



FACULDADE DE TEOLOGIA, FILOSOFIA E CIÊNCIAS HUMANAS GAMALIEL
CENTRO EDUCACIONAL E CULTURAL DA AMAZÔNIA
CURSO DE BACHARELADO EM ENFERMAGEM

JESSICA DIAS RIBEIRO
MARCIA RIBEIRO SANTOS GRATEK

OS IMPACTOS DO USO EXCESSIVO DAS NOVAS TECNOLOGIAS DIGITAIS NOS
ADOLESCENTES NO ÂMBITO FÍSICO E MENTAL: UMA REVISÃO INTEGRATIVA
DA LITERATURA

TUCURUÍ – PA
2021

JESSICA DIAS RIBEIRO
MARCIA RIBEIRO SANTOS GRATEK

OS IMPACTOS DO USO EXCESSIVO DAS NOVAS TECNOLOGIAS DIGITAIS NOS
ADOLESCENTES NO ÂMBITO FÍSICO E MENTAL: UMA REVISÃO INTEGRATIVA
DA LITERATURA

Trabalho de Conclusão de Curso de Graduação
apresentado a Faculdade De Teologia, Filosofia e
Ciências Humanas Gamaliel, como requisito
parcial para obtenção de grau de bacharel em
Enfermagem.

Orientadora: Amanda Ouriques de Gouveia

TUCURUÍ – PA
2021

JESSICA DIAS RIBEIRO
MARCIA RIBEIRO SANTOS GRATEK

OS IMPACTOS DO USO EXCESSIVO DAS NOVAS TECNOLOGIAS DIGITAIS NOS
ADOLESCENTES NO ÂMBITO FÍSICO E MENTAL: UMA REVISÃO INTEGRATIVA
DA LITERATURA

Aprovado em 15 de dezembro de 2021

Banca Examinadora:

Orientador (a) Professor (a). Amanda Ouriques de Gouveia
Especialista em Saúde Mental com Abordagem Psicossocial
Faculdade de Teologia, Filosofia e Ciências Humanas Gamaliel

Examinadora: Professor (a). Julyany Rocha Barrozo de Sousa
Especialista em centro cirúrgico, CME e CCIH.
Faculdade de Teologia, Filosofia e Ciências Humanas Gamaliel

Examinadora: Professor (a). Taynara Fidelis dos Reis
Especialista em terapia cognitivo comportamental.
Faculdade de Teologia, Filosofia e Ciências Humanas Gamaliel

Conceito: 10

DEDICATÓRIA

Dedico este trabalho primeiramente a Deus, por ser essencial em minha vida, autor de cada um dos meus passos, meu guia, socorro presente na hora da angústia, que nunca me abandonou, que me amou e sempre me amará.

Dedico ao meu pai Geraldo Alves Ribeiro e minha mãe Cheila Maria Lopes Dias, que sempre me apoiaram e nunca mediram esforços para me dar ao máximo tudo de melhor e me fizeram chegar aonde estou.

Dedico em especial ao meu tio Raimundo Nonato Lopes Dias, que perdemos para a luta contra o câncer, porém em vida sempre me apoiou e incentivou e sei o quão orgulhoso e feliz ele estaria. Posso dizer que hoje ele faz festa no céu, por me ver chegar até este momento.

Jessica Dias Ribeiro

DEDICATÓRIA

Chegou o fim de um ciclo de muitas risadas, choro, felicidade e frustrações. Sendo assim. Dedico este trabalho em primeiro lugar a Deus, por me conceder a vida e a oportunidade de estar nesse mundo, aprendendo e ajudando ao próximo.

Dedico ao meu irmão Mario Ribeiro (*in memoriam*), que no momento de dor ao perdê-lo em um leito de hospital, pude presenciar tanto a negligência quanto a dedicação de alguns profissionais ao prestarem assistência enquanto ele lutava pela vida, e foram esses profissionais dedicados que me inspiraram o interesse na área da saúde, e fazer a diferença na vida das pessoas ao qual eu tocar.

Dedico ao meu pai Osmário Sena (*in memoriam*), que sempre acreditou na minha capacidade de realizar o meu sonho de ser enfermeira, mas que hoje se alegra do céu por minha vitória. Saudades eternas!

