

UNIVERSIDADE PAULISTA – UNIP

Graduação em Psicologia
Campus Marquês

**O IMPACTO DAS MÍDIAS SOCIAIS NA SAÚDE MENTAL DE ADOLESCENTES,
COM FOCO NO SUICÍDIO**

Débora da Silva Espinosa: G383427

Gabrielli Cardoso Manso: N703679

Luana Glória Vasconcelos Rodrigues: G190297

Nathália Antunes de Oliveira: T0121F9

Victória Freitas do Carmo: G3712F2

SÃO PAULO

2025

Débora da Silva Espinosa: G383427
Gabrielli Cardoso Manso: N703679
Luana Glória Vasconcelos Rodrigues: G190297
Nathália Antunes de Oliveira: T0121F9
Victória Freitas do Carmo: G3712F2

**O IMPACTO DAS MÍDIAS SOCIAIS NA SAÚDE MENTAL DE ADOLESCENTES,
COM FOCO NO SUICÍDIO**

Trabalho de conclusão de curso para
obtenção do título de graduação em
psicologia apresentado à
Universidade Paulista – UNIP

Orientadora: Prof.^a. Marina Schwartz

SÃO PAULO
2025

CIP - Catalogação na Publicação

O IMPACTO DAS MÍDIAS SOCIAIS NA SAÚDE MENTAL DE
ADOLESCENTES, COM FOCO NO SUICÍDIO / Nathália Antunes de
Oliveira...[et al.]. - 2025.
3800 f.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) apresentado ao Instituto
de Ciência Humanas da Universidade Paulista, São Paulo, 2025.

Área de Concentração: graduação.

Orientadora: Prof.^a Me. Marina G.C. de S. Schwartz.

1. Adolescência. 2. suicídio. 3. Mídias sociais . 4. Saúde Mental. 5.
Bullying no espaço virtual . I. Oliveira, Nathália Antunes de. II. Schwartz,
Marina G.C. de S. (orientadora).

UNIVERSIDADE PAULISTA – UNIP
Instituto de Ciência Humanas – ICH
Curso de Psicologia – Campus Marquês

ATA DE DEFESA

Com base nas disposições do Regulamento do Plano de Estudos Orientados - PEO (TCC) do Curso de Psicologia da Universidade Paulista – UNIP, reuniu-se no dia 26 de setembro de 2025, nesta Universidade, no *Campus Marquês*, situado na Avenida Marquês de São Vicente, nº 3001, São Paulo – SP, em seu 3º andar, na sala 312, a Banca Examinadora para a arguição da pesquisa intitulada “*O impacto das mídias sociais na saúde mental de adolescentes, com foco no suicídio*”, que foi apresentada publicamente pelas alunas *Débora da Silva Espinosa*, RA G383427; *Gabrielli Cardoso Manso*, RA N703679; *Luana Glória Vasconcelos Rodrigues*, RA G190297; *Nathália Antunes de Oliveira*, RA T0121F9 e pela aluna *Victória Freitas do Carmo*, RA G3712F2.

A Banca Examinadora foi composta pelas examinadoras Profº **Edson Luiz de Toledo** e Pós Graduada em Neuropedagogia **Thais Paulino dos Santos**, residida pela orientadora Profª **Marina Gomes de Souza Schwartz**.

O trabalho foi considerado aprovado com a nota oitoe meio (8,5).

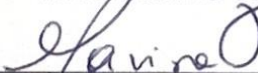
São Paulo, 26 de setembro de 2025



Profº **Edson Luiz de Toledo**
Universidade Paulista (UNIP)



Pós Graduada em Neuropedagogia.
Thais Paulino dos Santos



Profª **Marina Gomes de Souza Schwartz**
Universidade Paulista (UNIP)

SUMÁRIO

RESUMO	4
ABSTRACT	5
1. INTRODUÇÃO	6
1.1 O surgimento das mídias sociais e sua relação com a saúde mental	7
1.2 O crescimento das mídias sociais durante a pandemia de COVID-19	8
1.3 Mídias sociais, comportamento e educação de jovens	9
1.4 O impacto das mídias sociais no cotidiano e na saúde mental dos adolescentes	12
1.4.1 Adolescência	12
1.4.2 A fenomenologia do suicídio	12
1.4.3 Mídias sociais e suicídio	13
1.5 Objetivo Geral	17
1.6 Objetivos Específicos	17
1.7 Hipótese	17
1.8 Justificativa	17
2. MÉTODO	18
2.1 Participantes e Local	18
2.2 Instrumentos e Aparatos de Pesquisa	19
2.3 Procedimentos de Coleta de Dados	19
2.4 Procedimentos para Análise de Dados	19
2.5 Ressalvas Éticas	20
3. RESULTADOS	20
3.1 Tabela	21
4. DISCUSSÃO	25
4. 1 Saúde Mental, Mídias Sociais e Suicídio entre adolescentes	25

4.2 Bullying no espaço virtual	27
CONSIDERAÇÕES FINAIS	29
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	30

RESUMO

As mídias sociais foram se consolidando nas últimas três décadas e atualmente disseminam os mais variados conteúdos pelo mundo todo, sendo uma forma simples e prática de interação entre os usuários, mas que requer constante aprendizado e gestão para boas práticas. Com a pandemia do COVID-19, o uso dessas ferramentas tecnológicas foi intensificado, especialmente com o uso das redes sociais, modificando o comportamento e a forma de se relacionar das pessoas viabilizando cada vez mais a troca de conteúdo por mensagens, imagens e vídeos. Ao passo em que as redes sociais se tornaram mais populares, os conteúdos nelas divulgados também passaram a influenciar uma imensidão de seguidores. Com isso, uma nova perspectiva social foi introduzida, e a partir desse novo estilo de vida, a saúde mental da população, especialmente a dos jovens, ficou bastante fragilizada. A necessidade de conseguir seguidores a qualquer custo, bem como a de ser constantemente notado e de fazer parte desse nicho virtual, acarretou problemas de âmbito social, como um materialismo compulsivo, bem como de âmbito emocional com comparações excessivas com internautas de melhor poder aquisitivo, baixa autoestima e até mesmo suicídio frente a tantas frustrações e descontentamento com a própria vida. O suicídio passou a ser uma realidade cada vez mais presente no universo jovem, tornando-se uma preocupação cada vez mais frequente entre pais e educadores. Através de uma pesquisa de caráter qualitativo, o objetivo deste trabalho foi explorar as vertentes das mídias sociais e seu impacto na saúde mental de adolescentes brasileiros com foco no aumento do número de casos de suicídio neste público jovem e fortemente influenciado pelas redes sociais e seus conteúdos muitas vezes distorcidos da realidade da maioria das pessoas.

Palavras-chave: Mídias Sociais, Saúde Mental, Adolescente, Suicídio.

ABSTRACT

Social media has been consolidating itself over the last three decades and currently disseminates the most varied content throughout the world, being a simple and practical way of interaction between users, but which requires constant learning and management for good practices. With the COVID-19 pandemic, the use of these technological tools was intensified, especially with the use of social networks, changing people's behavior and way of relating, increasingly enabling the exchange of content through messages, images and videos. As social networks became more popular, the content published on them also began to influence a huge number of followers. With this, a new social perspective was introduced, and from this new lifestyle, the mental health of the population, especially young people, became quite fragile. The need to gain followers at any cost, as well as to be constantly noticed and to be part of this virtual niche, has led to social problems, such as compulsive materialism, as well as emotional problems with excessive comparisons with internet users with better purchasing power, low self-esteem and even suicide in the face of so many frustrations and dissatisfaction with one's life. Suicide has become an increasingly present reality among young people, becoming an increasingly frequent concern among parents and educators. Through qualitative research, the objective of this work was to explore the aspects of social media and their impact on the mental health of Brazilian adolescents, focusing on the increase in the number of suicide cases among this young population, which is heavily influenced by social networks and their content. often distorted from most people's reality.

Keywords: Social Media, Mental Health, Adolescent, Suicide.

1. INTRODUÇÃO

1.1 O surgimento das mídias sociais e sua relação com a saúde mental

As mídias sociais começaram a despontar de forma digital na década de 1970, há mais de 50 anos, e ao longo dos anos foram sofrendo diversas modificações e adaptações até se tornarem ferramentas amplamente conhecidas mundialmente. Ao contrário do que popularmente se entende por mídias sociais, associando-se diretamente a redes sociais, como Facebook e Instagram, o conceito correto de Mídias Sociais está relacionado a qualquer sistema desenvolvido para possibilitar a interação social a partir do compartilhamento de informações de diversos formatos. Assim, as mídias sociais englobam ferramentas como sites, aplicativos, redes sociais, vídeos (Unimarca, 2020).

Como canais de comunicação, as mídias sociais foram se consolidando e atualmente disseminam os mais variados conteúdos pelo mundo todo, sendo uma forma simples e prática de interação entre os usuários, mas que requer constante aprendizado e gestão para boas práticas (Secretaria de Comunicação Social, 2014).

