Wang, P., & Meng, W. (2018). Relationships Between Social Support, Loneliness, and Internet Addiction in Chinese Postsecondary Students: *A Longitudinal Cross-Lagged Analysis, 9*(September), 1–13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01707>

Considerações Finais da Dissertação

Compreender como se dá a adição à internet entre universitários brasileiros é de suma importância para que se possa desenvolver intervenções de tratamento e prevenção. Assim, no primeiro artigo, objetivou-se avaliar a relação causal entre solidão e a adição em questão, considerando a influência que sintomas de depressão, ansiedade e estresse teriam sobre tal relação. Os resultados desse estudo corroboraram com o já indicado pela literatura internacional prévia (Zhang et al., 2018): solidão tem poder preditivo sobre adição à internet. Porém, indica-se que essa relação causal só pode ser averiguada e compreendida se for levado em consideração o contexto em que ela ocorre. No caso da presente dissertação, analisou-se uma população graduanda de uma universidade privada, então foi preciso considerar os sintomas de depressão, ansiedade e estresse, tão prevalentes nesse público. Assim, os resultados também apontaram que tanto solidão quanto adição à internet mantêm correlações positivas com tais sintomas; isso é relevante, pois contribui para a ideia de que há um ciclo vicioso entre a adição em questão e pior saúde mental. Ainda que usar a internet possa aliviar momentaneamente sofrimentos psicológicos, como já indicado por pesquisas anteriores, tal uso pode levar à adição. A adição, por sua vez, a longo prazo, piora saúde mental - aumentando, como visto nas correlações apontadas pelo modelo de equação estrutural do primeiro artigo desta dissertação, sintomas de depressão, ansiedade e estresse, os quais, por sua vez, também mantêm associações positivas com solidão. Então, o aumento de uma das variáveis do modelo pode corresponder ao aumento de todas as outras, ainda que a única relação causal seja entre solidão e adição à internet.

Por outro lado, é possível pensar que a adição à internet influenciaria ou seria influenciada, de alguma forma, pelo uso de mídias sociais *online*. Assim, no segundo

artigo desta dissertação, os participantes foram divididos entre adictos e não adictos à internet, para que sua saúde mental, uso de redes sociais *online* e características sociodemográficas fossem descritas e comparadas. A partir da comparação de grupos, percebeu-se, em concordância com a literatura prévia, que adictos à internet teriam maior solidão e maiores sintomas de depressão, ansiedade e estresse. Isso vai ao encontro dos resultados do primeiro artigo apresentado.

Porém, não foi possível averiguar um padrão de formas de uso de mídias sociais *online*. Ou seja, apesar de adictos, mais do que não adictos, usarem todas as redes sociais averiguadas para contatar terceiros, não foram evidenciadas outras características amplas como esta. Houve, inclusive, diferenças entre as mídias; por exemplo, enquanto no WhatsApp e no Facebook os adictos pareceram compartilhar mais as publicações alheias que os não adictos, a mesma distinção entre os grupos não foi encontrada em outras redes sociais. Dessa forma, propôs-se que o tipo de uso, em si, não seria de muita relevância para a compreensão dos perfis de universitários com e sem a adição em questão. Pelo contrário, a importância estaria no intuito do uso: talvez a diferença entre os grupos seja que os adictos usam as mídias sociais *online* com o objetivo de aliviar momentaneamente sensações desagradáveis, como diminuir sua solidão. Por outro lado, graduandos sem adição à internet utilizariam as redes sociais por outros motivos, não dependendo delas (ou da internet de forma geral) para manejar ou lidar com sofrimentos psicológicos.

Portanto, indica-se que esta dissertação obteve resultados que corroboraram com o já descrito na literatura internacional: sofrimento psicológico prévio não apenas pode auxiliar no desenvolvimento da adição em questão, como também pode ser piorado por ela (Çikrikçi, 2019; Faghani, Akbari, Hasani, & Marino, 2020). Assim, universitários adictos à internet utilizariam as redes sociais com o intuito de aliviar-se rapidamente de sensações desagradáveis; porém, isso, a longo prazo, piora sua saúde mental e constitui

em um ciclo vicioso, em que a adição em questão aumentaria sintomas de depressão e vice-versa, por exemplo. Pode não haver formas específicas que caracterizariam o uso de mídias sociais *online* por graduandos adictos à internet, mas considera-se que estes tenham um motivo em comum para utilizar as redes: manejo momentâneo de sintomas. Além disso, pesquisas futuras deverão considerar que a adição à internet e suas relações com saúde mental podem variar de acordo com o seu contexto. A presente dissertação indica que, em estudantes de uma universidade privada do sul do Brasil, adictos à internet tendem a ter maior sofrimento psicológico e que parte deste pode, justamente, ter auxiliado a causar tal adição. Porém, para que isso possa ser afirmado em outras situações - como com universitários de outras regiões do país - é preciso que o assunto seja pesquisado dentro de cada circunstância.

Aponta-se que, por fim, como limitação desta dissertação está a falha em incluir participantes de universidades públicas do Rio Grande do Sul. É compreendido que graduandos de instituições privadas têm características e estão inseridos em contextos distintos daqueles de instituições públicas. Por exemplo, é possível que, de acordo com a universidade em que se está estudando, haja variações no contexto socioeconômico e familiar, bem como na relação estabelecida com a vida acadêmica. Assim, poderiam existir associações diferentes com e entre adição à internet, solidão e uso de mídias sociais *online*. Então, os presentes resultados não poderão ser generalizados para estudantes que não sejam de universidades privadas.