A minha mãe Maria Ribeiro, meu maior exemplo de pessoa, que sempre foi minha maior fonte de inspiração e força.

Dedico a minha família, meu esposo e filhos, por serem essenciais na minha vida.

Por fim, dedico a toda minha família e amigos que fizeram parte desta etapa da minha vida, por me incentivarem a ser uma pessoa melhor e não desistir dos meus sonhos.

Marcia Ribeiro Santos Gratek

AGRADECIMENTOS

"O Senhor é a minha força e o meu escudo; nele o meu coração confia, e dele recebo ajuda. Meu coração exulta de alegria, e com o meu cântico lhe darei graças". (Salmos 28:7)

Agradeço a Deus, por sempre estar presente em minha vida nos momentos de alegrias e nos de tristezas, me consolando nos momentos em que pensei em desistir e por iluminar meus pensamentos e cada decisão.

Agradeço, aos meus pais Cheila e Geraldo, pela vida maravilhosa, pela dedicação, pelo carinho, pelo cuidado, pelo amor, pela atenção diária e por nunca medirem esforços para me dar tudo de bom e melhor. A vocês todo meu amor e gratidão.

Agradeço, à minha família materna e paterna, aos meus avós e avôs, a todos os meus tios, tias, primos e primas. Que sempre me apoiaram e incentivaram ao longo desses 5 anos de graduação.

Agradeço, aos meus amigos e irmãos em Cristo, do grupo de oração vida nova, do grupo de oração Maranata, da banda Ousadia Católica e do ministério de música Maranata, meus sinceros agradecimentos, a esses queridos amigos que sempre me apoiaram.

Agradeço, à minha orientadora Amanda Ouriques de Gouveia, por toda paciência e cuidado, pelos ensinamentos diários, por seu carinho e amor pela docência e por nos guiar até este momento, meus sinceros agradecimentos.

Agradeço, ao projeto Flor de orquídea na pessoa da professora Julyany Rocha que sempre me ajudou e incentivou, a liga acadêmica de saúde pública – LASP, a professora Renata Campos que fez eu me apaixonar pela docência enquanto monitora da disciplina de emergência, meus sinceros agradecimentos a todos esses projetos e a cada pessoa que tive o prazer de conhecer enquanto integrante de cada uma dessas equipes.

Agradeço, a instituição Faculdade Gamaliel e aos meus professores, em especial aqui agradeço a coordenação do meu curso as professoras Amanda Ouriques e Lais Tavares que são extremamente dedicadas e que nunca mediram esforços para me ajudar ou orientar quando necessário.

Por fim, mas não menos importante, digo que a vida é boa e bonita, mas não sem uma saudade, agradeço a meu tio Raimundo Nonato Lopes Dias que faleceu em 2020, a ele que sempre me apoiou e incentivou, e sempre me fez sorrir, meus sinceros agradecimentos.

Jessica Dias Ribeiro

AGRADECIMENTOS

Primeiramente agradeço a Deus, por ter iluminado o meu caminho, me deu saúde e forças para superar todos os momentos difíceis a que eu me deparei ao longo da minha graduação.

A minha família, em especial meu esposo Breno Z. Gratek, que fez uma enorme diferença, me dando confiança e força para seguir em frente, dia após dia, e por ter sido parceiro e paciente o tempo todo, e meus filhos Nathan e Sarah Gratek, pela compreensão, nos momentos de minha ausência, que apesar de todas as dificuldades, me ajudaram na realização do meu sonho.

Gostaria de deixar o meu profundo agradecimento aos professores Jamille da Costa Salvador, Julyany Rocha, Lindolfo Nunes (*in memoriam*), e o professor Silvio Henrique Reis Júnior, por todos os conselhos, incentivo e ajuda durante essa jornada, que foram tão importantes para minha formação acadêmica, nos cinco anos de curso, que inapelavelmente foram responsáveis pelo meu crescimento intelectual.

Quero agradecer a minha professora orientadora Amanda Ouriques de Gouveia, por todo apoio, paciência e empenho dedicado durante a elaboração do meu TCC.