Mais recentemente, há cerca de 30 anos, começaram a surgir as redes sociais. Ainda no contexto das mídias sociais, a rede social tem como principal objetivo a interação entre as pessoas, contudo, também possibilita o compartilhamento de conteúdos distintos, dentre elas estão o *Facebook*, que é uma rede de conexão entre pessoas, mas também expõe informações, e o *Youtube*, que é uma rede de divulgação de vídeos, mas também apresenta campos de interações sociais através de comentários dos internautas (Unimarca, 2020).

Em 2010, a jornalista digital e pesquisadora brasileira Raquel Recuero, graduada em Ciências Humanas e Sociais, já levantava a reflexão, em sua página virtual, acerca da comunicação nas mídias sociais; assim, Recuero (2010,p.45) discorreu:

Pensando a mídia "social" como a dinâmica informativa da rede, caracterizada pela mediação do computador, temos algumas percepções que definem essa idéia, tais como:

[...] **c) maior circulação de informações** - como as redes sociais, no espaço online, possuem conexões que funcionam como canais de informação que estão mais perenemente ativas, a tendência é que as informações circulem mais e sejam mais visíveis entre os participantes. Assim, tende-se a ficar mais "atropelado" pela imensa quantidade de informações nessas ferramentas, embora também se tenha contato com mais informações diferentes.

d) novas formas de construção de sentido - Como os veículos da mídia social são mais conversacionais, os sentidos construídos pela interação são mais negociados. Isso implica em mais mudanças de percepção nas redes através das negociações de construção de sentido.

e) maior capacidade de mobilização - Como as redes mantêm as pessoas mais conectadas no espaço online, a mídia social também parece, pelo contato mais direto e pela capacidade maior de conversação, manter uma maior capacidade de mobilizar os grupos sociais também no espaço offline. Como o custo de ação no espaço online é menor, mais participação e cooperação podem emergir dessas interações.

Diante das mídias sociais, o comportamento e a forma de se relacionar das pessoas entre si foram se moldando de acordo com as ferramentas tecnológicas ofertadas no momento, por exemplo, o Orkut foi desbancado pelo Facebook que, por sua vez, já perdeu espaço para novas redes que surgiram posteriormente, mais aprimoradas, como o Instagram e o X (antigo Twitter), que compartilham fotos, vídeos, comentários. Logo, "a tecnologia é o condutor do processo de distribuição de conteúdo e integração" (Secretaria de Comunicação Social, 2014).

Ao passo em que as redes sociais se tornaram mais populares, os conteúdos nelas divulgados também passaram a influenciar uma imensidão de seguidores. Com isso, uma nova perspectiva social foi introduzida, um contexto em que influenciadores digitais "ditam" regras e conceitos de vida, tornando o público cada vez mais dependente deste tipo de conteúdo.

A partir desta nova modalidade de estilo de vida, a saúde mental da população, especialmente a dos jovens, ficou bastante fragilizada. A necessidade de conseguir seguidores a qualquer custo, bem como a de ser constantemente notado e de fazer parte desse nicho virtual, acarretou problemas de âmbito social, como um materialismo compulsivo para exposição midiática, e de âmbito emocional, como o excesso de comparação entre os indivíduos de melhor poder aquisitivo, baixa autoestima ou até mesmo suicídio frente a tantas frustrações.

1.2 O crescimento das mídias sociais durante a pandemia de COVID-19

Ao final do ano de 2019, o mundo se deparou com um novo coronavírus que poucos meses depois, caracterizou, segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), a pandemia do COVID-19. Em março de 2020, o Brasil iniciou uma quarentena que, a princípio, teria duração de cerca de quinze dias, contudo, este período se estendeu por cerca de dois anos (OMS, 2019). Em virtude desta condição sanitária grave, estudantes do país todo deixaram de frequentar as escolas, tornando-se urgente o desenvolvimento de métodos virtuais remotos de ensino.

Os danos provocados pelo coronavírus vão além das manifestações patológicas. O isolamento social essencial para conter a pandemia desencadeou diversas consequências relacionadas à saúde mental da população. Uma pesquisa realizada na Universidade da Califórnia em San Diego (UCSD), EUA, levantou uma série de doenças neurológicas e psicológicas decorrentes da pandemia do COVID19, como ansiedade, depressão e perda de memória. Além das alterações orgânicas causadas pelo vírus no cérebro, o isolamento prolongado também provocou mudanças na vida cotidiana, na forma de se relacionar e de lidar com questões emocionais (Júnior e Vieira, 2020).

A vida, de forma geral, transformou-se drasticamente com a pandemia e, junto ao isolamento social, houve um crescente uso das redes sociais para suprir o vazio deixado pela falta de socialização. No Brasil, em 2020, a utilização de redes sociais apresentou um aumento de 40%, abrangendo plataformas como Facebook, WhatsApp e Instagram, de acordo com um estudo realizado por uma empresa de pesquisa de mercado, a Kantar (Prado, 2021). Ainda segundo Prado (2021), uma pesquisa publicada por uma organização de mercado alemã, Statista, no ano de 2020, a taxa de utilização mundial diária de redes sociais foi de cerca de 3.81 bilhões de indivíduos conectados (50% da população do mundo todo), e entre os usuários brasileiros, a rede social Instagram foi a mais evidente, apresentando um crescimento expressivo de 230%, além de liderar as vendas e compras através da internet.

Diante do longo período de confinamento, a internet tornou-se a maior fonte de entretenimento, informação e socialização. Em 2021, o número de domicílios brasileiros com internet chegou a 90%, tendo aumentado até mesmo nas áreas rurais, chegando a 74% de conectividade. O impacto da pandemia na vida das pessoas foi tão significativo que foi a primeira vez, historicamente, que as chamadas de voz ou de

vídeo foram mais utilizadas (95,7%) para manter contato do que a troca de mensagens de texto, de voz ou de imagem por aplicativos diversos (94,9%) (Ministério das Comunicações, 2022), tamanha a necessidade de acalantar a interação social. O ambiente digital passou a ser, simultaneamente, o local de trabalho, de estudo, de diversão, de socialização, de informação e até mesmo de relacionamento durante a quarentena. Foi a única forma de diminuir a distância entre as pessoas.

1.3 Mídias sociais, comportamento e educação de jovens

Com a necessidade de manter o ensino no período da pandemia que se alongou por dois anos, novas estratégias foram desenvolvidas para promover o processo pedagógico digitalmente, de forma que os alunos não ficassem longe das atividades escolares por tanto tempo, bem como não sofressem prejuízo educacional. Mazetto (2018) descreveu os potenciais da tecnologia como ferramenta transformadora da sociedade que está em constante construção.

O espaço virtual é ilimitado e comporta qualquer tipo de conteúdo para troca de conhecimento, e com o advento dos aparelhos *smartphones* e da internet (conexões sem fio, redes 3G, 4G, 5G) cada vez mais potentes e abrangentes, o acesso à informação e ao aprendizado tornou-se uma realidade palpável para grupos sociais mais vulneráveis (Maia, 2013).

Contudo, um relatório eletrônico publicado na *Digital in 2019* realizado pela empresa de marketing *We Are Social* em parceria com a empresa *Hootsuite*, mostrou que quase 150 milhões de jovens brasileiros com 13 anos ou mais, correspondendo a 81% da população, utiliza redes sociais ativamente, tendo Youtube, Facebook, WhatsApp e Instagram como as principais redes de preferência do internauta no Brasil (Sousa, 2020), assim, driblar tantas alternativas que capturam a atenção dos jovens, tornou-se um imenso desafio para a educação, principalmente no momento da pandemia em que a saúde mental da população enfrentava os dilemas da solidão e de incertezas e todos estavam sedentos por distrações que, de alguma forma, abstraísse-os da realidade.

No trabalho de Prado (2021) foram levantadas as mídias sociais mais utilizadas durante a pandemia do COVID-19, sendo elas o WhatsApp, com 24,2% de interação,

logo após o Instagram com 22,3%, seguidos do YouTube (16,8%), Facebook (11,1%), Twitter (6,7%).

No movimento em direção a incorporação tecnologia e das redes sociais no ensino em prol da educação de jovens, professores passaram implementar aulas online através de plataformas pouco exploradas anteriormente, como Microsoft Teams, Google Classroom, Skype, Google Meets, Zoom Meetings, Whatsapp, Youtube (Bernuzzi e China, 2020) e a utilizar, por exemplo, o Facebook como alternativa educacional, uma vez que este disponibiliza uma vasta lista de ferramentas que permitem potencializar o ensino dinâmico, essencial na pandemia. Esta plataforma possibilita o educador a criar um grupo somente com os alunos, sendo ele o administrador, assim, é possível carregar conteúdos específicos e gerar discussão, crítica e reflexão de informações, além de impulsionar um processo educativo compartilhado (Sousa, 2020).

Em contraponto às vantagens das redes sociais, um comportamento social infame cresceu exponencialmente entre os adolescentes juntamente com o uso da tecnologia, sendo motivo de grande preocupação para pais e educadores, o *cyberbullying*. Já em 2007, Portugal (2007 citado por Vermelho, Velho e Bertoncello, 2015) entendia que as redes sociais articulam níveis micro e macroestrutural da sociedade, buscando explicar o comportamento dos indivíduos através das redes em que se inserem e explicar a estruturação das redes a partir da análise das interações humanas e de suas motivações (Portugal, 2007, p. 10).

