

# OS IMPACTOS DA REDE SOCIAL NA SAUDE MENTAL DOS ADOLESCENTES: REVISÃO INTEGRATIVA

THE IMPACTS OF SOCIAL MEDIA ON ADOLESCENTS' MENTAL HEALTH: AN  
INTEGRATIVE REVIEW

Ciências da Saúde • 02/06/2026

REGISTRO DOI: [10.70773/revistatopicos/780383297](https://doi.org/10.70773/revistatopicos/780383297)

Fabiana Diniz Lopes<sup>1</sup>

Cleide Guidugli<sup>2</sup>

Luiz Carlos Viana Barbosa<sup>3</sup>

Samira Simone Bittar<sup>4</sup>

Andrea Bottoni<sup>5</sup>

## RESUMO

O presente estudo analisa os impactos do uso de redes sociais na conexão social e nos desfechos de saúde em adolescentes. Trata-se de uma revisão integrativa realizada nas bases PubMed e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), incluindo estudos publicados entre 2021 e 2025. Utilizados descritores relacionados a adolescentes, redes sociais, apoio social, solidão, saúde mental e qualidade de vida. O processo de seleção seguiu as recomendações do PRISMA, resultando na inclusão de 14 estudos. Os dados foram analisados por síntese narrativa temática. Os estudos evidenciam associação entre uso intensivo ou problemático de redes sociais e sintomas de depressão, ansiedade, sofrimento psicológico e solidão. Observou-se que os efeitos das redes sociais são mediados por fatores contextuais, como qualidade das interações, suporte parental, autoestima e relações sociais offline. Também foram identificados efeitos positivos relacionados ao apoio social, pertencimento e conexão entre adolescentes socialmente vulneráveis. Conclui-se que o uso de redes sociais exerce impactos complexos e multifatoriais sobre a saúde mental e a conexão social de adolescentes. Estratégias em saúde pública devem priorizar educação digital crítica, fortalecimento de vínculos sociais e promoção do uso saudável das tecnologias digitais.

**Palavras-chave:** Adolescentes; Redes sociais; Saúde mental; Apoio social; Solidão.

## ABSTRACT

The present study analyzes the impacts of social media use on social connection and health outcomes among adolescents. This is an integrative review conducted in the PubMed and Virtual Health Library (BVS) databases, including studies published between 2021 and 2025. Descriptors related to adolescents, social media, social

support, loneliness, mental health, and quality of life were used. The selection process followed PRISMA recommendations, resulting in the inclusion of 14 studies. Data were analyzed through thematic narrative synthesis. The studies show an association between intensive or problematic social media use and symptoms of depression, anxiety, psychological distress, and loneliness. It was observed that the effects of social media are mediated by contextual factors, such as the quality of interactions, parental support, self-esteem, and offline social relationships. Positive effects related to social support, belonging, and connection among socially vulnerable adolescents were also identified. It is concluded that social media use has complex and multifactorial impacts on adolescents' mental health and social connection. Public health strategies should prioritize critical digital education, the strengthening of social bonds, and the promotion of healthy use of digital technologies.

**Keywords:** Adolescents; Social media; Mental health; Social support; Loneliness.

## 1. INTRODUÇÃO

O avanço das tecnologias digitais e a expansão das plataformas de redes sociais transformaram profundamente as formas de interação social, especialmente entre adolescentes, grupo que apresenta elevada adesão a essas mídias no cotidiano (Rutter et al., 2021). Nesse contexto, as redes sociais deixaram de ser apenas instrumentos de comunicação para se consolidarem como espaços centrais de construção de identidade, pertencimento e sociabilidade, influenciando diretamente aspectos psicossociais e comportamentais dessa população (You et al., 2022).

A adolescência constitui um período crítico do desenvolvimento humano, caracterizado por intensas mudanças biológicas, cognitivas e sociais, bem como pela maior vulnerabilidade a agravos em saúde mental (Yu; Du, 2022). Nesse cenário, a interação mediada por tecnologias pode desempenhar papel ambivalente: por um lado, favorece a ampliação de redes de apoio, o fortalecimento de vínculos sociais e a expressão de identidade; por outro, pode intensificar experiências de isolamento, comparação social negativa e exposição a conteúdos potencialmente prejudiciais (Holt-Lunstad, 2022).