A minha amiga e parceira de trabalho e pesquisa Jéssica Dias, por toda a ajuda, apoio e compreensão durante toda nossa jornada na produção do nosso TCC.

Agradeço a Faculdade Gamaliel, que ao longo de minha formação ofereceu um ambiente de estudo agradável, motivador e repleto de oportunidade. Sou grata à cada membro do corpo docente, à direção e a administração dessa instituição de ensino.

Por fim, sou grata a todas as pessoas que direta ou indiretamente contribuíram para a realização da minha pesquisa.

Marcia Ribeiro Santos Gratek

EPÍGRAFE

*“Escolhi os plantões, porque sei que o escuro da noite amedronta os enfermos.
Escolhi estar presente na dor porque já estive muito perto do sofrimento.
Escolhi servi ao próximo porque sei que todos nós um dia precisamos de ajuda.
Escolhi o branco porque quero transmitir paz.
Escolhi estudar métodos de trabalho porque os livros são fontes saber.
Escolhi ser enfermeira porque amo e respeito a vida”*

Florence Nightingale

RESUMO

Introdução: É possível observar que as tecnologias da informação estão transformando o mundo à nossa volta, os relacionamentos e comportamentos de todas as pessoas. Crianças e adolescentes fazem parte da geração digital e usam os dispositivos, aplicativos, videogames, redes sociais e a Internet cada vez de forma mais precoce, a utilização desses aparelhos de forma precoce e indiscriminada tem acarretado diversos problemas de saúde a população brasileira, ao que tange esse problema os jovens são os mais afetados pois fazem o uso exacerbado de mídias sociais, causando em muitas situações dependência dessas, o que vem acarretar transtorno a saúde mental, problemas físicos e sociais **Objetivo:** Analisar as evidências científicas sobre a influência das novas tecnologias digitais na saúde física e mental dos adolescentes através de uma revisão integrativa da literatura. **Metodologia:** Este projeto de pesquisa foi realizado em forma de revisão da literatura integrativa com abordagem qualitativa, foi realizada uma busca bibliográfica nas seguintes bases de dados: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), Pubmed e Biblioteca virtual em Saúde (BVS). Para o levantamento das publicações, foram utilizados os seguintes descritores: adolescentes, impactos na saúde, estilo de vida sedentário, cuidados de enfermagem e internet. O cruzamento dos descritores realizou-se mediante a utilização do operador booleano AND, sendo incluído artigos em inglês e português publicados nos últimos sete anos. **Resultados e Discussão:** Esta pesquisa ao final foi constituída por 13 artigos, em português e inglês, todos estes foram selecionados de acordo com os critérios de inclusão, previamente estabelecidos, dando-se preferência para publicações mais recentes. Foi elaborado uma tabela para a análise dos artigos selecionados, com as principais informações de cada pesquisa incluindo: Título do artigo, Autores, Tipo de estudo, Ano de publicação e objetivo. **Conclusão:** De acordo com as evidências científicas apresentadas, foi possível comprovar que o uso excessivo da tecnologia influencia na saúde física e mental dos adolescentes, por essa ser uma população muito vulnerável.

Palavras Chaves: Adolescentes. Impactos na saúde. Estilo de vida sedentário. Cuidados de enfermagem. Internet.

ABSTRACT

Introduction: It is possible to observe that information technologies are transforming the world around us, the relationships and behaviors of all people. Children and teenagers are part of the digital generation and use devices, applications, video games, social networks and the Internet at an earlier and earlier time. The use of these devices early and indiscriminately has caused several health problems for the Brazilian population, to which This problem affects young people because they make an exaggerated use of social media, causing dependence on them in many situations, which leads to mental health disorders, physical and social problems

Objective: To analyze the scientific evidence on the influence of new technologies in the physical and mental health of adolescents through an integrative literature review.

Methodology: This research project was carried out in the form of an integrative literature review with a qualitative approach, a bibliographic search was carried out in the following databases: Latin American and Caribbean Literature in Health Sciences (LILACS), *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), Pubmed and Virtual Health Library (VHL). For the survey of publications, the following descriptors were used: adolescents, impacts on health, sedentary lifestyle, nursing care and internet. The crossing of descriptors was carried out using the Boolean operator AND, including articles in English and Portuguese published in the last seven years.