Nota de Imprensa

Na minha dissertação, eu e o grupo de pesquisa ICCep, do qual participo, avaliamos a saúde mental de universitários de uma instituição privada. Então, por um ano e meio, sorteamos turmas de disciplinas que estavam acontecendo na universidade e fomos aos alunos dessas turmas para convidá-los a responder questionários sobre a sua vida. No meu caso, eu queria saber quanta solidão eles sentiam, assim como eu estava interessada nos seus níveis de depressão, ansiedade e estresse (e também queria saber como eles usavam as mídias sociais e se tinham ou não adição à internet). Era bastante coisa!

Por que eu queria saber tudo isso? Para que eu pudesse, a partir de análises estatísticas, ver se: 1. Solidão causa adição à internet; e 2. A forma como os universitários usam as mídias sociais tem a ver com eles terem ou não adição à internet. Assim, depois que 382 estudantes responderam aos questionários, eu fiz os dois artigos da minha dissertação.

No primeiro, eu descobri que: sim! Solidão pode ser uma das causas para adição à internet. Porém, contudo, todavia, entretanto... a gente só pode dizer isso se considerarmos que tanto solidão quanto adição à internet estão relacionadas a depressão, ansiedade e estresse. O que isso quer dizer? Basicamente, isso significa que a solidão e a adição à internet não estão isoladas no mundo; não tem como só pegar essas duas características e entendê-las, porque elas não estão no vácuo nem vivem no seu próprio planeta. Pelo contrário, elas interagem com várias outras coisas – como, no meu caso, com depressão, ansiedade e estresse! Afinal, a ciência entende que o universitário tem muita depressão, muita ansiedade e muito estresse! Assim, eu não consigo só estudar sobre a solidão e a adição deles; eu tenho que considerar que há outras coisas aí no meio.

Eu vi, nesse meu primeiro artigo, que quanto mais solidão a pessoa tinha, mais ela também teria depressão (e mais ansiedade, e mais estresse). Também vi que, quanto mais adição à internet, *também haveria mais depressão (e ansiedade e estresse!)*. Atenção: isso não quer dizer que solidão ou adição *causam* ansiedade, ou estresse, ou depressão. Só quer dizer que, se um aumentar, o outro aumenta. Então se ansiedade, estresse, ou depressão aumentar, solidão e adição à internet aumentam também (no que chamamos de *correlação positiva*).

No fim, isso se resume a: cada vez que aumenta 100% de solidão, isso causa um aumento de 39% em adição à internet; porém, quando solidão aumenta, depressão-ansiedade-estresse também aumentam; e quanto esses aumentam, adição à internet também aumenta. Contudo, quando adição à internet aumenta, depressão-ansiedade-estresse também aumentam (por causa da correlação positiva que eu falei). Todavia, se depressão-ansiedade-estresse aumentam, solidão também aumenta (por causa da correlação positiva de novo). Entretanto, se solidão aumenta, isso *causa* aumento em adição à internet! Ficou confuso, né? Isso é porque vira quase um ciclo: se uma coisa aumenta, tudo aumenta também. Se piora alguma parte da saúde mental do universitário, pode apostar que todo o resto tende a piorar junto. Isso é muito perigoso!

Mas, por que isso acontece? Eu acho que esse ciclo de pior saúde mental acontece quando o universitário usa a internet para aliviar sofrimento. Ele está lá, se sentindo sozinho, ou deprimido, e usa a internet – como as mídias sociais, ou o Netflix, ou qualquer coisa *online* – para diminuir essas sensações ruins. Isso não é duradouro, depois as coisas ruins voltam (e pioram), mas como no momento em que a pessoa está *online* ela se sente melhor, ela pode se viciar em usar a internet para se aliviar, para deixar de se sentir mal. Daí surge a adição à internet. Só que, como a gente viu, a adição à internet piora saúde mental. Com essa piora, a pessoa se sente (pasmem!) pior, e ela busca alívio na internet

– aumentando a adição. E o aumento da adição faz o que? Aumenta depressão-ansiedade-estresse, que aumentam solidão, que causam aumento em adição à internet... e assim vai!

No meu segundo artigo, por outro lado, eu separei os universitários em dois grupos: adictos e não adictos à internet. Daí, comparei as formas com que as pessoas usavam as mídias sociais *online*, bem como comparei a saúde mental dos grupos. Eu encontrei, então, que os adictos têm mais depressão, ansiedade, estresse e solidão que os não adictos – ou seja, tem pior saúde mental, como a gente já tinha pensado no meu primeiro artigo! Entretanto, fora isso, não houve muito mais diferenças. Apesar de os adictos fazerem mais uso das mídias sociais para falar com pessoas conhecidas do que os não adictos, isso não significava que os universitários sem adição à internet não usavam as mídias para isso também. Pelo contrário, esses estudantes sem adição também faziam muito uso das redes sociais, só não tanto quanto os adictos. Assim, não teve como eu dizer que há um perfil claro; não consegui descobrir se a forma como os universitários usam as mídias sociais tem realmente a ver com a sua adição à internet.

Porém, eu pensei em outra coisa: talvez o que diferencie as pessoas com e sem essa adição não seja a maneira como utilizam as redes sociais, mas sim o motivo! Afinal, pode ser que tanto os adictos quanto os não adictos usem muito o Instagram para postar fotos suas, mas a divergência seria que os adictos fazem isso para sentirem-se melhor, para aliviar sofrimento. Por outro lado, os não adictos fariam esse uso para se divertir, matar tempo, ou qualquer outra coisa; não dependeriam das redes sociais *online* (ou da internet em geral) para se sentirem bem ou para diminuir sua solidão.

Dessa forma, o perigo está no uso da internet para lidar com sensações ruins. Se, quando o universitário se sente triste, ansioso, sozinho e/ou estressado, ele fica *online* para se distrair disso (para se sentir melhor, para esquecer dos problemas, etc.), ele pode ficar dependente desse uso da internet. Assim, desenvolve uma adição, o que piora sua

saúde mental em geral. Mesmo que a pessoa use muito a internet, se essa não for sua única forma de aliviar sofrimento, se as mídias sociais forem apenas diversão, distração ou forma de estudo, por exemplo, estaria tudo bem.