O uso intensivo ou problemático de redes sociais pode estar associado a desfechos adversos em saúde mental, incluindo sintomas de depressão, ansiedade e sofrimento psicológico, além de impactos negativos no bem-estar subjetivo (Holt-Lunstad, 2022; Rutter et al., 2021). O aumento do tempo de exposição e a dependência dessas plataformas podem estar relacionados ao agravamento de sentimentos de solidão e à redução da qualidade das interações sociais presenciais (Rutter et al., 2021; Sarman; Tuncay, 2023).

Entretanto, essa relação não se apresenta de forma linear ou homogênea. A associação entre uso de redes sociais, conexão social e saúde mental em adolescentes envolve fatores individuais, familiares e relacionais, como autoestima, comportamento parental, qualidade das relações interpessoais e pertencimento a grupos socialmente vulneráveis (Charmaraman et al., 2024; Plackett; Sheringham; Dykxhoorn, 2023; Steinsbekk; Nesi; Wichstrøm, 2023; Yu; Zhou, 2024). Nessa perspectiva, as redes sociais não devem ser compreendidas apenas como fator de risco, pois também podem

atuar como espaços de apoio, pertencimento e conexão para determinados grupos de adolescentes.

Observa-se uma crescente necessidade de compreender de forma integrada os impactos do uso de redes sociais sobre a conexão social e os desfechos em saúde na adolescência, considerando tanto seus potenciais riscos quanto seus benefícios.

Diante desse cenário, o presente estudo tem como objetivo analisar, por meio de uma revisão integrativa da literatura, os impactos do uso de redes sociais na conexão social e nos desfechos de saúde em adolescentes, sintetizando evidências recentes e contribuindo para o avanço do conhecimento.

## **2. OBJETIVO**

O presente estudo tem como objetivo analisar os impactos do uso de redes sociais sobre desfechos de saúde mental em adolescentes, considerando indicadores de apoio social, pertencimento, solidão, padrões de uso e fatores contextuais envolvidos nessa relação.

## **3. METODOLOGIA**

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, orientada pelas recomendações do PRISMA para organização do processo de identificação, triagem, elegibilidade e inclusão dos estudos. A pesquisa teve como objetivo sintetizar evidências científicas sobre os impactos do uso de redes sociais na conexão social e na saúde mental dos adolescentes.

Neste estudo, o conceito de conexão social compreende dimensões relacionadas a apoio social, pertencimento, *social connectedness* e

percepção subjetiva de vínculos interpessoais.

## **Estratégia de busca**

A busca bibliográfica realizada nas bases PubMed e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), no período de janeiro de 2021 a dezembro de 2025. Foram utilizados descritores controlados e termos livres, combinados por operadores booleanos (AND/OR), conforme os vocabulários MeSH e DeCS. Adicionalmente, foram aplicados filtros para estudos com humanos, publicados nos idiomas português, inglês e espanhol.

### **Estratégia de busca no PubMed**

("Adolescent" OR adolescent\* OR teenager\* OR youth) AND ("Social Media" OR "social networking" OR "social media" OR "digital media") AND ("Social Support" OR "Loneliness" OR "Mental Health" OR "Quality of Life")

### **Estratégia de busca na BVS**

(adolescentes OR adolescent\* OR teenagers OR youth) AND ("redes sociais" OR "social media" OR "social networking") AND ("apoio social" OR "solidão" OR "saúde mental" OR "qualidade de vida")

Critérios de inclusão

- Estudos publicados entre 2021 e 2025;
- População composta por adolescentes;
- Estudos que abordassem o uso de redes sociais;

- Investigação de desfechos relacionados à conexão social e/ou saúde mental.

#### Critérios de exclusão

- Estudos com população exclusivamente adulta ou infantil;
- Revisões de literatura, editoriais, cartas ao editor e opiniões;
- Estudos que abordassem exclusivamente internet, videogames ou tecnologias digitais sem análise específica de redes sociais;
- Estudos sem relação direta com saúde mental ou conexão social.

#### **Processo de seleção dos estudos**

A seleção dos estudos foi realizada em quatro etapas:

1. Identificação: leitura dos títulos e resumos dos artigos recuperados nas bases;
2. Triagem: exclusão de estudos duplicados e daqueles que não atendiam aos critérios de elegibilidade;
3. Elegibilidade: leitura na íntegra dos artigos potencialmente relevantes;
4. Inclusão: seleção final dos estudos que compuseram a amostra da revisão.