Results and Speech: This research at the end consisted of 13 articles, in Portuguese and English, all of which were selected according to the inclusion criteria, previously established, giving preference to more recente publications. A table was created for the analysis of the selected articles, with the main information of each research, including: Title of the article, Authors, Type of study, Year of publication and objective.

Conclusion: According to the scientific evidence presented, it was possible to prove that the excessive use of technology influences the physical and mental health of adolescents, as this is a very vulnerable population.

Keywords: Adolescentes. Impacts on health. Sedentary lifestyle. Nursing care. Internet.

LISTA DE ABREVIATURAS

BVS	Biblioteca virtual em Saúde
EPS	Educação Permanente em Saúde
HIV	Vírus da Imunodeficiência Humana
LILACS	Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde
PROSAD	Programa saúde do adolescente
PSE	Programa Saúde na Escola
SCIELO	<i>Scientific Eletronic Library Online</i>
SUS	Sistema Único de Saúde
TT	Tempo de tela
APS	Atenção Primária de Saúde
EIU	Uso Excessivo da Internet

LISTA DE TABELAS

Tabela 1: Busca nas bases de dados	26
Tabela 2: Sistematização dos artigos selecionados para revisão integrativa.....	30

LISTA DE FIGURAS

Figura 1: Etapas da revisão integrativa de literatura	25
Figura 2: Fluxograma da seleção de artigos da revisão integrativa.....	28

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	14
1.1 DELIMITAÇÃO DO TEMA	14
1.2 SITUAÇÃO PROBLEMA E QUESTÕES NORTEADORAS.....	16
1.3 JUSTIFICATIVA.....	17
1.4 OBJETIVO.....	18
1.4.1 Objetivo Geral.....	18
1.4.2 Objetivos Específicos.....	18
2 REFERENCIAL TEÓRICO	19
2.1 ADOLESCÊNCIA E A ERA DIGITAL.....	19
2.2 SAÚDE DO ADOLESCENTE.....	20
2.3 ASPECTOS NEGATIVOS DO USO DAS TECNOLOGIAS NA SAÚDE FÍSICA E MENTAL NA ADOLESCÊNCIA.....	21
2.4 ESTRATÉGIAS UTILIZADAS PELOS PROFISSIONAIS DA SAÚDE PARA ALERTAR OS PAIS A RESPEITO DE MEDIDAS DE RESPONSABILIDADE DO USO DAS TECNOLOGIAS DIGITAIS.....	23
3 MATERIAS E MÉTODOS	25
3.1 TIPO DE ESTUDO.....	25
3.2 DESCRIÇÃO DA AMOSTRA.....	26
3.2.1 IDENTIFICAÇÃO DO PROBLEMA.....	26
3.2.2 PESQUISA NA LITERATURA CIENTIFICA	26
3.3 CRITÉRIOS DE INCLUSÃO E EXCLUSÃO	28
3.4 COLETA DE DADOS	28
3.5 ANÁLISE DE DADOS.....	29
3.6 QUESTÕES ÉTICAS	29
4 RESULTADOS	30
5 DISCUSSÃO	34
5.1 AS CONSEQUÊNCIAS DO USO DAS TECNOLOGIAS DIGITAIS.....	34
5.2 ASPECTOS NEGATIVOS DAS TECNOLOGIAS DIGITAIS NA SAÚDE FISICA E MENTAL DOS ADOLESCENETES.....	35
5.3 A IMPORTÂNCIA DA PREVENÇÃO E PROMOÇÃO EM SAÚDE DIRECIONADAS PARA O USO DAS NOVAS TECNOLOGIAS DIGITAIS.....	39
6 CONCLUSÃO	41
REFERÊNCIAS	42
APÊNDICES	46

1 INTRODUÇÃO

1.1 DELIMITAÇÃO DO TEMA

Os seres humanos vivenciam várias fases ao longo da vida: infância, adolescência, maturidade e envelhecimento, que estabelecem diferentes necessidades informacionais. A pretensão pelo conhecimento varia consideravelmente em cada uma dessas fases e está profundamente ligada às conjunturas enfrentadas no cotidiano (LANZI *et al.*, 2012).