É na adolescência que despontam necessidades sociais de se compreender como um grupo. Nesta fase, é comum que os jovens tenham uma tendência a se encaixar em nichos específicos que podem variar de acordo com seus interesses pessoais. É nesta fase também, em que ocorrem alterações hormonais, devido a puberdade, crescimento de pelos, mamas e órgãos genitais, trazendo características físicas que muitas vezes não agradam os jovens e acabam se tornando objeto de comportamento discriminatório. As necessidades sociais também podem variar de acordo com esta nova descoberta, e é neste momento de mudanças sociais que a saúde mental se torna mais vulnerável (Piaget, 1983).

Frente a um problema, o jovem que se encontra neste estágio de vida tenta, antes de tudo, imagina as possíveis relações mundanas e, depois, por meio da experimentação ou do raciocínio puro, o adolescente vai compondo seu padrão de comportamento diante da sociedade, concluindo então, qual ou quais dessas relações

se mantêm como verdadeiras (Piaget, 1983). E é neste contexto que a intervenção é de suma importância, para que não se desenvolvam jovens adeptos à violência e contrários às regras de convivência pacífica. Contudo, com o isolamento social, educadores e mesmo os cuidadores, que também realizavam seus trabalhos de forma *on-line*, deixaram de conseguir supervisionar e conter os comportamentos agressivos dos jovens, uma vez que estes passaram a ser totalmente de forma virtual diretamente voltados às vítimas.

1.4 O impacto das mídias sociais no cotidiano e na saúde mental dos adolescentes

1.4.1 Adolescência

A adolescência é conhecida por ser uma das fases mais desafiadoras do desenvolvimento humano e traz consigo transformações significativas no corpo e na mente das pessoas, marcando a transição da infância para a vida adulta. Durante esse período, os jovens vivenciam diversas mudanças físicas, emocionais e comportamentais, cognitivas e sociais, por isso, a adolescência é caracterizada por descobertas intensas e instabilidade emocional, sendo um momento crucial para a formação da personalidade. Segundo a OMS, esta fase ocorre entre os 10 e 19 anos (OMS, 2019). A busca constante por construir uma identidade pode adotar comportamentos, muitas vezes, extremos e prejudiciais à saúde (Piaget, 1983), cognitivamente, é um período da vida em que os adolescentes experimentam o desenvolvimento de habilidades mais complexas de raciocínio, incluindo o pensamento abstrato, o planejamento a longo prazo e a tomada de decisões (Piaget, 1972), fazendo com que comecem a formar identidades e a questionar as normas sociais, e é neste contexto que são evidenciados os perigos sociais, principalmente nessa Era tecnológica em que a troca de informações, nem sempre positivas, é muito acessível pelas mídias sociais, afetando o desenvolvimento saudável. Também é um período de vulnerabilidade, onde comportamentos de risco como uso de substâncias, violência, comportamentos sexuais precoces podem surgir (OMS, 2019), além de uma

predisposição a conflitos nas relações com os pais e pressão de seus pares (Arnett, 2000).

Do ponto de vista psicossocial, os adolescentes tendem a iniciar uma busca maior por independência em relação aos pais e às atividades cotidianas, ao mesmo tempo em que passam a sofrer também maior pressão dos grupos de pares. Essa busca por aceitação e pertencimento pode levar à conformidade social ou, em alguns casos, ao envolvimento de comportamentos de risco, como o uso de substâncias ou a participação em atividades ilegais ou, ainda, prática de autoagressão (Steinberg, 2014).

Na última década, os adolescentes têm enfrentado desafios cada vez mais específicos relacionados ao mundo digital, modificando a sua forma de socialização. O uso de redes sociais pode impactar diretamente na autoestima e na saúde mental, gerando comparações constantes com os outros, o que pode levar a problemas como ansiedade e depressão. Além disso, o cyberbullying é uma questão crescente, e muitas vezes negligenciada por familiares e educadores, que pode afetar profundamente o bem-estar dos jovens (Turkle, 2011).

1.4.2 A fenomenologia do suicídio

De acordo com a pesquisa de Toro *et al.* (2013), os autores trazem um compilado de trabalhos que abordam o histórico do termo suicídio e discutem a ideologia envolvida desde a antiguidade

A palavra suicídio deriva do latim, *sui* (si mesmo) e *caederes* (ação de matar), sendo utilizada pela primeira vez em 1737 pelo abade Desfontaines. Essa palavra foi incorporada posteriormente pela comunidade científica no século XIX, buscando explicações psiquiátricas e sociológicas para o tema (Moron, 1987). Segundo Venco e Barreto (2010), a visão do suicídio ganhou novas concepções ao longo dos anos. Desde a Grécia Antiga, já era um tema discutido, sendo considerado como morte voluntária e não como um ato condenável caso existissem boas razões para executá-lo. Kalina e Kovadloff citados por Kovács (1992, p. 169), afirmam que, na Antiguidade grecoromana, "os suicidas não tinham direito a uma sepultura regular, e suas mãos eram enterradas separadamente". Já na Europa, no século XVII, o ato era considerado um crime e, se a tentativa de suicídio falhasse, o

sobrevivente poderia ser encarcerado (Venco & Barreto, 2010). Discussões sobre a aceitação do ato do suicídio são recorrentes em diferentes períodos e sociedades, e estão diretamente interligadas à cultura, à visão moral, o que dificulta um consenso geral. Atualmente, o suicídio se insere no campo dos transtornos mentais, é um tema relacionado a psicopatologias, investigam-se suas verdadeiras causas e a prevenção, associando-as a fatores biológicos e psicológicos (Venco & Barreto, 2010). Segundo Cassorla (1991, p. 20), "Não existe uma causa para o suicídio. Trata-se de um evento que ocorre como culminância de uma série de fatores que vão se acumulando na biografia do indivíduo". A história do suicídio ganha vozes múltiplas e diversas explicações de ordem psicológica, sociológica, filosófica e, ou, biológica, multiplicidade que confere ao fenômeno a devida complexidade.

1.4.3 Mídias sociais e o suicídio

A saúde mental é um aspecto fundamental da saúde global. Refere-se ao estado de equilíbrio emocional, psicológico e social de uma pessoa e compreende a maneira como se lida com o estresse, as emoções, os relacionamentos e as decisões. Um relatório da Organização Mundial da Saúde (OMS) destaca que, em 2019, quase um bilhão de pessoas viviam com algum transtorno mental. Segundo a OMS, a depressão e a ansiedade aumentaram mais de 25% apenas no primeiro ano da pandemia. O suicídio foi responsável por quase um bilhão de mortes neste mesmo ano, sendo 14% dos adolescentes do mundo, representando um grave problema de saúde pública, com consequências profundas na sociedade, sendo uma das principais causas de morte entre jovens de 15 a 29 anos (OMS, 2019).

A Sociologia busca compreender e analisar o fenômeno do suicídio. O sociólogo francês Durkheim lançou, no ano de 1897, a obra chamada "Le Suicide" (em português: O Suicídio), onde argumentava que as razões por trás do ato de se matar são influenciadas pelo contexto social e não pelas características individuais. Ele definiu o suicídio como "qualquer situação em que a morte resulte diretamente ou indiretamente de uma ação, seja ela positiva ou negativa, realizada pela própria pessoa, ciente de que isso levaria a tal desfecho" (Durkheim, 1982, p. 16).

Em uma adaptação da obra do autor lançada nos anos 2000, foram destacadas as duas categorias descritas por ele a respeito dos suicídios existentes: a primeira

refere-se à qualidade da integração social, referente à desconexão social e a uma percepção de não pertencimento, bem como sobre o senso de dever para com determinado grupo; a segunda categoria está associada à identificação com o grupo e à pressão social exercida sobre o indivíduo.

Neste quesito, enquadra-se a dissociação social oriunda de distúrbios sociais e econômicos, além de um excesso de disciplina e de regulação da sociedade e da supressão de desejos individuais. Visto essas condições sociais e mentais, o jovem com mentalidade vulnerável fica altamente suscetível a fatores externos que o levam a questionar sua existência, e também se vê emocionalmente exposto, tornando-se alvo de agressões sociais que frequentemente levam a um sofrimento extremo e a um consequente suicídio (Nicolosi e Contrera, 2021).

As mídias sociais, em especial as redes sociais, trouxeram uma nova forma de socialização, bem como um remodelamento da educação. Os jovens passaram a estar mais expostos a conteúdos digitais sem supervisão e a omitir questões pessoais, estando submersos no contexto social em relação aos conflitos sobre si mesmos, familiares e relacionamentos sociais (Eisenstein, 2013).

Embora os adolescentes possam manter conexões com amigos e familiares por meio das plataformas digitais, há uma preocupação com a substituição das interações presenciais pelas interações virtuais. Segundo a psicóloga Sherry Turkle, a dependência da comunicação mediada por tecnologia pode levar a relações superficiais e à diminuição da habilidade de se conectar profundamente com outras pessoas (Turkle, 2011).