A seleção dos estudos foi realizada de forma independente por dois revisores. Divergências foram resolvidas por consenso entre os

pesquisadores.

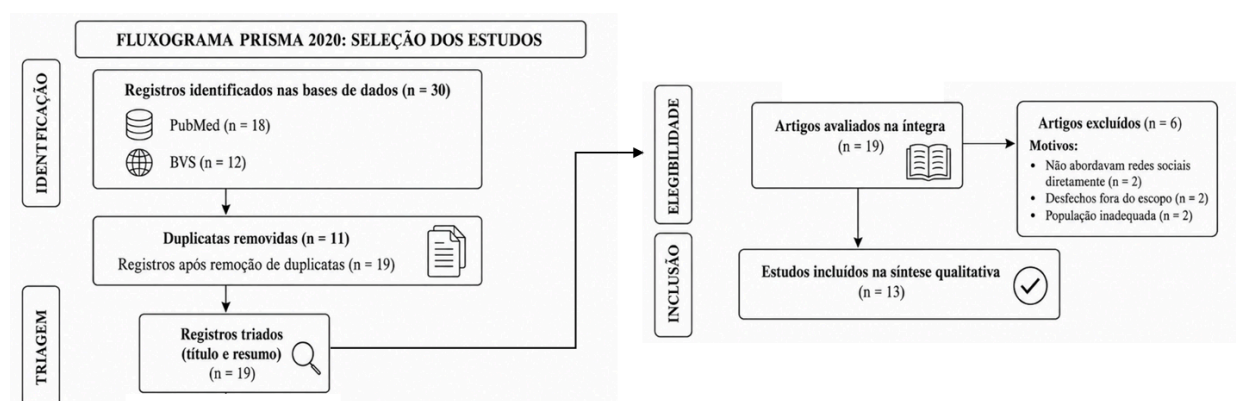
## Extração e análise dos dados

Os estudos incluídos foram organizados em um quadro, a partir de extração padronizada das seguintes informações: autores e ano de publicação, base de dados de origem, país de realização, delineamento metodológico, amostra, tipo de exposição relacionada ao uso de redes sociais, desfechos principais e resultado geral.

## 4. RESULTADOS

A busca nas bases PubMed e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) resultou em 30 registros. Após a remoção de duplicatas, permaneceram 19 registros para triagem. Para análise da elegibilidade, foi realizada a leitura completa dos 19 artigos, etapa na qual 6 estudos foram excluídos por não atenderem integralmente aos critérios de elegibilidade. Assim, a amostra final foi composta por 13 estudos.

**Figura 1:** Fluxograma de identificação, triagem, elegibilidade e inclusão dos estudos.



Fonte: Elaborada pelos autores.

Após a definição da amostra final, os 13 estudos incluídos foram caracterizados quanto ao ano de publicação, delineamento metodológico, país de realização, características da amostra e dimensões do uso de redes sociais avaliadas. As publicações ocorreram entre 2021 e 2025, com maior concentração nos anos de 2023 e 2024. Quanto ao delineamento metodológico, observou-se predominância de estudos observacionais transversais, seguidos por estudos longitudinais, de coorte e qualitativos.

Em relação à distribuição geográfica, os estudos foram conduzidos principalmente em países de alta renda, com destaque para Estados Unidos, Canadá, Reino Unido, Suíça, Noruega, Turquia e Hong Kong. Apenas um estudo brasileiro foi identificado, realizado com adolescentes de Salvador e Região Metropolitana.

As amostras incluíram adolescentes entre 10 e 19 anos, com tamanhos variando de estudos qualitativos com pequenos grupos até grandes amostras populacionais. Os estudos avaliaram diferentes dimensões do uso de redes sociais, incluindo tempo diário de exposição, número de plataformas utilizadas, uso intenso, uso problemático ou aditivo, tipo de interação e suporte social online.

Após a definição da amostra final, os 13 estudos incluídos foram organizados em uma tabela de caracterização, contemplando informações sobre autoria, ano de publicação, base de dados, país de realização, delineamento metodológico, amostra, tipo de uso de redes sociais avaliado, desfechos principais e resultado geral.