Mediante isso, a tradição científica interpreta a adolescência como a fase da vida entre infância e idade adulta. Este período é marcado como instável, suspeito, momento de curiosidade e crise. Converte-se na formação de identidade, sendo esta resultante das relações entre as dimensões biológica e social, que vão se transpassando ao decorrer da vida (DIORIO; COSTA; SANTANA, 2017). Em suma, a adolescência é um período de desenvolvimento que exige atenção, pois é uma etapa da vida que se pode prevenir ou diminuir riscos à saúde física e mental (TWENGE; CAMPBELL, 2018).

Entre esses prejuízos, destaca-se o uso indiscriminado de tecnologias que acarreta dificuldade de conviver e estabelecer contato físico entre os indivíduos. Dessa forma é primordial ressaltar a importância desses instrumentos no cotidiano que poderão ser utilizadas de maneira positiva ou negativa, dando ênfase aos efeitos que são produzidos a longo prazo (TWENGE; CAMPBELL, 2018).

Observa-se que durante as “últimas décadas” os avanços tecnológicos proporcionaram mudanças incalculáveis na sociedade, na qual obtiveram uma importância significativa nos setores público e privado, bem como nos cenários social, político e econômico (LOBO; MAIA, 2017). Sendo assim é possível notar que as novas tecnologias estão cada vez mais presentes na vida dos jovens, é de extrema relevância vigiar o uso virtual e observar o comportamento deles dentro e fora do ciberespaço para que se possa compreender os efeitos no comportamento (SOUSA; FERNANDES, 2020).

Destaca-se como uma das principais tecnologias encarregada pela mudança do modo de vida a internet, por ser uma rede mundial com alto poder de transmissão que possibilita a disseminação de informações, a interação e a cooperação entre as pessoas e computadores, sem a necessidade dos envolvidos compartilharem o mesmo espaço físico (CASTRO; MARANHÃO; SOUSA, 2013).

Diante disso é possível observar que as tecnologias da informação estão transformando o mundo à nossa volta, os relacionamentos e comportamentos de todas as pessoas. Crianças e

adolescentes fazem parte da geração digital e usam os dispositivos, aplicativos, videogames, redes sociais e a Internet cada vez de forma mais precoce (SBP, 2016).

Ressalta-se que a utilização desses aparelhos de forma precoce e indiscriminada tem acarretado diversos problemas de saúde a população brasileira, ao que tange esse problema os jovens são os mais afetados pois fazem o uso exacerbado de mídias sociais, causando em muitas situações dependência dessas, o que vem acarretar transtorno a saúde mental, problemas físicos e sociais (BRASIL, 2019; SBP, 2016). Estes dispositivos eletrônicos precisam ser usados com regras e horários estipulados pelos pais, em comum acordo com o adolescente, pois transtornos mentais como agressividade e ansiedade estão ligados com o uso sem limites e também com a abstinência desses equipamentos (PAIVA; COSTA, 2015).

Diante do exposto é preciso compreender a função recreativa e educativa das tecnologias na vida dos jovens, para que possam assumir responsabilidades no manuseio de aparelhos eletrônicos uma vez que essas condições fazem com que os adolescentes possam diferenciar o uso direcionado para as atividades lúdicas e as atividades que envolvem o cumprimento das tarefas escolares para promover seu desenvolvimento afetivo, cognitivo e social (PAIVA; COSTA, 2015).

Nesse contexto, a Educação Permanente em Saúde (EPS) pode ser uma das estratégias de prevenção e promoção da saúde dos adolescentes, por meio da criação de espaços para o debate sobre o uso consciente e seguro das tecnologias. Se faz necessário que medidas de responsabilidade do uso virtual façam parte da aprendizagem das escolas e postos de saúde em nosso país, sendo necessário conscientizar sobre a importância do seu comportamento nas redes e as consequências do mau uso desses instrumentos. É medida em que os profissionais da saúde forem se capacitando, acredita-se ser possível o estímulo à participação de pais e adolescentes no enfrentamento desse problema (ZEDNIK *et al.*, 2015; SOUSA; FERNANDES, 2020).