Todavia, lembrem-se que os meus estudos foram feitos com estudantes de uma universidade privada do Sul do Brasil! Se fôssemos pensar em quaisquer outras pessoas (como alunos de uma instituição pública, adultos que não estudam, universitários estrangeiros, crianças e adolescentes) os resultados e as explicações poderiam ser diferentes. Assim, temos que tomar cuidado para não generalizar o que eu encontrei! No futuro, espero que outras pesquisas também consigam falar dessas outras pessoas, para entendermos cada vez mais sobre o assunto.

Referências da Dissertação

- Apóstolo, J. L. A., Mendes, A. C., & Azeredo, Z. A. (2006). Adaptação Para a Língua Portuguesa Da Depression , Anxiety Adaptation To Portuguese of the Depression , Anxiety. *Revista Latino Americana de Enfermagem*, 14(6).
<https://doi.org/10.1590/S0104-11692006000600006>
- Beck, J. S. (2013). *Terapia Cognitivo-Comportamental: Teoria e Prática (2o)*. Porto Alegre: Artmed.
- Becker, M. C., Boff, R. de M., & Freitag, A. L. (2019). Relação entre dependência de internet e traços de personalidades em estudantes universitários. *Saúde e Pesquisa*, 12(3), 503–511. <https://doi.org/10.17765/2176-9206.2019v12n3p503-511>
- Brügger, N. (2012). When the present web is later the past: Web historiography, digital history, and internet studies. *Historical Social Research*, 37(4), 102–117.
<https://doi.org/10.2307/41756477>
- Carbonell, X., Chamarro, A., Oberst, U., Rodrigo, B., & Prades, M. (2018). Problematic use of the internet and smartphones in university students: 2006–2017. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(3).
<https://doi.org/10.3390/ijerph15030475>
- Carter, M., & Grover, V. (2015). Theory and review Me, Myself, and I (T): conceptualizing information technology and its implications. *MIS Quarterly*, 39(4), 931–957. <https://doi.org/https://doi.org/10.25300/MISQ/2015/39.4.9>
- Chalovich, J. M., & Eisenberg, E. (2013). Loneliness Matters: A Theoretical and Empirical Review of Consequences and Mechanisms. *Magn Reson Imaging*, 31(3), 477–479. <https://doi.org/10.1016/j.immuni.2010.12.017>.Two-stage

- Chen, A., Lu, Y., Chau, P. Y. K., & Gupta, S. (2014). Classifying, Measuring, and Predicting Users' Overall Active Behavior on Social Networking Sites. *Journal of Management Information Systems*, 31(3), 213–253.
<https://doi.org/10.1080/07421222.2014.995557>
- Çikrikçi, Ö. (2019). An exploration of the associations among positivity, general distress and internet addiction: The mediating effect of general distress. *Psychiatry Research*, 272, 628–637. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.12.147>
- Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Computers in Human Behavior*, 17(2), 187–195. [https://doi.org/10.1016/S0747-5632\(00\)00041-8](https://doi.org/10.1016/S0747-5632(00)00041-8)
- Eijnden, V. Den. (2014). Depression , loneliness and Internet addiction : How important is low. *Computers in Human Behavior*, 34, 284–290.
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.02.009>
- Faghani, N., Akbari, M., Hasani, J., & Marino, C. (2020). An emotional and cognitive model of problematic Internet use among college students: The full mediating role of cognitive factors. *Addictive Behaviors*, 105(July 2019), 106252.
<https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2019.106252>
- Fernandez-Villa, T., Alguacil Ojeda, J., Almaraz Gomez, A., Cancela Carral, J. M., Delgado-Rodriguez, M., Garcia-Martin, M., ... Martin, V. (2015). Problematic Internet Use in University Students: associated factors and differences of gender. *Adicciones*, 27(4), 265–275. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Kirsch, I., Lynn, S. J., Vigorito, M., & Miller, R. R. (2004). The Role of Cognition in Classical and Operant Conditioning, 60(4), 369–392.
<https://doi.org/10.1002/jclp.10251>

- Lima, A. C. A., Leiva, J. de C., & Lemes, S. de S. (2017). Viver em Rede: Uma análise sobre as implicações do uso das mídias sociais por estudantes universitários. *Revista on Line de Política e Gestão Educacional*, 21(1), 896–912.
- Marin, C. E., Feldens, V. P., & Sakae, T. M. (2016). Dependência de Internet, qualidade do sono e sonolência em estudantes de Medicina de Universidade do Sul do Brasil. *Rev. AMRIGS*, 60(3), 191–197.
- Murat, M. (2019). The Investigation of Predictive Relationships between Loneliness, Internet Addiction, and Mindfulness through the Structural Equation Model. *Universal Journal of Educational Research*, 7(8), 1635–1642.
<https://doi.org/10.13189/ujer.2019.070802>
- Niero, R. G. V., Daros, G. C., Feldens, V. P., & Sakae, T. M. (2019). Associação entre dependência de internet e sintomas depressivos em estudantes de medicina de cidade do sul do Brasil. *Arquivos Catarinenses de Medicina*, 48(3), 27–36.
- Peltzer, K., & Pengpid, S. (2017). Loneliness: Its correlates and associations with health risk behaviours among university students in 25 countries. *Journal of Psychology in Africa*, 27(3), 247–255. <https://doi.org/10.1080/14330237.2017.1321851>
- Pontes, H. M., Griffiths, M. D., & Patrão, I. M. (2014). Internet Addiction and Loneliness Among Children and Adolescents in the Education Setting: An Empirical Pilot Study. *Revista de Psicologia, Ciències de l'Educació i de l'Esport*, 32(1), 91–98.
- Sampieri, R. H., Collado, C. F., & Lucio, M. del P. B. (2013). *Metodologia de Pesquisa* (3a ed.). Porto Alegre: Penso.
- Staddon, J. E. R., & Cerutti, D. T. (2003). Operant Conditioning. *Annual Review of Psychology*, 54, 115-144. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.54.101601.145124>