**Tabela 1:** Caracterização dos estudos incluídos na revisão integrativa.

	Cores/Ano	Base de Dados / Estudo de Origem	País	Delineamento Metodológico	Amostragem
1	Blackwell et al. (2025)	NIH ECHO Study	EUA	Transversal	963 adolescentes (13-14 anos)

⚠ Esta tabela possui muitas colunas e foi cortada para impressão. Para visualizá-la completa, acesse o artigo original em: <https://revistatopicos.com.br/artigos/os-impactos-da-rede-social-na-saude-mental-dos-adolescentes-revisao-integrativa?noblockage>

Os desfechos investigados concentraram-se em quatro eixos principais: 1. saúde mental (incluindo depressão, ansiedade e sofrimento psicológico); 2. conexão social (incluindo apoio social, pertencimento e *connectedness*); 3. solidão e isolamento social e 4. qualidade de vida relacionada à saúde. Observou-se sobreposição entre os desfechos, sendo frequente a análise simultânea de indicadores de saúde mental e conexão social.

### 1. Saúde Mental: Depressão, Ansiedade e Sofrimento Psicológico

Nota-se uma associação entre o uso excessivo de plataformas digitais e a presença de sintomas. De acordo com Mougharbel et al., (2023), adolescentes que utilizam redes sociais por três horas ou mais diariamente apresentam maiores chances de sofrimento psicológico grave. Complementarmente, Nagata et al., (2025) estudo longitudinal com adolescentes em fase inicial da adolescência,

observaram que maior tempo de uso de redes sociais esteve associado ao aumento posterior de sintomas depressivos.

Sob uma perspectiva qualitativa, Santana et al., (2024) destacam que a comparação social, motivada por padrões de beleza irreais, atua como gatilho para crises de ansiedade e comportamentos autodepreciativos. No entanto, a literatura apresenta nuances: Steinsbekk, Nesi e Wichstrøm (2023) não encontraram uma relação causal direta entre a frequência de comportamentos específicos (como postar ou curtir) e o desenvolvimento de transtornos diagnosticáveis a longo prazo, sugerindo que o impacto pode ser mediado por vulnerabilidades individuais. Por fim, Yu e Du (2022) associam o vício em redes sociais (SNA) consistentemente a piores estados de saúde mental.

## 2. Conexão Social: Apoio, Pertencimento e Connectedness

As redes sociais configuram-se como um ambiente ambivalente para o desenvolvimento de vínculos. Blackwell et al., (2025) identificaram que a qualidade das amizades e das relações com pares apresentou maior relevância para a saúde mental do que o uso isolado das redes sociais.

Charmaraman et al., (2024) observaram que, entre adolescentes pertencentes a minorias sexuais, determinadas formas de participação em redes sociais estiveram associadas à percepção de apoio social e validação de identidade. Adicionalmente, Plackett, Sheringham e Dykxhoorn (2023) indicaram que autoestima e fatores relacionais ajudam a explicar a associação entre uso de redes sociais e saúde mental.

Assim, os achados deste eixo mostram que a conexão social mediada pelas redes sociais depende da qualidade das interações, das relações interpessoais e das características dos grupos analisados.

### 3. Solidão e Isolamento Social

A solidão e o isolamento social apareceram como desfechos relevantes em diferentes estudos, com resultados variáveis conforme a plataforma, o tipo de uso e o perfil dos adolescentes. Charmaraman et al., (2024) indicam que o uso de TikTok e Instagram está associado a menores níveis de solidão entre adolescentes LGBTQ+, servindo como um mecanismo de proteção contra o estresse de minorias. Em contrapartida, Sarman e Tuncay (2023) notaram que, embora o uso do Twitter possa reduzir a solidão ao permitir a expressão de opiniões, ele também está ligado ao aumento de sentimentos de raiva e intolerância devido à exposição a conteúdos negativos.

Rutter et al., (2021) identificaram associação entre maior uso de redes sociais e sintomas mais severos de depressão, ansiedade e solidão. Santana et al., (2024) também apontaram que o isolamento social durante a pandemia de COVID-19 esteve relacionado ao aumento da dependência digital entre adolescentes.

De forma geral, os estudos indicam que a relação entre redes sociais e solidão não ocorre de maneira uniforme, variando conforme o tipo de uso, a plataforma utilizada e o contexto social dos adolescentes.

### 4. Qualidade de Vida Relacionada à Saúde (HRQoL)

A qualidade de vida relacionada à saúde foi investigada em estudos que analisaram tempo de uso, número de plataformas utilizadas e condições contextuais associadas ao bem-estar dos adolescentes. You et al., (2022) observaram que o uso de maior número de plataformas e o maior tempo diário de uso estiveram associados a pior qualidade de vida relacionada à saúde.