As redes sociais se tornaram um ambiente de “fuga da realidade”, permitindo a expressão sobre diversos assuntos, de forma clara ou anônima, lícita e até mesmo ilícita. São diversos os impactos que o uso frequente dessas redes pode ocasionar na saúde mental dos adolescentes, como alienação, ansiedade, intolerância, isolamento e dificuldade de socialização, individualismo, depressão, dificuldades de concentração, agressividade e em casos mais extremos o suicídio (Pontes *et al.*, 2022).

Cada vez mais as mídias oferecem aos jovens um lugar de fala, uma voz que pode ser transmitida e ouvida, bem como um ambiente que conduz à disseminação viral de ideias e à organização de movimentos em torno de uma causa comum. Quando a causa comum é relevante socialmente, ou seja, contribui para o desenvolvimento, é uma vertente construtiva e poderosa do poder das redes sociais.

Contudo, muitas vezes, o objetivo da disseminação de uma ideia é potencializar e estimular o comportamento autodestrutivo nesse público sensível e vulnerável (Pereira, Macêdo e Farias, 2013).

Nessa Era virtual, um fator que merece um importante destaque nas motivações para o suicídio na adolescência é o *cyberbullying*. O *cyberbullying* é considerado um tipo de bullying, ou seja, uma forma de agredir outro indivíduos, que ocorre através do universo tecnológico, de forma escrita e/ou atrás de imagens a fim de denegrir a vítima, e tem sido uma forma de violência bastante comum nos dias atuais, pois na maioria das vezes, o agressor utiliza de perfis falsos ou blogs anônimos para ofender a vítima; diante disso, o agredido pode desencadear ou potencializar transtornos mentais como diminuição na autoestima, sentimento de humilhação e desprezo, além de desmotivação com as atividades escolares e a socialização. Por vezes, o anonimato instiga a desinibição, o que encoraja o jovem a expor questões pessoais que na vida real não teria coragem de fazê-lo, evidenciando a vulnerabilidade e se expondo ao risco de ser influenciado por ideias mal intencionados (Pereira, Macêdo e Farias, 2013).

A relação entre adolescência, o uso da tecnologia e o aumento do número de casos de suicídio é uma área crescente de estudo, com preocupações sobre como o uso excessivo de tecnologia pode impactar a saúde mental dos jovens, incluindo o risco de suicídio.

A exposição ao *cyberbullying*, pressões sociais em redes e a comparação constante com padrões irreais de beleza e sucesso têm sido apontados como fatores que agravam a vulnerabilidade emocional. Além disso, o acesso fácil a informações sobre métodos de suicídio em fóruns online e o conteúdo de "gatilho" (triggering) em redes sociais podem facilitar comportamentos de risco. A adolescência é uma fase vulnerável, e o estresse causado por expectativas irreais de beleza, sucesso e popularidade, associado à violência psicológica constante do *cyberbullying*, pode levar jovens a um estado emocional crítico. A combinação desses fatores com a falta de suporte emocional e isolamento, muitas vezes exacerbado pela própria dinâmica das redes sociais, pode aumentar o risco de ideação suicida (UNICEF, 2019).

No estudo de Patchin e Hinduja, (2010), os pesquisadores descobriram que adolescentes que relatavam altos níveis de envolvimento em redes sociais e que eram vítimas de *cyberbullying* tinham significativamente mais chances de relatar pensamentos suicidas.

Em 2014, a OMS já havia recomendado políticas rigorosas de controle e moderação de conteúdos relacionados ao suicídio nas plataformas digitais como forma de mitigar esses riscos. Contudo, esse conteúdo é amplamente disseminado nas redes sociais e o sofrimento emocional é cada vez mais evidente (OMS, 2014).

Em 2017, a UNICEF publicou o "Relatório Global sobre Crianças no Mundo Digital" destacando que, embora a internet ofereça inúmeras oportunidades de aprendizado e desenvolvimento, ela também apresenta riscos, especialmente para adolescentes vulneráveis, chamando atenção para uma questão mundial de saúde pública.

Desmurget, neurocientista francês conhecido por suas críticas ao uso excessivo de tecnologias digitais, critica o papel da indústria tecnológica, que, em sua visão, não está interessada nos efeitos a longo prazo da tecnologia sobre os jovens, mas sim na maximização do tempo de engajamento dos usuários. O pesquisador argumenta que os efeitos negativos da tecnologia na saúde mental e no bem-estar emocional estão sendo ignorados em prol do lucro da sociedade capitalista. Em seu livro *A Fábrica de Cretinos Digitais* (2019), Desmurget alerta sobre os impactos negativos que o tempo excessivo de tela pode causar no desenvolvimento cognitivo, social e emocional dos jovens, argumentando que o uso desenfreado de dispositivos digitais pode prejudicar aspectos essenciais do desenvolvimento, como a capacidade de concentração, o desempenho acadêmico e as habilidades de comunicação interpessoal (Desmurget, 2019).

Diante dos cenários abordados, este trabalho visa explorar as vertentes das mídias sociais e seu impacto na saúde mental de adolescentes com foco no aumento do número de casos de suicídio neste público fortemente influenciado pelas redes sociais e seus conteúdos muitas vezes distorcidos da realidade da maioria das pessoas.

1.5 Objetivo Geral

Analisar, por meio de revisão bibliográfica, o impacto das mídias sociais na saúde mental de adolescentes brasileiros e suas possíveis influências na ideação e prática suicida.

1.6 Objetivos Específicos

- Verificar, por meio de artigos científicos, livros e revistas, as causas e as consequências das mídias sociais na saúde mental.
- Apresentar a questão do suicídio com dados estatísticos e informações sobre seu índice do público jovem no Brasil.
- Relacionar as mídias sociais com suas possíveis influências no suicídio de adolescentes.
- Verificar como as mídias sociais podem expor adolescentes a situações de violência e conteúdos inapropriados.

1.7 Hipótese

Com o aumento dos casos de adoecimento mental, tem-se observado uma crescente associação entre a exposição excessiva às mídias sociais e os casos de depressão, frustrações com padrões de beleza e ilusão com o conceito de felicidade na vida real. O uso indiscriminado de filtros digitais, distorções da autoimagem e do contexto de realidade estão cada vez mais em destaque, contribuindo para as causas que podem levar ao suicídio. Observa-se ainda, a existência de uma introspecção progressiva por parte dos jovens diante da exposição às telas, bem como uma falta de supervisão e cuidado desses jovens com o uso indiscriminado da tecnologia e o acesso a conteúdo inapropriados por parte dos responsáveis e até mesmo do governo.

1.8 Justificativa

O presente trabalho objetiva compreender quais são os impactos do uso das mídias sociais na saúde mental de adolescentes brasileiros e como estas estão ligadas ao crescente número de suicídios registrados nos últimos anos.

Para compreender este fenômeno, foi realizado um levantamento bibliográfico em bases de dados científico a fim de discutir a relação entre mídias sociais e a saúde

mental do jovem brasileiro. É importante ressaltar a necessidade de mais estudos nesta área, visando expor o tema e criar políticas públicas diante de sua relevância social.

Assim, este trabalho é importante para analisar os diversos pontos de vista dos autores familiarizados com o assunto, explorando a íntima associação do suicídio na adolescência com a fragilidade da saúde mental dos jovens intensamente expostos aos conteúdos virtuais.

2. MÉTODO

A pesquisa bibliográfica foi de caráter exploratório, utilizando análise de dados qualitativos para explicitar aspectos relacionados ao uso das mídias sociais e sua influência sobre o suicídio na adolescência. Estes aspectos estudados incidem sobre adolescentes que são amplamente vivenciados pela juventude brasileira atual.

Para a pesquisa, foram selecionados artigos científicos em português a partir das bases de dados SciELO (Scientific Eletronic Library Online) e Google Acadêmico. Os artigos selecionados foram buscados, utilizando a seguinte forma de pesquisa com as palavras-chave: Mídias Sociais AND Saúde Mental AND Adolescente AND Suicídio.

2.1 Participantes e Local

Este trabalho utiliza artigos científicos das bases de dados mencionadas, por revisão bibliográfica, livros em português e artigos de revista. As autoras participantes são estudantes no nono semestre de Psicologia da Universidade Paulista Campus Marquês, situada na Cidade de São Paulo.

2.2 Instrumentos e Aparatos de Pesquisa

A pesquisa científica foi elaborada a partir das bases de dados Scielo e Google Acadêmico, através de notebooks pessoais das autoras, além de papel, caneta e impressora.

2.3 Procedimentos de Coleta de Dados

A presente pesquisa bibliográfica foi realizada por meio de busca de artigos acadêmicos nas plataformas eletrônicas SciELO (Scientific Eletronic Library Online) e Google Acadêmico, utilizando a seguinte forma de pesquisa com as palavras-chave: Mídias Sociais AND Saúde Mental AND Adolescente AND Suicídio previamente verificadas no site Decs (Descritores em Ciências da Saúde).

Como critério de inclusão, foram elencados artigos em português que compreendessem o tema proposto neste trabalho, no período de 2014 a 2024, a partir da união das palavras-chave para a pesquisa. Foram excluídos artigos que compreendiam o assunto, mas em caráter preventivo do suicídio, não sendo o escopo deste estudo.