- Suzuki, F. T. I., Matias, M. V., Silva, M. T. A., & Oliveira, M. P. M. T. de. (2009). O uso de videogames, jogos de computador e internet por uma amostra de universitários da Universidade de São Paulo TT - The use of video, computer and internet games by a sample of college students from the University of São Paulo. *J Bras Psiquiatr*, 58(3), 162–168. Retrieved from http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0047-20852009000300004
- Vignola, R. C. B., & Tucci, A. M. (2014). Adaptation and validation of the depression, anxiety and stress scale (DASS) to Brazilian Portuguese. *Journal of Affective Disorders*, 155(1), 104–109. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2013.10.031>
- Wörfel, F., Gusy, B., Lohmann, K., Töpitz, K., & Kleiber, D. (2016). Mental health problems among university students and the impact of structural conditions. *Journal of Public Health*, 24(2), 125–133. <https://doi.org/10.1007/s10389-015-0703-6>
- Young, K. S. (1998). Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder. *Cyber Psychology & Behavior*, 1(3), 237–244. <https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237>
- Zhang, S., Tian, Y., Sui, Y., Zhang, D., Shi, J., Wang, P., & Meng, W. (2018). Relationships Between Social Support, Loneliness, and Internet Addiction in Chinese Postsecondary Students: *A Longitudinal Cross-Lagged Analysis*, 9(September), 1–13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01707>
- Zhong, B., Chen, S., Tu, X., & Conwell, Y. (2017). Loneliness and Cognitive Function in Older Adults : Findings From the Chinese Longitudinal Healthy Longevity Survey. *Journals of Gerontology: Social Sciences*, 72(1), 120–128. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbw037>

Apêndice A – Questionário de dados sociodemográficos e do uso de mídias sociais

Leia atentamente todas as afirmativas e não esqueça de responder nenhuma alternativa.						1								
QUESTIONÁRIO DE DADOS SOCIODEMOGRÁFICOS E DE USO DE MÍDIAS SOCIAIS														
Data de Entrevista / /		Sexo () Masculino () Feminino		Idade		Nº protocolo								
Estado Civil () Solteiro () Casado () Viúvo(a) () Divorciado () Separado				Cidade/Estado										
Campus () Unisinos Leopoldo () Unisinos Porto Alegre		Turno () Manhã () Tarde () Noite		Curso										
Semestre				Previsão de formatura										
Toma medicação psiquiátrica? () Sim () Não		Faz psicoterapia? () Sim () Não		Tem algum diagnóstico psiquiátrico ou psicológico?										
CRITÉRIO DE CLASSIFICAÇÃO ECONÔMICA BRASILEIRA														
	Quantidade				Pessoa de referência/chefe de família:									
	0	1	2	3	4	Escolaridade da pessoa de referência								
Banheiro	0	3	7	10	14	Analfabeto / Fundamental I incompleto								
Empregados domésticos	0	3	7	10	13	Fundamental I completo / Fundamental II incompleto								
Automóveis	0	3	5	8	11	Fundamental II completo / Médio incompleto								
Microcomputador	0	3	6	8	11	Médio completo / Superior incompleto								
Lava louça	0	3	6	6	6	Superior completo								
Geladeira	0	2	3	5	5	Acesso a serviços públicos								
Freezer	0	2	4	6	6	Com quem mora								
Lava roupa	0	2	4	6	6	() Sozinho () + uma pessoa								
DVD	0	1	3	4	6	() + duas pessoas () + três pessoas								
Micro-ondas	0	2	4	4	4	() + quatro pessoas () + de 5 pessoas								
Motocicleta	0	1	3	3	3	Quem são as pessoas com quem você mora?								
Secadora roupa	0	2	2	2	2									
TRABALHO														
Trabalha atualmente? () Sim () Não		Trabalho remunerado? () Sim () Não		Quantas horas por dia: ___h ___min		Em que turno(s) você trabalha? () Manhã () Tarde () Noite								
Tipo de trabalho () Jovem Aprendiz () Estágio () Com carteira assinada () Autônomo () Informal () Outros, qual?														
ESPORTE / LAZER														
Praticar esportes? () Sim () Não		Quais?		Frequência		() 1x na semana () 2x na semana								
Atividades de lazer? () Sim () Não		Quais?				() 3x na semana () 4x na semana								
						() 5x na semana ou mais								
						() 1x na semana () 2x na semana								
						() 3x na semana () 4x na semana								
						() 5x na semana ou mais								
SONO														
Em média, quantas horas você costuma dormir durante a semana? () menos de 5 horas () de 5 a 6 horas () de 6 a 7 horas () de 7 a 8 horas () mais de 8 horas		Em média, quantas horas você costuma dormir durante o final de semana? () menos de 5 horas () de 5 a 6 horas () de 6 a 7 horas () de 7 a 8 horas () mais de 8 horas		Você costuma checar as mídias sociais antes de dormir? () Sim, por mais de 2h () Sim, por 1-2h () Sim, por 30-60min () Sim, por 30min ou menos () Não										
Em geral, como é o seu sono? Na minha opinião... () Eu durmo profundamente, mas por poucas horas () Meu sono é leve e eu durmo por poucas horas () Eu durmo por tempo o suficiente ou por bastante tempo, e meu sono é leve () Eu durmo por tempo suficiente ou por bastante tempo, e meu sono é profundo				Você costuma checar as mídias sociais ao acordar? () Sim, por mais de 2h () Sim, por 1-2h () Sim, por 30-60min () Sim, por 30min ou menos () Não										
MÍDIAS SOCIAIS														
Para cada mídia social que você costuma usar, indique qual a finalidade de utilização:		Facebook	WhatsApp	Pinterest	Twitch	Messenger	Instagram	Twitter	Snapchat	YouTube	LinkedIn	Skype/ Teamspeak	Outro, qual?	
		Não uso												
		Nunca												
		Raramente												
		Às vezes												
Quase sempre														
Sempre														
Publicar textos/opiniões														