1.2 SITUAÇÃO PROBLEMA E QUESTÃO NORTEADORA

Na atualidade, as interações humanas perpassam pela influência de diversos ambientes, entre eles o virtual pelo uso da internet e seus meios de acesso. Nesta perspectiva, muitas pessoas, principalmente os adolescentes, utilizam de forma inadequada aparelhos digitais conectados à internet, que podem gerar comportamentos característicos de dependência, condições que favorecem o surgimento de outros problemas mais graves (SOUSA *et al.*, 2018).

Neste contexto, é válido ressaltar que muitas famílias sofrem com os adolescentes, que estão utilizando aparelhos tecnológicos de forma inadequada, bem como o ciberespaço. A proposta de escrever sobre este assunto surgiu através de uma vivência pessoal de uma das autoras, que teve o irmão adoecido psicologicamente e conseqüentemente, o pai vendo o filho nesta condição também veio a adoecer, o que vale ressaltar mais uma vez o quão válido é esta temática e que ela deve ser abordada.

Diante do exposto, a questão norteadora para este estudo encontrasse voltada para a seguinte problemática: De que forma as novas tecnologias digitais podem influenciar na saúde física e mental de adolescentes?

1.3 JUSTIFICATIVA

O interesse por esta temática emergiu a partir de uma aula ministrada no 6º semestre, durante a disciplina de assistência de enfermagem em saúde mental, onde uma das autoras associou a temática da aula com uma experiência familiar, vivenciada por seu irmão que desenvolveu ansiedade e obesidade, devido uso descontrolado de tecnologias digitais.

No século XXI temos o “*boom*” das novas tecnologias, diante disso, é possível notar que muitos adolescentes estão cada vez mais dependentes da internet, assim deixando de lado o convívio social e a participação nos diferentes grupos, aos quais os adolescentes pertencem. Trocando as conversas pessoais socializadoras por um mundo virtual, em que se comunicam através de *chats*, mensagens instantâneas, *blogs*, jogos *on-line* e redes sociais, dividindo uma nova cultura, em que a interação só acontece por meios eletrônicos.

Ao que tange o papel da enfermagem, assim como toda a equipe multidisciplinar, é de extrema relevância alertar os pais, responsáveis e toda a sociedade acerca dessa temática, que pode ser considerado sim, um grave problema de saúde pública, diante da quantidade de adolescentes nesta geração atual doentes mentalmente, sedentários e obesos. O uso dessas tecnologias de forma desgovernada, acarreta inúmeros prejuízos para o desenvolvimento físico, psicológico e social. É de grande importância falar sobre esse assunto que tem se passado muito despercebido, em consultas e até mesmo no cotidiano desses adolescentes, sendo taxado como algo “normal” dessa geração.

1.4 OBJETIVOS

1.4.1 Objetivo Geral

Analisar as evidências científicas sobre a influência das novas tecnologias digitais na saúde física e mental dos adolescentes através de uma revisão integrativa da literatura.

1.4.2 Objetivo Específicos

- Identificar as consequências do uso das tecnologias digitais;
- Relatar aspectos negativos das tecnologias digitais na saúde física e mental dos adolescentes;
- Descrever a importância da prevenção e promoção em saúde direcionadas para o uso das novas tecnologias digitais.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 ADOLESCÊNCIA E A ERA DIGITAL

Adolescência é a etapa entre a infância e a vida adulta, um momento de passagem que tem como características os impulsos do desenvolvimento físico, mental, emocional, sexual e social. A adolescência se inicia com as mudanças corporais da puberdade, em alguns de forma mais precoce, em outros mais tardia, e termina quando o indivíduo consolida seu crescimento e sua personalidade, obtendo progressivamente sua independência econômica (EISENSTEIN, 2005 *apud* TENNER, 1962).

Portanto, segundo o Estatuto da Criança e do Adolescente (1990), evidencia que o período da adolescência esteja entre doze e dezoito anos de idade, porém segundo a caderneta do adolescente (2013), e os serviços de saúde consideram como adolescentes de dez a dezenove anos de idade, pois a partir de dez anos, muitas mudanças começam a ocorrer no corpo, assim como na vida social, psicológica e emocional.