2.4 Procedimentos para Análise de Dados

A partir dos artigos encontrados nas bases de dados estipuladas (Scielo e Google Scholar), foram aplicados os critérios de inclusão (artigos em português que relacionavam o suicídio na adolescência com exposição excessiva às mídias sociais e influência de conteúdos midiáticos na mentalidade dos jovens) e exclusão (artigos que abordavam sobre a prevenção do suicídio e que não relacionavam diretamente o suicídio entre os jovens com as mídias sociais) para filtrar os trabalhos mais relevantes para esta revisão. Assim, dos 20 artigos encontrados, somente 11 foram incluídos neste estudo por se adequarem devidamente ao tema proposto.

Os artigos selecionados foram expostos em uma tabela elucidativa presente no tópico Resultados.

2.5 Ressalvas Éticas

De acordo com a Comissão Nacional de Ética em Pesquisa (CONEP), pelo fato do seguinte trabalho ser caracterizado como uma pesquisa bibliográfica e, portanto, sem envolvimento de seres humanos como participantes do estudo, não houve a necessidade de aprovação por parte do sistema CEP-CONEP.

Este trabalho também prezou pela propriedade intelectual de cada um dos autores citados, sem que houvesse cópia literal ou apropriação indevida do conteúdo das pesquisas norteadoras do presente estudo, sendo elencadas as devidas referências utilizadas a fim de dar os créditos aos autores mencionados.

3. RESULTADOS

A partir do levantamento bibliográfico realizado com o objetivo de obter a compreensão sobre o impacto das mídias sociais na saúde mental de adolescentes e suas possíveis causas no suicídio, utilizando as palavras-chave, foram encontrados 10 artigos relacionados na base de dados Scielo e 10 artigos na base de dados Google Acadêmico. Da plataforma Scielo, dos 10 artigos encontrados, foram excluídos 4 por estarem relacionados a gestantes, pacientes diabéticos, profissionais de saúde na pandemia do COVID-19 e promoção de saúde mental, que não são o escopo deste trabalho. Da base Google Acadêmico, foram excluídos 5 artigos, em que 4 estavam relacionados a prevenção do suicídio e 1 relacionado a série de ficção “*13 Reasons Why*”, que também não serão abordados neste estudo. Foi, então, confeccionada uma tabela (Tabela 1) compilando os artigos selecionados, totalizando 11 artigos analisados.

A tabela a seguir é composta pelos artigos levantados nas bases de dados com as seguintes informações: autor do artigo e ano da publicação, título, base de dados do qual foi retirado e objetivos, seguindo os critérios de inclusão do trabalho.

3.1 Tabela: Artigos utilizados a partir da revisão bibliográfica realizada.

Base de dados	Ano	Autor e Ano de publicação	Título	Objetivo
Google Acadêmico	2017	PEREIRA, Camila Corrêa Matias; BOTTI, Nadja Cristianne Lappann.	O suicídio na comunicação das redes sociais virtuais: revisão integrativa da literatura	Identificar na literatura científica as propriedades da comunicação sobre suicídio em redes sociais virtuais.
	2019	SIEBEL, Marcia Teresa; SANTOS, Bruna Da Silva; MOREIRA, Líbia Miranda; SANTOS, Viviane Silva.	A influência das redes sociais para o suicídio na adolescência	Identificar o impacto das redes sociais para o suicídio na adolescência, ressaltaremos suicídio na adolescência, redes sociais e as postagens que estimulam o suicídio.
	2018	BTESHE, Mariana.	O suicídio na mídia: reflexões para o cuidado em saúde mental	Discutir abertamente sobre os cuidados da saúde mental e o tabu do autoextermínio
	2021	DE FREITAS, Rodrigo Jacob Moreira; OLIVEIRA, Thaisa Natália Carvalho; DE MELO, Juce Ally Lopes <i>et al.</i>	Percepções dos adolescentes sobre o uso das redes sociais e sua influência na saúde mental	Identificar as percepções dos adolescentes sobre o uso das mídias sociais e seu impacto na saúde mental.
	2024	DE JESUS REIS, Andreza; TEIXEIRA, Bethania Serrão Peres; VIANA, Dayse Cristina Pereira.	Manejo do comportamento suicida de crianças e adolescentes: percepção dos profissionais da saúde mental infantojuvenil de um CAPSi do Distrito Federal	Conhecer a percepção dos profissionais de saúde mental de um Centro de Atenção Psicossocial Infantojuvenil (CAPSi), em uma região do Distrito Federal (DF), sobre

				o manejo do comportamento suicida de crianças e de adolescentes acompanhados neste serviço.
	2021	DOS SANTOS, Catiele.	COVID-19 e saúde mental dos adolescentes: Vulnerabilidades associadas ao uso de Internet e mídias sociais	Discutir os impactos do uso de internet e mídias sociais sobre a saúde mental dos adolescentes, sobretudo durante a pandemia de Covid-19.
Scielo	2024	RUFINO, Jéssica Vertuan; SIRTOLI, Rafaela; RODRIGUES, Renne <i>et al.</i>	Indicativo de depressão e fatores associados em estudantes de graduação de uma universidade pública	Analisar a associação entre indicativo de depressão e variáveis sociodemográfica, acadêmicas e de hábitos de vida em universitários.
	2023	GONÇALVES, Aline Ferreira; AVANCI, Joviana Quintes; NJAINE, Kathie.	“As giletes sempre falam mais alto”: o tema da automutilação em comunidades online	Compreender como o tema da automutilação é retratado em comunidades online brasileiras, apresentando uma reflexão sobre suas particularidades, as narrativas produzidas, as interações estabelecidas e a finalidade desse espaço digital.
	2021	KRAVETZ, Patrícia Louise; MADRIGAL, Bruna Chime; JARDIM, Emily Ravaneda.	Representações Sociais do Suicídio para adolescentes de uma Escola Pública de Curitiba, Paraná,	Compreender as Representações Sociais (RS) do Suicídio entre adolescentes do Ensino Médio de uma Escola Pública

			Brasil	de Curitiba, tal como as influências midiáticas sobre a construção dessas representações.
	2018	MARTINI, Thais Czepielewski, BALDEZ, Leticia S., GLIDDON, Daniel Prates <i>et al.</i>	Informações de saúde mental on-line: o que aprendemos com as métricas de mídias sociais na Semana de Saúde Mental do BuzzFeed	Analisar as interações da Semana de Saúde Mental do BuzzFeed (BFMHW) em seu próprio site e em plataformas de mídia social relacionadas (Facebook, Twitter e YouTube) usando métricas de entrega de informações em tópicos de saúde mental.
	2015	PIGOZI, Pamela Lamarca; MACHADO, Ana Lúcia.	Bullying na adolescência: visão panorâmica no Brasil	A pergunta norteadora desta revisão integrativa foi “O que têm produzido pesquisadores brasileiros acerca do <i>bullying</i> entre adolescentes”

Fonte: Elaborado pelos autores (2025).

Todos os artigos selecionados abordam a questão do suicídio em diferentes âmbitos. Segue uma breve descrição: dos 11 estudos incluídos, o artigo de Dos Santos (2021) associa o suicídio ao distanciamento social imposto pela pandemia do COVID-19 e ao aumento indiscriminado do uso das redes sociais como forma de entretenimento e socialização e à influência massiva de conteúdos virtuais sem a devida supervisão de pais e responsáveis. O trabalho de Pigozi *et al.* (2015) expõe o bullying crescente nas escolas e nas redes como um fator desencadeante do aumento do número de suicídio entre os jovens, bem como um aumento de vulnerabilidades da saúde mental como depressão, frustrações e ansiedade gerados no contexto social atual e potencializados pela internet, relatado no artigo de Santos (2021), elencado na tabela. Os artigos de Pereira *et al.* 2017, Bteshe, 2018 e Siebel *et al.*, 2019 apresentam

a relação direta entre suicídio e as redes e o impacto causado na saúde mental. Kravetz *et al.* (2021) e Rufino *et al.* (2024) retratam o panorama da saúde mental dos jovens no contexto estudantil. Já Martini *et al.* (2018) retrata, de forma métrica, a diversidade da saúde mental exposta nas plataformas de mídia social mais utilizadas, como o Facebook e o X (antigo Twitter). Outros dois artigos abordam a percepção da ação da rede social sobre a saúde mental, o artigo de Freitas *et al.* (2021) discute o tema pela perspectiva dos jovens e o de Jesus Reis *et al.* (2024) discute pela perspectiva de profissionais de saúde em um Centro de Atenção Psicossocial Infantojuvenil. Por fim, o trabalho de Gonçalves *et al.* (2023) traz a questão da automutilação como um alerta para um quadro psicológico que pode engatilhar ao suicídio.

Diante do levantamento bibliográfico realizado, foi possível verificar o crescente - e urgente - debate sobre o tema de saúde mental dos jovens expostos às mídias sociais.

4. DISCUSSÃO

Os artigos selecionados foram analisados por meio da verificação de conteúdo de acordo com as categorias temáticas a seguir.