Programa de Pós-Graduação em Psicologia – Unisinos
Intervenções Cognitivo-Comportamentais: Estudo e Pesquisa (ICCEP)
iccep.unisinos@gmail.com

Leia atentamente todas as afirmativas e não esqueça de responder nenhuma alternativa.

1

Para cada mídia social que você costuma usar, indique qual a finalidade de utilização:		Facebook	WhatsApp	Pinterest	Twitch	Messenger	Instagram	Twitter	Snapchat	YouTube	LinkedIn	Skype/ Teams/Speak	Outro, qual?
Publicar fotos suas	Nunca												
	Raramente												
	Às vezes												
	Quase sempre												
Publicar fotos não suas (de lugares, de outras pessoas, etc.)	Nunca												
	Raramente												
	Às vezes												
	Quase sempre												
Falar ou manter contato com amigos, conhecidos ou colegas de trabalho	Nunca												
	Raramente												
	Às vezes												
	Quase sempre												
Publicar vídeos de sua autoria	Nunca												
	Raramente												
	Às vezes												
	Quase sempre												
Ver e/ou compartilhar vídeos de outras pessoas	Nunca												
	Raramente												
	Às vezes												
	Quase sempre												
Ver e/ou compartilhar publicações (fotos, textos, opiniões, informações, etc.) de outras pessoas	Nunca												
	Raramente												
	Às vezes												
	Quase sempre												
Acompanhar a vida de pessoas famosas (artistas, YouTubers, cientistas, etc.)	Nunca												
	Raramente												
	Às vezes												
	Quase sempre												
Aprender coisas novas (videoaula, Do It Yourself [DIY], etc.)	Nunca												
	Raramente												
	Às vezes												
	Quase sempre												
HÁBITOS NAS MÍDIAS SOCIAIS (leve em consideração curtidas = likes = reações)													
De quanto em quanto tempo verifico as mídias sociais no celular? () De 5 em 5 minutos () De meia em meia hora () De hora em hora () Apenas nos intervalos das atividades () Somente em casa		Me sinto feliz ao acessar as mídias sociais () Nunca () Raramente () Às vezes () Quase sempre () Sempre			O número de reações afeta como me sinto? () Sim, quanto mais reações, melhor me sinto () Sim, quando tenho muitas reações não me importo tanto, mas se tenho poucas ou nenhuma curtida(s), pior me sinto () Não, não me importo com isso								
Elogio e agradeço os comentários de outras pessoas nas minhas publicações () Nunca () Raramente () Às vezes () Quase sempre () Sempre		É importante receber curtidas e comentários em minhas publicações () Nunca () Raramente () Às vezes () Quase sempre () Sempre			Acredito que consigo me expressar melhor quando estou () Pessoalmente me comunicando com alguém () Me comunicando através de algum perfil de mídias sociais () Me comunicando através de algum perfil anônimo de mídias sociais								