Dessa forma, de acordo com Nardon (2006), é na adolescência que o convívio social se amplia, com a participação nos diferentes grupos, aos quais os adolescentes pertencem, como: escola, esportes, cursinhos, lazer, entre outros. Porém, nem sempre é assim, o que deveria ser uma relação de afetividade e encontro com grupos do mesmo interesse, fica em alguns casos à mercê da comunicação digital.

Neste contexto, Hanaver (2005) afirma que as pessoas estão deixando de se socializar e se divertir com amigos, para ficar em frente as telas digitais. Portanto, atualmente as tecnologias mais uma vez estão modificando o convívio familiar e social, transformando os comportamentos e hábitos sociais de todos que fazem o seu uso, sobretudo, dos adolescentes. Sendo incluída como um fator indispensável, participando de qualquer situação ou contexto em que as pessoas estejam, esse mundo virtual vai progredindo e confundindo os seus limites com o mundo real. Tendo em vista, já se discute sobre os impactos do uso excessivo das tecnologias digitais nos adolescentes, levantando questionamentos sobre os seus benefícios ou malefícios para o desenvolvimento social, cognitivo e afetivo.

Com isso, a crescente entrada da tecnologia digital no cotidiano do ser humano, novos problemas sociais e comportamentais surgem. Diante desse cenário, o acesso fácil e irracional dos meios tecnológicos pode acarretar uma dependência digital (SILVA; SILVA, 2017). Segundo Schwartz (2005 *apud* NARDON, 2006), a internet está cada vez mais presente no cotidiano das pessoas, principalmente na vivência dos jovens. Os adolescentes como camada social que é mais susceptível às transformações das tecnologias digitais herdaram assim a

facilidade de adquirir um vício. Dessa forma, a tecnologia torna-se um fator de isolamento social, comprometendo a capacidade de socialização dos adolescentes, que não conseguem mais distinguir a realidade do mundo virtual.

2.2 SAÚDE DO ADOLESCENTE

As políticas públicas de saúde no Brasil são desenvolvidas de acordo com o modelo de atenção à saúde proposto pelo Sistema Único de Saúde (SUS). O modelo de atenção à saúde anterior ao SUS era associado ao Ministério da Previdência Social, destinado há uma parcela da população, que recebia um atendimento assistencial e privatista. A mudança na forma de pensar e fazer saúde pública foi decorrente de movimentos sociais. A VIII Conferência Nacional de Saúde ficou conhecida como o marco desses movimentos. Em seu relatório final havia as diretrizes para a formulação de um novo sistema de atenção à saúde no país (OLIVEIRA; LYRA, 2009).

Visto que, os primeiros serviços de saúde voltados especificamente para os adolescentes surgiram na década de 1970. Estes tinham características assistencial e estavam associados às universidades (JANGER, *et al.*, 2014 *apud* DIAS; OLIVEIRA, 2009). No período que antecede esse momento, existia apenas um programa que incluía os adolescentes: o programa de proteção à maternidade, infância e adolescência. Este foi instituído no período do Estado Novo 1937-1945. As primeiras ações de programas aos adolescentes, na área da saúde, tiveram foco nas doenças transmitidas através de contato sexual, HIV e AIDS, drogadição, acidentes de trânsito e gravidez (BRASIL, 2011).

No entanto, em 1998 nasce o Programa Saúde do Adolescente PROSAD, o primeiro programa criado para prevenção de doenças e promoção da saúde dos adolescentes. Teve suas diretrizes e ações revisadas em 1996, com a finalidade de promover, integrar, apoiar e incentivar práticas em prevenção de doenças e promoção da saúde nos locais onde o Programa fosse implantado. Este definiu uma série de diretrizes e ações para serem implantadas e realizadas na saúde dos adolescentes. Neste sentido, deveriam considerar o desenvolvimento, os processos de saúde e doença, as características pessoais resultantes de interações biológicas, psicológicas e sociais em diferentes cenários. Os princípios das ações reconheciam que nessa fase da vida os jovens passam por momentos de transformações físicas, psíquicas e sociais que conduzem à definição da identidade para outras fases da vida (BRASIL, 1996).