4. 1 Saúde Mental, Mídias Sociais e Suicídio entre adolescentes

Segundo dados estatísticos da Fiocruz (2024), entre os anos 2000 e 2022, o suicídio representou cerca de 4,02% das mortes entre indivíduos de 10 a 29 anos. Já entre os adolescentes, a taxa de suicídio corresponde a 3,63% dos óbitos. Antigamente, as ocorrências de suicídios na adolescência eram menores do que entre os adultos jovens (20 a 30 anos), contudo, essa diferença foi estreitada nos últimos

anos, verificando-se um aumento importante no índice de auto extermínio entre adolescentes. A probabilidade de suicídio em ambos os grupos etários foi equivalente no ano de 2019 e em 2022, essa tendência na adolescência ultrapassou a do grupo de adultos jovens, com um aumento significativo nas chances de indivíduos de 10 a 19 anos tirarem a própria vida (21% maior do que entre jovens adultos). Essa mudança se agravou com a pandemia de Covid-19 e perpetuou com o passar dos anos (Fiocruz, 2024).

No que tange a saúde mental nas redes sociais, Pereira *et al.* (2017), Siebel *et al.* (2019) e Bteshe (2018) investigaram a influência e o impacto da comunicação e das redes sobre o suicídio em adolescentes. Pereira *et al.* (2017) trazem a referência de Robertson *et al.* (2012) que menciona que as comunicações virtuais expõem os jovens e aumentam o risco da disseminação da ideia de suicídio, como uma doença contagiosa, uma vez que diversos conteúdos sobre o assunto estão amplamente disponíveis em sites, comunidades, plataformas sociais com idealização de morte de forma individual ou coletiva entre os grupos e até mesmo especificando o comportamento suicida, as fragilidades do ser humano e a descrição detalhada de métodos letais que podem ser facilmente compartilhados on-line.

Pereira *et al.* (2017) ainda trazem um dado importante sobre a divulgação midiática dos casos de suicídio, em que aborda que quanto maior a divulgação do fato, maior é o efeito da disseminação da ocorrência, havendo um aumento estatístico do número de pessoas que se suicidam após acompanharem noticiários sobre auto extermínio, corroborando com o que é exposto de forma jornalística, em que, com a divulgação de um caso, diversos outros começam a ocorrer e ser noticiados na sequência.

De modo semelhante, Siebel *et al.* (2019) também destacam os perigos das redes “nas mãos” dos jovens sem a devida supervisão de pais ou responsáveis. Por diversas vezes, o intuito do compartilhamento de um conteúdo é potencializar e estimular comportamentos autodestrutivos em um público alvo vulnerável, como é o caso de muitos adolescentes que sofrem com depressão, *bullying* e problemas familiares. Os conteúdos expostos em sites, blogs e salas de bate papo, frequentemente assemelham-se com “tragédias” da vida de um jovem, como término de namoro, exclusão de grupos sociais escolares, oferecendo o suicídio como uma saída para os problemas vistos como “sem solução” para uma mente fragilizada. Diversos jogos on-line encorajam a prática suicida, como o jogo “Baleia Azul”, que

viralizou na mídia jornalística após vários casos de suicídio serem noticiados. E quanto mais casos ocorriam, maior o interesse pelo jogo e seu resultado: a foto do auto extermínio consagrado.

Bteshe (2018) levanta um ponto relevante na discussão sobre o suicídio, enfatizando a atual geração como indivíduos socialmente fragilizados, que transbordam em sentimentos de não pertencimento, colocando o suicídio como um problema de saúde pública que é pouco explorado e debatido na mídia de forma resolutiva, e sim como vítimas da sociedade.

Diante do uso desenfreado da internet pelos adolescentes, principalmente após a pandemia do COVID-19, Dos Santos (2021) propõe que haja sempre diálogo aberto e sem julgamentos entre pais e filhos, na tentativa de minimizar a busca por fins trágicos aos problemas da vida. Contudo, por inúmeras vezes o diálogo é negligenciado no contexto familiar, ficando por conta de educadores, nem sempre preparados, nas escolas para abordar assuntos de tamanha complexidade, cuja autoridade é questionada pelos jovens, uma vez que educadores não estão no papel dos pais ou responsáveis legais.

Segundo Rufino *et al.* (2024), a depressão é o principal fator desencadeante de auto mutilação e auto extermínio entre os escolares, uma questão que frequentemente é percebida no ambiente pedagógico e este não apresenta subsídios adequados para oferecer suporte emocional ao jovem. Assim, a internet se torna um espaço favorável para jovens depressivos, com baixa autoestima encontrarem seus nichos sociais, o que, apesar de ser uma fonte de acalento e um espaço de acolhimento, pode ser uma armadilha fatal.

Em contrapartida, em um Centro de Atenção Psicossocial (CAPS), os profissionais deveriam estar preparados para acolher e tratar o adolescente em sofrimento emocional intenso e/ou que tentou suicídio, contudo, segundo o estudo de Jesus Reis *et al.* (2024), estes profissionais não são capacitados adequadamente para atender tais demandas. Foi verificado neste serviço um aumento progressivo no número de tentativas de suicídios praticadas por jovens, evidenciando a necessidade de preparo dos profissionais e a falta de investimento nas equipes dos CAPs.

No estudo De Freitas *et al.* (2021), os autores discutem a compulsão dos adolescentes pelas redes sociais como uma ferramenta para não se sentirem sozinhos ou deslocados e com atenção voltada para si. No entanto, a perda da percepção de realidade com o passar do tempo, adentrando em um mundo irreal de

corpos perfeitos e de felicidade artificial, tornam o jovem suscetível à frustração consigo mesmo, depressão, isolamento social e auto extermínio para fim do sofrimento.

Associado a estes pontos, Kravetz *et al.* (2021) ressaltam que as experiências prévias vivenciadas pelos jovens são determinantes para desenvolvê-lo como indivíduo social para lidar com problemas cotidianos, mas diante de pessoas que apresentam experiências de vida virtuais em sua maioria, estas não possuem artifícios psicológicos bem desenvolvidos para elaborar e driblar questões sociais e enfrentar a realidade fora do mundo virtual. É uma geração de indivíduos emocionalmente despreparados para enfrentar a vida real, com frustrações e depressões constantes.

Como subterfúgio à dor psíquica, é comum entre os jovens em sofrimento psíquico a automutilação, transferindo a dor da psique para a dor física. No trabalho de Gonçalves *et al.* (2023), é retratado que a comunicação entre os jovens sobre o comportamento suicida e as reflexões sobre a morte nas comunidades virtuais reforçam o conceito de que grupos *online* de automutilação proporcionam acolhimento sem julgamentos de temas considerados tabus, o que muitas vezes não é encontrado no ambiente familiar, escolar e social do jovem fora do universo eletrônico. Visto a facilidade com que o adolescente vulnerável é absorvido por estas comunidades, é possível entender a dificuldade em abordar esse indivíduo introspectivo e pouco comunicativo antes que ele inicie a prática da mutilação, como ressalta o título do artigo “As giletes falam mais alto [...]”, e progrida para a ideação suicida e a consumação do ato.

O estudo de Martini *et al.* (2018) trouxe um outro dado relevante associado ao uso demasiado das redes sociais: a necessidade de, de alguma forma, ser notado. Em virtude disso, o compartilhamento de conteúdo sombrios em diversas plataformas aumenta o engajamento e, a depender do interesse público, viraliza facilmente. Martini *et al.* (2018) analisaram que a plataforma de vídeos *Youtube* apresenta o suicídio como um dos temas mais buscados e visualizados, dificultando a contenção de vídeos que exponham explicitamente este conteúdo sensível, mesmo com as políticas de segurança deste canal.

Há cerca de 20 anos, o bullying era mais restrito ao ambiente escolar, contudo, em um contexto atual de ampla disponibilidade tecnológica, o cyberbullying transcende as barreiras físicas, e os jovens, cada vez mais expostos aos conteúdo das redes sociais, passam a apresentar menos recursos psicossociais para conviver

em sociedade de forma saudável e pacífica, vivenciando conflitos interpessoais de forma extremista, com menos diálogo resolutivo e levando a desfechos trágicos como automutilação e ceifando a própria vida.

4.2 Bullying no espaço virtual

O bullying virtual, mais conhecido como cyberbullying, é caracterizado, de acordo com o site Brasil Escola, como “a prática da intimidação, da humilhação, da exposição vexatória, da perseguição, da calúnia e da difamação por meio de ambientes virtuais, como redes sociais, e-mail e aplicativos de mensagens” (Brasil Escola, 2025). É mais comum entre os adolescentes, mas há também grande ocorrência entre os adultos jovens.

Com os adventos das redes sociais e a possibilidade de se expressar amplamente nas mídias eletrônicas, essa prática criminosa do cyberbullying tem sido cada vez mais comum, causando cada vez mais danos psicossociais e levando até mesmo ao suicídio, uma vez que o indivíduo se sente acuado, sem perspectivas de vida e sem a possibilidade de contar com a ajuda de pais, responsáveis e até das autoridades.