Leia atentamente todas as afirmativas e não esqueça de responder nenhuma alternativa.		1					
<p>Tenho o hábito de responder os comentários nas minhas publicações</p> <input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Raramente <input type="checkbox"/> Às vezes <input type="checkbox"/> Quase sempre <input type="checkbox"/> Sempre	<p>Quantos comentários você faz por dia em fotos/publicações de outras pessoas?</p> <input type="checkbox"/> Nenhum <input type="checkbox"/> De 1 a 3 comentários <input type="checkbox"/> De 4 a 6 comentários <input type="checkbox"/> De 7 a 10 comentários <input type="checkbox"/> Mais de 10	<p>Quantas curtidas por dia você realiza em média?</p> <input type="checkbox"/> Nenhum <input type="checkbox"/> De 1 a 3 curtidas <input type="checkbox"/> De 4 a 6 curtidas <input type="checkbox"/> De 7 a 10 curtidas <input type="checkbox"/> Mais de 10 curtidas					
<p>A última foto que você publicou teve quantas curtidas, em média?</p> <input type="checkbox"/> De 10 a 50 curtidas <input type="checkbox"/> De 51 a 100 curtidas <input type="checkbox"/> De 101 a 200 curtidas <input type="checkbox"/> Mais de 201 curtidas	<p>Em geral, os meus perfis nas redes sociais são abertos ou fechados?</p> <input type="checkbox"/> Em geral, eu mantenho meus perfis o mais fechado possível <input type="checkbox"/> Em geral, eu tento manter algum nível de privacidade nos meus perfis <input type="checkbox"/> Em geral, eu mantenho meus perfis completamente abertos	<p>Em geral, você aceita desconhecidos nas redes sociais e/ou deixa que eles te sigam?</p> <input type="checkbox"/> Sim, quanto mais seguidores melhor <input type="checkbox"/> Sim, não me importo com as pessoas que me seguem ou me adicionam <input type="checkbox"/> Não, eu normalmente só aceito pessoas conhecidas <input type="checkbox"/> Não, eu nunca aceito pessoas desconhecidas de maneira nenhuma					
<p>Sou crítico e comento as publicações</p> <input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Raramente <input type="checkbox"/> Às vezes <input type="checkbox"/> Quase sempre <input type="checkbox"/> Sempre	<p>Quando bebo faço publicações em redes sociais</p> <input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Raramente <input type="checkbox"/> Às vezes <input type="checkbox"/> Quase sempre <input type="checkbox"/> Sempre	<p>Após beber e postar, costumo me arrepender da postagem no dia seguinte</p> <input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Raramente <input type="checkbox"/> Às vezes <input type="checkbox"/> Quase sempre <input type="checkbox"/> Sempre					
<p>Quando publico algo na impulsividade do momento, costumo me arrepender depois</p> <input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Raramente <input type="checkbox"/> Às vezes <input type="checkbox"/> Quase sempre <input type="checkbox"/> Sempre	<p>Peço desculpas se comento algo que poderia ser inconveniente com alguém</p> <input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Raramente <input type="checkbox"/> Às vezes <input type="checkbox"/> Quase sempre <input type="checkbox"/> Sempre	<p>Em caso afirmativo, de que forma você costuma se desculpar?</p>					
		Nunca	Raramente	Às vezes	Quase sempre	Sempre	
<p>Se algum CONHECIDO comenta algo que eu não gosto ou não concordo (como uma crítica) em alguma publicação minha, eu:</p>	Me importo						
	Apago o comentário da pessoa						
	Apago a minha publicação						
	Respondo publicamente						
	Respondo no privado						
	Falo com a pessoa pessoalmente						
	Bloqueio a pessoa						
<p>Se algum DESCONHECIDO comenta algo que eu não gosto ou não concordo (como uma crítica) em alguma publicação minha, eu:</p>	Me importo						
	Apago o comentário da pessoa						
	Apago a minha publicação						
	Respondo publicamente						
	Respondo no privado						
	Falo com a pessoa pessoalmente						
	Bloqueio a pessoa						
COMPORTAMENTOS RELACIONADOS AO USO DE MÍDIAS SOCIAIS							
Para responder as perguntas abaixo, leve em consideração os últimos 12 meses:						Sim	Não
1) Frequentemente você usa mídias sociais em maior quantidade de tempo do que pretendia?							
2) Existe um desejo ou esforço mal sucedido no sentido de reduzir ou controlar o uso?							
3) Muito tempo é gasto em atividades necessárias para a utilização das mídias sociais?							
4) Você sente um desejo muito forte ou necessidade de usar as mídias sociais?							
5) Você percebe prejuízos em papéis importantes no trabalho, na universidade ou em casa, em função do uso de mídias sociais?							
6) Você faz uso continuado de mídias sociais apesar de perceber os seus problemas sociais ou interpessoais relacionadas a elas?							
7) Importantes atividades sociais, profissionais ou recreacionais são abandonadas ou reduzidas em virtude do uso de mídias sociais?							
8) Você continua usando mídias sociais mesmo quando isso representa um perigo para sua integridade física?							
9) Você continua usando mídias sociais apesar de ter consciência de ter um problema físico ou psicológico causado pelo uso exacerbado das mesmas?							
10) Necessidades de quantidade progressivamente maiores do uso e/ou satisfação reduzida mesmo com a quantidade aumentada de tempo despendido com o uso de mídias sociais?							
11) Você possui sintomas físicos ou emocionais evidenciados na impossibilidade de usar as mídias sociais?							
Programa de Pós-Graduação em Psicologia – Unisinos Intervenções Cognitivo-Comportamentais: Estudo e Pesquisa (ICCEP) iccep.unisinos@gmail.com							

Anexo A – Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS-21)

Por favor, leia cuidadosamente cada uma das afirmações abaixo e circule o número apropriado 0, 1, 2 ou 3 que indique o quanto ela se aplicou a você durante a última semana, conforme a indicação a seguir:				
0. Não se aplicou de maneira alguma	1. Aplicou-se em algum grau ou por pouco tempo	2. Aplicou-se em um grau considerável, ou por uma boa parte do tempo	3. Aplicou-se muito, ou na maioria do tempo	
1. Achei difícil me acalmar.	0	1	2	3
2. Senti minha boca seca.	0	1	2	3
3. Não consegui vivenciar nenhum sentimento positivo.	0	1	2	3
4. Tive dificuldade em respirar em alguns momentos (ex. respiração ofegante, falta de ar, sem ter feito nenhum esforço físico).	0	1	2	3
5. Achei difícil ter iniciativa para fazer as coisas.	0	1	2	3
6. Tive a tendência de reagir de forma exagerada às situações.	0	1	2	3
7. Senti tremores (ex. nas mãos).	0	1	2	3
8. Senti que estava sempre nervoso.	0	1	2	3
9. Preocupei-me com situações em que eu pudesse entrar em pânico e parecesse ridículo(a)	0	1	2	3
10. Senti que não tinha nada a desejar.	0	1	2	3
11. Senti-me agitado.	0	1	2	3
12. Achei difícil relaxar.	0	1	2	3
13. Senti-me depressivo(a) e sem ânimo.	0	1	2	3
14. Fui intolerante com as coisas que me impediam de continuar o que eu estava fazendo.	0	1	2	3
15. Senti que ia entrar em pânico.	0	1	2	3
16. Não consegui me entusiasmar com nada.	0	1	2	3
17. Senti que não tinha valor como pessoa.	0	1	2	3
18. Senti que estava um pouco emotivo/sensível demais.	0	1	2	3
19. Sabia que meu coração estava alterado mesmo não tendo feito nenhum esforço físico (ex. aumento da frequência cardíaca, disritmia cardíaca).	0	1	2	3
20. Senti medo sem motivo.	0	1	2	3
21. Senti que a vida não tinha sentido.	0	1	2	3

Anexo B – Escala Brasileira de Solidão (UCLA-BR)