Fatores contextuais também são determinantes. Dumont et al., (2022) observaram que o bem-estar dos adolescentes caiu drasticamente durante a pandemia, especialmente naqueles vivendo em ambientes familiares com dificuldades financeiras ou com pais em sofrimento psicológico. Além disso, Yu e Zhou, (2024) advertem que estratégias de mediação parental puramente restritivas e reativas (como confiscar aparelhos) podem ser contraproducentes, elevando o risco de vício em redes sociais em vez de mitigá-lo.

A qualidade de vida relacionada à saúde dos adolescentes, pode ser afetada tanto por padrões de uso das redes sociais quanto por fatores familiares e contextuais associados à vida dos adolescentes.

De forma geral, os resultados evidenciam que o uso de redes sociais na adolescência se relaciona de maneira heterogênea com a saúde mental, a conexão social, a solidão e a qualidade de vida relacionada à saúde. Os estudos analisados indicaram predominância de associações entre uso intensivo, problemático ou aditivo e piores indicadores de saúde mental e qualidade de vida, embora também tenham sido identificados efeitos positivos em contextos específicos, especialmente quando as redes sociais favoreceram apoio social, pertencimento e conexão entre pares. Assim, os achados apontam que os impactos das redes sociais variam conforme o tempo de uso,

o tipo de interação, a plataforma utilizada e os fatores individuais, familiares e sociais envolvidos.

## **5. DISCUSSÃO**

Os achados desta revisão indicam que a relação entre uso de redes sociais e saúde mental na adolescência deve ser compreendida de forma multidimensional. A adolescência é um período marcado por transformações biológicas, subjetivas e relacionais, no qual os vínculos sociais, o pertencimento, a família, a escola e as condições de vida exercem influência importante sobre o bem-estar. Nesse sentido, a análise dos impactos das redes sociais não deve se limitar à quantidade de tempo de uso, mas considerar também a qualidade das interações, os contextos de vulnerabilidade e os recursos de apoio disponíveis aos adolescentes.

Essa compreensão dialoga com a perspectiva de Holt-Lunstad (2022), ao tratar a conexão social como dimensão relevante da saúde pública e dos determinantes sociais da saúde. Apoio social, pertencimento e vínculos interpessoais não constituem aspectos secundários da vida dos adolescentes, mas elementos associados ao bem-estar, à proteção psicossocial e à qualidade de vida. Dessa forma, os resultados desta revisão reforçam que as redes sociais precisam ser analisadas não apenas como espaços de exposição a riscos, mas também como ambientes nos quais se constroem relações, identidades e formas de reconhecimento social.

Ao mesmo tempo, a literatura institucional recomenda cautela diante dos efeitos das redes sociais sobre crianças e adolescentes. Segundo Office of the Surgeon General (2023) há preocupações crescentes sobre os efeitos das redes sociais na saúde mental de

crianças e adolescentes. De modo semelhante, a American Psychological Association (APA), destaca que os efeitos das redes sociais variam conforme características individuais, estágio de desenvolvimento, vulnerabilidades, conteúdo acessado e formas de uso.

Essa abordagem é importante porque desloca a discussão de uma visão centrada exclusivamente no risco individual para uma leitura mais contextualizada da saúde mental de adolescentes. A Organização Mundial da Saúde (2025) destaca que transtornos mentais na adolescência representam importante carga de adoecimento nessa faixa etária, com depressão e ansiedade entre as principais causas de sofrimento e incapacidade. O UNICEF (2021) também ressalta que a saúde mental de crianças e adolescentes é atravessada por fatores sociais, familiares, econômicos e relacionais. Portanto, os resultados desta revisão devem ser interpretados dentro de um cenário mais amplo de vulnerabilidades e necessidades de cuidado, e não como consequência isolada do uso de tecnologias digitais.

No contexto brasileiro, essa discussão pode ser articulada às estratégias de promoção da saúde e cuidado integral de adolescentes. O Programa Saúde na Escola (PSE) constitui uma referência importante por integrar saúde e educação, permitindo que temas relacionados à convivência, bem-estar, saúde mental, vínculos e qualidade de vida sejam abordados no cotidiano escolar. Essa articulação é relevante porque a escola ocupa papel central na vida dos adolescentes e pode favorecer ações preventivas e educativas que não se limitem à restrição do uso de telas, mas considerem modos de socialização, relações familiares, apoio entre pares e sofrimento psíquico.