Ainda com relação ao tempo excessivo de exposição do jovem às redes sociais, De Freitas *et al.* (2021) expõe uma questão importante que atrai tantos adolescentes ao ambiente virtual: o anonimato. O anonimato permite ao jovem expor seus pensamentos e angústias sem ser identificado por seus conhecidos e julgado, desbravando por um caminho, por vezes, com pessoas mal intencionadas que se aproveitam da ingenuidade ali presente. É assim que muitos adolescentes são persuadidos a se exporem física e mentalmente, sofrem bullying, são chantageados e até mesmo desafiados a cometerem suicídio. Associado a isso, outros autores, como Luxton *et al.* (2012), ressaltam que o risco de suicídio aumenta em vítimas de cyberbullying devido à instabilidade emocional, isolamento do convívio social e falta de esperança e perspectiva na vida.

Muitas vezes o ambiente acolhedor que a internet proporcionava anteriormente passa a ser uma armadilha fatal, não identificada a tempo pelos pais ou responsáveis legais. Por isso a importância de se realizar vigilância ativa e diálogo aberto com o

adolescente. Os achados de Pigozi *et al.* (2015) corroboram com os dados mencionados de Luxton *et al.* (2012) e de Freitas *et al.* (2021) de que quanto maior o tempo de exposição à internet, maior a chance de ocorrência de bullying virtual (cyberbullying), afetando significativamente a saúde emocional e o convívio em sociedade. De acordo com Pigozi *et al.* (2015), é nesse contexto perturbador que ocorrem inúmeros episódios violentos de tiroteios em escolas, protagonizados por adolescentes, que eram frequentemente agredidos, e que, por fim, submetem-se ao suicídio, na intenção distorcida da psique de acabar com o sofrimento e evitar as consequências de atos tão extremistas.

Segundo um estudo de Koyanagi *et al.* (2019) publicado na revista Americana de Psiquiatria em Crianças e Adolescentes e trazido para circulação nacional pela revista *Veja*, adolescentes entre 12 e 15 anos que sofrem bullying na escola apresentam risco até três vezes maior de tentar o suicídio, fortalecendo a relação entre a prática de violência no ambiente escolar e o pensamento suicida (Veja, 2019).

O Ministério da Educação realizou, em 2024, um relatório pelo Grupo de Trabalho de Especialistas em Violências nas Escolas em que registra a ocorrência de 36 casos de ataques a escolas brasileiras entre os anos de 2002 e 2023, sendo os agressores frequentemente alunos e ex-alunos ressentidos por vivenciaram situações de bullying. Este relatório ainda aponta a tamanha agressividade dos ataques e a falta de controle sobre discursos e práticas de ódio, que se disseminam facilmente pelos meios digitais, sendo o cyberbullying um formato ainda mais perigoso de agressão por ocorrer em ambientes virtuais pouco supervisionados e que possibilita total anonimato ao agressor (Perossi *et al.*, 2024).

É neste contexto psicossocial fragilizado que o adolescente está inserido e sem voz para um pedido de socorro. Familiares e cuidadores, por vezes, não identificam o sofrimento daquele jovem introspectivo, pouco comunicativo, a tempo, impossibilitando uma intervenção precoce ao apelo por atenção que é figurado em suicídio.

Por não identificarem previamente essa condição de angústia extrema e diante da perda familiar dolorosa, inúmeras vezes os familiares não formalizam uma denúncia e o criminoso que pratica o cyberbullying ficam impunes, pois o episódio é tratado como mais um caso isolado de suicídio por questões emocionais intrínsecas e a investigação apropriada não é realizada.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este trabalho visou abordar o impacto das redes sociais na saúde mental dos adolescentes brasileiros, expondo suas consequências negativas quando estas são utilizadas principalmente por jovens que sofrem com depressão, frustrações pessoais e isolamento social. Visto isso, foi possível concluir que este assunto ainda é abordado como tabu e pouco explorado principalmente no contexto familiar. É trabalhando o diálogo e o fortalecimento das relações dentro de casa que se inicia uma rede de apoio ao jovem, minimizando sua exposição a ambientes virtuais persuasivos e instigadores do suicídio como solução para problemas da realidade.

A análise dos 11 artigos selecionados neste estudo permitiu a interpretação das nuances do suicídio no adolescente agravadas pelo advento das redes sociais, bem como a percepção da dimensão deste problema de saúde pública. Ferramentas a princípio criadas para socialização e compartilhamento de informações, tornaram-se palcos de tragédias anunciadas, sem supervisão e controle, dificultando a abordagem de pais, responsáveis e até mesmo de especialistas no tema.

Diante de uma sociedade cada vez mais fragilizada, que potencializou sua vulnerabilidade, especialmente pelo isolamento social causado pela pandemia do COVID-19, o jovem é o elo mais sensível e facilmente atraído pelos espaços virtuais ilusoriamente acolhedores e compreensivos. É nesses ambientes que ele enxerga a possibilidade de se firmar, sem perceber as armadilhas emocionais, e às vezes físicas, plantadas.

Por fim, é preciso ampliar os estudos neste assunto, aumentando a repercussão social e captando maior atenção das autoridades para que estas desenvolvam políticas públicas resolutivas e não somente taxem os adolescentes como “vítimas da sociedade”.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ARNETT, J. J. **Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties**. Am. Psych. 2000.

BRASIL ESCOLA. **Cyberbullying**. Disponível em: <<https://brasilecola.uol.com.br/sociologia/cyberbullying.htm>>. Acesso em: 04 jun. 2025.

BTESHE, M. **O suicídio na mídia: reflexões para o cuidado em saúde mental**. Revista Eletrônica de Comunicação, Informação & Inovação em Saúde, [S. l.], v. 12, n. 3, 2018.

CASSORLA, R. M. S. **Suicídio: estudos brasileiros**. Campinas: Papirus. 1991.

CHINA, A. P. Z; BERNUZZI, C. C. **As contribuições da tecnologia para amenizar o impacto da pandemia**. FATEC Ribeirão Preto-SP – Faculdade de Tecnologia II Workshop de Tecnologia da Fatec Ribeirão Preto, v. 1, n. 2, dez., 2020.

DE FREITAS, Rodrigo Jacob Moreira *et al.* **Percepções dos adolescentes sobre o uso das redes sociais e sua influência na saúde mental**. Enfermería Global, v. 20, n. 4, p. 324-364, 2021.

DE JESUS REIS, Andreza; TEIXEIRA, Bethania Serrão Peres; VIANA, Dayse Cristina Pereira. **Manejo do comportamento suicida de crianças e adolescentes: percepção dos profissionais da saúde mental infantojuvenil de um CAPSi do Distrito Federal**. Health Residencies Journal-HRJ, v. 5, n. 24, 2024.

DESMURGET, M. **La fabrique du crétin digital**. 2019.

DOS SANTOS, Catiele. **COVID-19 e saúde mental dos adolescentes: Vulnerabilidades associadas ao uso de Internet e mídias sociais**. Holos, v. 3, p. 1-14, 2021.

DURKHEIM, É. **O suicídio: estudo sociológico**. Rio de Janeiro: Zahar, 1982.

DURKHEIM, É. **O suicídio**. São Paulo: Martins Fontes, 2000.

EISENSTEIN, E. **Desenvolvimento da sexualidade da geração digital**. Adolescência & Saúde, Rio de Janeiro/RJ, v. 10, supl. 1, p. 61-71, abr., 2013.

FIOCRUZ. **Probabilidade de adolescentes cometerem suicídio superou a de jovens adultos na pandemia.** Inform Ensp. 19 set 2024. Disponível em: <<https://portal.fiocruz.br/noticia/2024/09/probabilidade-de-adolescentes-cometerem-suicidio-superou-de-jovens-adultos-na#:~:text=Entre%202000%20e%202022%2C%20o,%2C%20a%204%2C21%25>>. Acesso em: 01 abr 2025.

GONÇALVES, A. F.; AVANCI, J. Q.; NJAINE, K. **“As giletes sempre falam mais alto”: o tema da automutilação em comunidades online.** Cad. Saúde Pública, v. 39, n. 4. 2023.

JUNIOR, C. M. S.; VIEIRA, A. L. **A influência das redes sociais nos casos de suicídio entre jovens e adolescentes brasileiros e o seu aumento durante a pandemia.** 14 ago 2020. Disponível em: <<https://www.migalhas.com.br/depeso/332002/a-influencia-das-redes-sociais-nos-casos-de-suicidio-entre-jovens-e-adolescentes-brasileiros-e-o-seu-aumento-durante-a-pandemia>>. Acesso em: 30 ago 2024.

KOVÁCS, M. J. **Morte e desenvolvimento humano.** São Paulo: Casa do Psicólogo. 1992.

KOYANAGI, A.; OH, H.; CARVALHO, A. F. *et al.* **Bullying Victimization and Suicide Attempt Among Adolescents Aged 12–15 Years From 48 Countries.** Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry, v. 58, n. 9, p. 907 - 918.e4. 2019.

KRAVETZ, P. L.; MADRIGAL, B. C.; JARDIM, E. R. **Representações Sociais do Suicídio para adolescentes de uma Escola Pública de Curitiba, Paraná, Brasil.** Ciênc. saúde coletiva, v.26, n. 4. 2021.