Abaixo se encontram várias afirmativas sobre a forma que alguém pode se sentir. Pedimos que leia com atenção e marque com que frequência você se sente como descrito em cada uma das afirmativas abaixo.				
1. Nunca	2. Raramente	3. Às vezes	4. Sempre	
1. Eu me sinto infeliz por fazer tantas coisas sozinho(a)	1	2	3	4
2. Eu não tolero ficar tão sozinho(a)	1	2	3	4
3. Eu sinto que não tenho companhia	1	2	3	4
4. Eu sinto que ninguém me compreende	1	2	3	4
5. Eu fico esperando as pessoas me ligarem ou escreverem	1	2	3	4
6. Eu sinto que não tenho ninguém a quem eu possa recorrer	1	2	3	4
7. Eu não me sinto próximo(a) a ninguém	1	2	3	4
8. Sinto que meus interesses e ideias não são compartilhados por aqueles que me rodeiam	1	2	3	4
9. Eu me sinto excluído(a)	1	2	3	4
10. Eu me sinto completamente sozinho(a)	1	2	3	4
11. Eu sou incapaz de me aproximar e de me comunicar com as pessoas ao meu redor	1	2	3	4
12. Eu sinto que minhas relações sociais são superficiais	1	2	3	4
13. Eu me sinto carente de companhia	1	2	3	4
14. Eu sinto que ninguém me conhece realmente bem	1	2	3	4
15. Eu me sinto isolado(a) das outras pessoas	1	2	3	4
16. Sou infeliz estando tão excluído(a)	1	2	3	4
17. Para mim é difícil fazer amigos	1	2	3	4
18. Eu me sinto bloqueado(a) e excluído(a) por outras pessoas	1	2	3	4
19. Sinto que as pessoas estão ao meu redor, mas não estão comigo	1	2	3	4
20. Eu me sinto incomodado(a) em realizar atividades sozinho(a)	1	2	3	4

Anexo C – Internet Addiction Test (IAT)

Por favor, leia cuidadosamente cada uma das afirmações abaixo e assinale o número apropriado 1, 2, 3, 4 ou 5, que indique o quanto ela se aplicou a você.						
1 - Raramente		2 – Ocasionalmente			3 - Frequentemente	
4 – Muitas vezes				5 - Sempre		
		Escala				
1	Com que frequência você acha que passa mais tempo na internet do que pretendia?	1	2	3	4	5
2	Com que frequência você abandona as tarefas domésticas para passar mais tempo na internet?	1	2	3	4	5
3	Com que frequência você prefere a emoção da internet à intimidade com seu/sua parceiro(a)?	1	2	3	4	5
4	Com que frequência você cria relacionamentos com novos(a)s amigo(a)s da internet?	1	2	3	4	5
5	Com que frequência outras pessoas em sua vida se queixam sobre a quantidade de tempo que você passa na internet?	1	2	3	4	5
6	Com que frequência suas notas ou tarefas da escola pioram por causa da quantidade de tempo que você fica na internet?	1	2	3	4	5
7	Com que frequência você acessa seu e-mail antes de qualquer outra coisa que precise fazer?	1	2	3	4	5
8	Com que frequência piora o seu desempenho ou produtividade no trabalho por causa da internet?	1	2	3	4	5
9	Com que frequência você fica na defensiva ou guarda segredo quando alguém lhe pergunta o que você faz na internet?	1	2	3	4	5
10	Com que frequência você bloqueia pensamentos perturbadores sobre sua vida pensando em se conectar para acalmar-se?	1	2	3	4	5
11	Com que frequência você se pega pensando em quando vai entrar na internet novamente?	1	2	3	4	5
12	Com que frequência você teme que a vida sem a internet seria chata, vazia e sem graça?	1	2	3	4	5
13	Com que frequência você explode, grita ou se irrita se alguém o(a) incomoda enquanto está na internet?	1	2	3	4	5
14	Com que frequência você dorme pouco por ficar conectado(a) até tarde da noite?	1	2	3	4	5
15	Com que frequência você se sente preocupado(a) com a internet quando está desconectado(a) imaginando que poderia estar conectado(a)?	1	2	3	4	5

16	Com que frequência você se pega dizendo “só mais alguns minutos” quando está conectado(a)?	1	2	3	4	5
17	Com que frequência você tenta diminuir o tempo que fica na internet e não consegue?	1	2	3	4	5
18	Com que frequência você tenta esconder a quantidade de tempo em que está na internet?	1	2	3	4	5
19	Com que frequência você opta por passar mais tempo na internet em vez de sair com outras pessoas?	1	2	3	4	5
20	Com que frequência você se sente deprimido(a), mal-humorado(a) ou nervoso(a) quando desconectado(a) e esse sentimento vai embora assim que volta a se conectar à internet?	1	2	3	4	5

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

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO – TCLE

Você está sendo convidado(a) a participar do projeto de pesquisa "Habilidades sociais em universitários que utilizam mídias sociais e sua relação com o uso de drogas, estresse, ansiedade, depressão e solidão: um programa de avaliação e intervenção", realizado pela pesquisadora Ilana Andretta, do Programa de Pós-Graduação em Psicologia, da UNISINOS. O estudo tem como objetivo compreender como se dá a relação entre habilidades sociais, depressão, ansiedade, estresse, solidão, uso de drogas no período de 18 a 59 anos de idade.

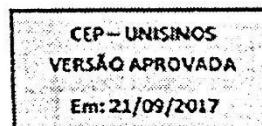
A sua participação envolve o preenchimento de instrumentos como questionários e testes psicológicos através de um *formulário online*. A participação neste estudo é isenta de despesas e não haverá ganhos diretos advindos desta pesquisa, oferecendo riscos mínimos para o participante. A sua participação é voluntária, ou seja, você é livre para decidir sobre a participação e poderá se retirar a qualquer momento sem haver prejuízo. Mesmo sem ter benefícios diretos em participar, você estará contribuindo para a compreensão do fenômeno estudado e para a produção do conhecimento científico. Este documento será assinado em duas vias e uma ficará com você.