Desse modo, os resultados sugerem que estratégias voltadas à saúde mental de adolescentes devem evitar recomendações genéricas e isoladas, como apenas reduzir o tempo de tela. Embora o tempo de uso seja uma dimensão relevante, ele não explica sozinho os desfechos observados. O tipo de interação, o conteúdo acessado, a mediação familiar, a presença de apoio social, a solidão e as condições de vida também participam dessa relação. A própria American Psychological Association (2023), recomenda que o uso de redes sociais por adolescentes seja acompanhado por orientações de letramento digital, proteção contra conteúdos prejudiciais, preservação do sono, equilíbrio com atividades presenciais e apoio de adultos responsáveis.

Assim, a discussão dos achados evidencia que os impactos das redes sociais na saúde mental de adolescentes não podem ser compreendidos de forma linear ou homogênea. O uso dessas plataformas envolve riscos e possibilidades, dependendo dos padrões de uso, da qualidade das interações e dos contextos familiares, sociais e institucionais nos quais os adolescentes estão inseridos. Essa compreensão amplia o debate para além da exposição às telas e reforça a importância de considerar conexão social, pertencimento, vulnerabilidade e cuidado como dimensões centrais na análise da saúde mental na adolescência.

## **6. CONCLUSÃO**

Esta revisão integrativa permitiu analisar os impactos do uso de redes sociais sobre a saúde mental de adolescentes, considerando desfechos relacionados à depressão, ansiedade, sofrimento psicológico, apoio social, pertencimento, solidão e qualidade de vida. Os achados indicam que essa relação não ocorre de forma linear ou

homogênea, pois depende dos padrões de uso, da qualidade das interações, do suporte familiar e social, bem como dos contextos de vulnerabilidade em que os adolescentes estão inseridos.

De modo geral, o uso intensivo, problemático ou aditivo das redes sociais esteve associado a piores indicadores de saúde mental e qualidade de vida. Entretanto, os resultados também apontaram que, em determinados contextos, as redes sociais podem favorecer apoio social, pertencimento, reconhecimento e conexão entre pares, especialmente quando funcionam como espaços de interação e validação social.

Como limitação, destaca-se a heterogeneidade dos estudos incluídos, especialmente quanto aos delineamentos metodológicos, instrumentos utilizados e formas de mensuração do uso de redes sociais e dos desfechos em saúde mental. Além disso, a presença de estudos transversais limita a possibilidade de estabelecer relações causais entre o uso de redes sociais e os desfechos analisados.

Dessa forma, os impactos das redes sociais na adolescência devem ser compreendidos de maneira contextualizada, evitando interpretações simplificadas que as classifiquem apenas como fator de risco ou de proteção. A principal contribuição desta revisão está em evidenciar que o debate sobre redes sociais e saúde mental de adolescentes deve considerar não apenas o tempo de uso, mas também os modos de interação, os vínculos estabelecidos, os recursos de apoio disponíveis e as condições familiares, sociais e institucionais que atravessam a experiência dos adolescentes.

Assim, os resultados reforçam a importância de abordagens em saúde pública que contemplem a promoção da saúde mental, o

fortalecimento da conexão social e o uso crítico das tecnologias digitais, especialmente em espaços estratégicos de cuidado e formação, como a escola, a família e os serviços de saúde.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BLACKWELL, Courtney K. *et al.* Adolescent Social Media Use and Mental Health in the Environmental Influences on Child Health Outcomes Study. **Journal of Adolescent Health**, v. 76, n. 4, p. 647–656, abr. 2025.

CHARMARAMAN, Linda *et al.* Sexual Minorities and Loneliness: Exploring Sexuality through Social Media and Gender–Sexuality Alliance (GSA) Supports. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 21, n. 3, p. 300, 4 mar. 2024.

**Decreto**                    **nº**                    **6286.**                    Disponível                    em:  
[https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/\\_ato2007-2010/2007/decreto/d6286.htm](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2007/decreto/d6286.htm). Acesso em: 24 maio. 2026.

DUMONT, Roxane *et al.* Determinants of adolescents’ Health-Related Quality of Life and psychological distress during the COVID-19 pandemic. **PLOS ONE**, v. 17, n. 8, p. e0272925, 11 ago. 2022.