LUXTON, D. D., JUNE, J. D., FAIRALL, J. M.. **Social media and suicide: A public health perspective.** American Journal of Public Health, v. 102, n. 2, p. 195-200. 2012.

MAIA, J. O. Novos e híbridos letramentos em contexto de periferia. In: ROJO, Roxane. **Letramentos múltiplos, escola e inclusão social.** São Paulo: Parábola, 2013.

MARTINI, T. C.i, BALDEZ, L. S., GLIDDON, D. P. *et al.* **Mental health information online: what we have learned from social media metrics in BuzzFeed’s Mental Health Week.** Trends Psychiatry Psychother, v. 40, n. 4. 2018.

MAZETTO, M. **Internet e escola de mãos dadas - entrevista com Pierre Lévy.** Revista Gestão Educacional. 16 abr. 2018. Disponível em: <<https://www.gestaoeducacional.com.br/internet-e-escola-de-maos-dadas/>>. Acesso em: 30 ago 2024.

MINISTÉRIO DAS COMUNICAÇÕES. **Aumenta para 90% o número de domicílios com internet no Brasil.** 16 set. 2022. Disponível em: <<https://www.gov.br/mcom/pt-br/noticias/2022/setembro/aumenta-o-numero-de-domicilios-com-internet-no-brasil>>.

Acesso em: 03 set 2024.

MORON, P. **El suicidio**. México: Lito Arte. 1987.

NICOLOSI, R. H. O. S.; CONTRERA, M. S. **As dores do humano na sociedade midiática – um olhar sobre as relações entre suicídio e mídia**. Rev. Bras. de História da Mídia, São Paulo, v. 10, n. 1, p. 74-92, jan./jul. 2021.

OMS. **Preventing suicide: A global imperative**. World Health Organization. 2014.

OMS. **OMS destaca necessidade urgente de transformar saúde mental e atenção psicossocial [Comunicado à imprensa]**. Pan American Health Organization, 2022. Disponível em: <<https://www.paho.org/pt/noticias/17-6-2022-oms-destaca-necessidade-urgente-transformar-saude-mental-e-atencao>>. Acesso em: 02 set 2024.

OMS. **Histórico da pandemia de COVID-19**. Pan American Health Organization, 2019. Disponível em: <<https://www.paho.org/pt/covid19/historico-da-pandemia-covid-19>>. Acesso em: 27 ago 2024.

PATCHIN, J. W.; HINDUJA, S. **Cyberbullying and self-esteem**. J Sch Health, n. 80, v. 12, p. 614-21. 2010.

PEREIRA, C. C. M.; BOTTI, N. C. L.. **O suicídio na comunicação das redes sociais virtuais: Revisão integrativa da literatura**. Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental, Porto , n. 17, p. 17-24, jun. 2017. Disponível em <http://scielo.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1647-21602017000100003&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 13 mar. 2025.

PEREIRA, E.; MACÊDO, C.; FARIAS, A. **Suicídio e Adolescência: As Redes Sociais e o Efeito Copycat**. 2018. Disponível em: >http://www.editorarealize.com.br/revistas/conbracis/trabalhos/TRABALHO_EV071_M_D1_SA5_ID1312_15052017231858.pdf>. Acesso em: 03 set 2024.

PEROSSO, J.; BUENO, F.; CALDEIRA, C. **Ocorreram 36 ataques a escolas no Brasil entre 2002 e 2023**. Jornal da USP. 2024. Disponível em: <<https://jornal.usp.br/atualidades/ocorreram-36-ataques-a-escolas-no-brasil-entre-2002-e-2023/>>. Acesso em: 08 abr 2025.

PIAGET, J. **Intellectual evolution from adolescence to adulthood**. Human Development. 1972.

PIAGET, N. P. **O adolescente segundo Piaget**. Cap. 1. 1983.

PIGOZI, P. L.; MACHADO, A. L. **Bullying na adolescência: visão panorâmica no Brasil**. Ciênc. saúde colet. v. 20, n. 11. 2015.

PONTES, L. A. *et al.* **A influência das redes sociais no comportamento suicida dos adolescentes: uma revisão de literatura.** Dissertação. 2022. Disponível em: <<https://uniateneu.edu.br/wp-content/uploads/2022/10/A-INFLUENCIA-DAS-REDES-SOCIAIS-NO-COMPORTAMENTO-SUICIDA-DOS-ADOLESCENTES-UMA-REVISAO-DE-LITERATURA.pdf>>. Acesso em: 03 set 2024.

PORTUGAL, Sílvia. Contributos para uma discussão do conceito de rede na teoria sociológica. Coimbra: Centro de Estudos Sociais, Universidade de Coimbra, 2007. (Oficina do CES, n. 271). Disponível em: <https://www.ces.uc.pt/publicacoes/oficina/271/271.pdf>. Acesso em: 1 out. 2025.

PRADO, I. C. O uso das mídias sociais durante a pandemia do covid-19. **Repositório Institucional da UFU.** 2021. Disponível em: <<https://repositorio.ufu.br/bitstream/123456789/33332/1/UsoM%C3%ADdiasSociais.pdf>>. Acesso em: 30 ago 2024.

RECUERO, R. **Mídia x rede social.** Social Media. Brasil, [2010]. Disponível em: <http://www.raquelrecuero.com/arquivos/midia_x_rede_social.html>. Acesso em: 27 ago 2024.

ROBERTSON, L., SKEGG, K., POORE, M., WILLIAMS, S., & TAYLOR, B. **An adolescent suicide cluster and the possible role of electronic communication technology.** *Crisis*, n. 33, v. 4, p. 239-245. 2012.

RUFINO, J. V.; SIRTOLI, R.; RODRIGUES, R. *et al.* **Indicativo de depressão e fatores associados em estudantes de graduação de uma universidade pública.** *Cad. Saúde. Colet.*, v. 32, n. 3. 2024.

SÃO PAULO. Secretaria de Comunicação Social. Governo Federal. **Manual de Orientação para Atuação em Mídias Sociais:** identidade padrão de comunicação digital do poder executivo federal. São Paulo: Secretaria de Comunicação Social, versão 2.0 | 12/2014. Disponível em: <<https://www.gov.br/gestaodeconteudo/pt-br/arquivos/manual-de-redes-sociais-idg.pdf>>. Acesso em: 27 ago 2024.

SIEBEL, M. T.; SANTOS, B. S.; MOREIRA, L. M.; SANTOS, V. S. **A influência das redes sociais para o suicídio na adolescência.** *Revista Ciência (In) Cena*, [S. l.], v. 1, n. 6, 2022. Disponível em: <<https://estacio.periodicoscientificos.com.br/index.php/cienciaincenabahia/article/view/876>>. Acesso em: 13 mar. 2025.

SOUSA, R. R. R. M. B. de. Potencialidades educacionais do ciberespaço: uma reflexão sobre a utilização das redes sociais virtuais em práticas de ensino. **Revista Educação Pública**, v. 20, nº 45, 24 de novembro de 2020. Disponível em: <<https://educacaopublica.cecierj.edu.br/artigos/20/45/potencialidades-educacionais->

[do-ciberespaco-uma-reflexao-sobre-a-utilizacao-das-redes-sociais-virtuais-em-praticas-de-ensino](#)>. Acesso em: 30 ago 2024.

STEINBERG, L. **Adolescence**. McGraw-Hill Education. Annual rept. 30 Sep 2013 - 29 Sep 2014.

TORO, G. V. R. *et al.* O desejo de partir: um estudo a respeito da tentativa de suicídio. *Psicol. rev.* (Belo Horizonte) [online], v.19, n.3, p. 407-421. ISSN 1677-1168. 2013. Disponível em: <<http://dx.doi.org/DOI-10.5752/P.1678-9563.2013v19n3p407>>. Acesso em: 16 set 2024.

TURKLE, S. **Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other**. 2011.

UNICEF. **The State of the World's Children 2017**. 2017. Disponível em: <<https://criancaeconsumo.org.br/biblioteca/the-state-of-the-worlds-children-2017/>>. Acesso em: 24 ago 2024.

UNICEF. **Children in a Digital World**. 2019. Disponível em: <https://www.unicef.org/media/48581/file/SOWC_2017_ENG.pdf>. Acesso em: 24 ago 2024.

UNIMARCA MARKETING. **Como as mídias sociais surgiram e quais seus impactos?**. Santa Catarina: Brasil, [2020]. Disponível em: <<https://unimarca.com.br/como-as-midias-sociais-surgiram-e-quais-seus-impactos/>>. Acesso em: 27 ago 2024.

VEJA. **Bullying: 1 em cada 5 crianças pensa em suicídio depois da agressão**. *Rev Veja online*. 2019. Disponível em: <<https://veja.abril.com.br/saude/alerta-1-em-cada-5-criancas-pensa-em-suicidio-por-cao-do-bullying/>>. Acesso em: 08 abr 2025.

VENCO, S.; BARRETO, M. **O sentido social do suicídio no trabalho**. *Revista Espaço Acadêmico*, v. 9, n. 108, p. 1-8. 2010.