Se houver algum desconforto durante o processo, a pesquisadora deverá ser informada para os encaminhamentos possíveis e necessários através do email ilana.andretta@gmail.com ou pelo fone 099136213. Na publicação dos resultados desta pesquisa, a identidade será mantida no mais rigoroso sigilo e anonimato. Serão omitidas todas as informações que permitam identificar a identidade do participante. As dúvidas da pesquisa poderão ser esclarecidas pela pesquisadora responsável Ilana Andretta por telefone ou email.

Local e data: S. Leopoldo, 10 de maio de 2018.

Ilana Andretta

Assinatura Pesquisadora Responsável
Ilana Andretta



Nome e assinatura do participante

Anexo E – Aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa da UNISINOS

UNIVERSIDADE DO VALE DO
RIO DOS SINOS - UNISINOS



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: Uso de mídias sociais e sua relação com o uso de drogas, habilidades sociais, sintomas de estresse, ansiedade, depressão e solidão em universitários

Pesquisador: Ilana Andretta

Área Temática:

Versão: 2

CAAE: 73801517.8.0000.5344

Instituição Proponente: Universidade do Vale do Rio dos Sinos - UNISINOS

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 2.289.637

Apresentação do Projeto:

O estudo é o projeto de pesquisa da professora Ilana Andretta do PPG de Psicologia clínica na linha de pesquisa: Processos de Saúde-Doença em Contextos Sociais e Educativos. O advento e a popularização da internet vêm modificando os comportamentos e as interações entre as pessoas. A comunicação, através das mídias sociais, também vem sofrendo alterações, e as consequências destas alterações ainda são pouco estudadas. O objetivo deste projeto é avaliar as consequências do uso das mídias sociais por universitários em relação às habilidades sociais, uso de drogas, sintomas de depressão, ansiedade, estresse e solidão. Os instrumentos utilizados serão: um questionário de dados sociodemográficos e hábitos sobre o uso de internet, Alcohol Smoking and Substance Involvement Screening Test (ASSIST), Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS), Internet Addiction Test (IAT), Escala Multidimensional da Expressão Social (MES-M) e Escala Brasileira de Solidão (UCLA-BRI). Tais instrumentos serão aplicados de forma presencial, em 382 universitários. Os procedimentos éticos serão respeitados conforme a resolução 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde (CNS, 2016) e a coleta de dados somente iniciará após o consentimento dos participantes. Os dados serão analisados através do Statistical Package for Social Sciences - SPSS, versão 20.0 e do AMOS 3.6. Para critérios de decisão estatística será adotado o nível de significância de 5% (pvalue 0,05), e os dados serão avaliados através da

Endereço: Av. Unisinos, 950

Bairro: Cristo Rei

CEP: 93.022-000

UF: RS

Município: SAO LEOPOLDO

Telefone: (51)3591-1198

Fax: (51)3590-8118

E-mail: cep@unisinos.br

Continuação do Parecer: 2.289.637

estatística descritiva e inferencial, objetivando analisar as associações, e através da análise de equações estruturais, examinar as relações diretas e indiretas das variáveis. Espera-se, através deste escopo abrangente, gerar teses, dissertações, monografias e artigos, bem como contribuir com projetos de intervenção, para diminuir os prejuízos causados por relações nocivas de uso das mídias sociais.

Objetivo da Pesquisa:

Os objetivos são claros e factíveis

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Na plataforma é afirmado que o participante poderá ter algum desconforto aos responder algumas questões. Se isso acontecer ele será encaminhado para uma ajuda. Os benefícios são a produção de conhecimento e a possível autoconsciência sobre o problema estudado.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

A fundamentação e a metodologia da pesquisa são muito consistentes.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Apresentou a Folha de rosto devidamente assinada e acrescentou no TCLE a exigência da assinatura em duas vias que faltava.

Recomendações:

Sem recomendações.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Sem pendências.

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BASICAS_DO_PROJETO_977471.pdf	15/09/2017 13:49:30		Aceito
Folha de Rosto	folha_rosto_ilana.pdf	15/09/2017 13:49:12	Ilana Andretta	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE_Projeto.docx	14/09/2017 16:44:41	Ilana Andretta	Aceito
Declaração de	carta_anuencia.pdf	05/09/2017	José Roque Junges	Aceito

Endereço: Av. Unisinos, 950

Bairro: Cristo Rei

CEP: 93.022-000

UF: RS

Município: SAO LEOPOLDO

Telefone: (51)3591-1198

Fax: (51)3590-8118

E-mail: cep@unisinos.br

UNIVERSIDADE DO VALE DO
RIO DOS SINOS - UNISINOS



Continuação do Parecer: 2.289.637

Instituição e Infraestrutura	carta_anuencia.pdf	16:27:43	José Roque Junges	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	projeto.doc	18/08/2017 11:09:14	Ilana Andretta	Aceito
Cronograma	CRONOGRAMA.pdf	10/08/2017 22:12:19	Ilana Andretta	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE_Ilana_Andretta.pdf	21/09/2017 14:21:42	José Roque Junges	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

SAO LEOPOLDO, 21 de Setembro de 2017

Assinado por:
José Roque Junges
(Coordenador)

Endereço: Av. Unisinos, 950
Bairro: Cristo Rei CEP: 93.022-000
UF: RS Município: SAO LEOPOLDO
Telefone: (51)3591-1198 Fax: (51)3590-8118 E-mail: cep@unisinos.br