**Health advisory on social media use in adolescence.** Disponível em: <https://www.apa.org/topics/social-media-internet/health-advisory-adolescent-social-media-use>. Acesso em: 24 maio. 2026.

HOLT-LUNSTAD, Julianne. Social Connection as a Public Health Issue: The Evidence and a Systemic Framework for Prioritizing the “Social” in Social Determinants of Health. **Annual Review of Public Health**, v. 43, n. 1, p. 193–213, 5 abr. 2022.

MOUGHARBEL, Fatima *et al.* Heavy social media use and psychological distress among adolescents: the moderating role of sex, age, and parental support. **Frontiers in Public Health**, v. 11, p. 1190390, 15 jun. 2023.

NAGATA, Jason M. *et al.* Social Media Use and Depressive Symptoms During Early Adolescence. **JAMA Network Open**, v. 8, n. 5, p. e2511704, 21 maio 2025.

PLACKETT, Ruth; SHERINGHAM, Jessica; DYKXHOORN, Jennifer. The Longitudinal Impact of Social Media Use on UK Adolescents' Mental Health: Longitudinal Observational Study. **Journal of Medical Internet Research**, v. 25, p. e43213, 24 mar. 2023.

RUTTER, Lauren A. *et al.* Social Media Use, Physical Activity, and Internalizing Symptoms in Adolescence: Cross-sectional Analysis. **JMIR Mental Health**, v. 8, n. 9, p. e26134, 15 set. 2021.

SANTANA, Ramiro Rodrigues Coni *et al.* Uso de redes sociais e saúde mental: um estudo qualitativo com adolescentes de Salvador e Região Metropolitana, Bahia. **Revista Psicologia, Diversidade e Saúde**, v. 13, p. e5823, 27 nov. 2024.

SARMAN, Abdullah; TUNCAY, Suat. The relationship of Facebook, Instagram, Twitter, TikTok and WhatsApp/Telegram with loneliness and anger of adolescents living in Turkey: A structural equality model. **Journal of Pediatric Nursing**, v. 72, p. 16–25, set. 2023.

Social Media and Youth Mental Health. *[S.d.]*.

STEINSBEKK, Silje; NESI, Jacqueline; WICHSTRØM, Lars. Social media behaviors and symptoms of anxiety and depression. A four-wave

cohort study from age 10–16 years. **Computers in Human Behavior**, v. 147, p. 107859, out. 2023.

UNICEF (ORG.). **On my mind: promoting, protecting and caring for children's mental health**. New York, NY: UNICEF, 2021.

YOU, Yueyue *et al.* Social Media Use and Health-Related Quality of Life Among Adolescents: Cross-sectional Study. **JMIR Mental Health**, v. 9, n. 10, p. e39710, 4 out. 2022.

YU, Lu; DU, Meng. Social networking use, mental health, and quality of life of Hong Kong adolescents during the COVID-19 pandemic. **Frontiers in Public Health**, v. 10, p. 1040169, 31 out. 2022.

YU, Lu; ZHOU, Xiaohua. Social media addiction among Hong Kong adolescents before and after the pandemic: The effects of parenting behaviors. **Computers in Human Behavior**, v. 156, p. 108233, jul. 2024.

---

<sup>1</sup> Doutoranda e Mestre em Políticas Públicas. Universidade de Mogi das Cruzes. ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-4790-6278>. e-mail: [acesse o artigo original para visualizar o e-mail](#).

<sup>2</sup> Mestranda em Políticas Públicas. Universidade de Mogi das Cruzes. ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-3640-7386>. E-mail: [acesse o artigo original para visualizar o e-mail](#).

<sup>3</sup> Mestrando em Políticas Públicas. Universidade de Mogi das Cruzes. ORCID: <https://orcid.org/0009-0004-9677-7689>. E-mail: [acesse o artigo original para visualizar o e-mail](#).

<sup>4</sup> Doutoranda e Mestre em Políticas Públicas. Universidade de Mogi das Cruzes. ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-9923-0431>. E-mail: [acesse o artigo original para visualizar o e-mail](#)

<sup>5</sup> Docente do mestrado e doutorado em Políticas Públicas. Universidade de Mogi das Cruzes. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5443-5665>. E-mail: [acesse o artigo original para visualizar o e-mail](#).