Diante disso, vale ressaltar que os adolescentes são uma parcela do grupo populacional que exige novos modos de produzir saúde. Em particular, o ciclo de vida deles evidencia um

momento de vida saudável, os agravos apresentados por eles decorrem em sua maioria, de modos de fazer “andar a vida”, de hábitos e comportamentos, que, em determinado momento da vida, os vulnerabilizam. As vulnerabilidades produzidas pelo contexto social e as desigualdades resultantes dos processos históricos de exclusão e discriminação determinam os direitos e as oportunidades dos adolescentes. Cada pessoa nas suas dimensões biológica, psicológica e sociocultural constitui uma unidade indissociável. Dessa forma, a atenção aos adolescentes deve basear-se na integralidade. Esse padrão estabelece o respeito à diversidade e a certeza de que, para promover saúde, é preciso, antes de tudo, incluir a todos (BRASIL, 2018).

De frente ao exposto, existe na atualidade, as Diretrizes Nacionais para a Atenção Integral à Saúde de Adolescentes e de Jovens na Promoção, Proteção e Recuperação da Saúde, esta é baseada na Política Nacional de Atenção Integral à Saúde de Adolescentes e Jovens, esta política sugere uma maior sensibilização da parte dos gestores, para uma visão holística do ser humano e para uma abordagem sistêmica das necessidades dessa população. Busca, ainda, apontar para a importância da construção de estratégias Inter federativas e intersetoriais que contribuam para a modificação do quadro nacional de vulnerabilidade de adolescentes e de jovens, influenciando no desenvolvimento saudável desse grupo populacional (BRASIL, 2010).

2.3 ASPECTOS NEGATIVOS DO USO DAS TECNOLOGIAS NA SAÚDE FÍSICA E MENTAL NA ADOLESCÊNCIA

A tecnologia sempre afetou o homem, desde a introdução dos rádios e dos televisores nos lares, o que contribuiu para diversas mudanças de hábito. Nos últimos anos, essas alterações vêm se tornando cada vez mais visíveis, principalmente ao que tange os adolescentes. Esses têm um contato mais abrangente com o mundo digital, e isso abre uma janela para diversos problemas, devido a estarem sempre dividindo sua atenção entre o mundo real e o virtual (SILVA; SILVA, 2017).

Diante disso, o uso diário das tecnologias digitais causa novos agravantes sociais e comportamentais, conflitos familiares, decorrentes da falta de diálogo, além disso, leva a relações superficiais, dificuldades de aprendizagem, transtornos de ansiedade e déficit de atenção. Já não se escreve cartas ou se utiliza o telefone convencional para conversar com outros. A grande maioria da comunicação tem sido através de redes sociais, que se tornou um poderoso instrumento na atualidade. Diante desse cenário, o acesso fácil e irracional às tecnologias pode acarretar dependência das mídias digitais (SILVA; SILVA, 2017).

Portanto, com a utilização da tecnologia sem limites pelos adolescentes provoca um certo desequilíbrio cognitivo do ser. Com isso, ela potencializa os transtornos de atenção, transtornos obsessivos, de ansiedade e problemas com a linguagem e a comunicação, o que afeta diretamente a aprendizagem. Diante do Século XXI onde a tecnologia está cada dia mais avançada e presente, as pessoas estão adquirindo doenças e problemas psicológicos frequentes. A tecnologia com toda a sua facilidade leva as pessoas a terem uma vida sedentária, já que, a comodidade, rapidez e flexibilidade na aquisição de informação diminuem o esforço das pessoas em buscar fontes alternativas de lazer, trabalho e estudo (PAIVA; COSTA, 2015; SILVA; SILVA, 2017 *apud* MATTOSO, 2010).

Dessa forma a obesidade configura-se como uma das doenças causada pelo sedentarismo, portanto, os adolescentes que não se movimentam têm maior probabilidade de adquirir diabetes, problemas cardíacos, hipertensão, entre outras (PAIVA; COSTA, 2015). Para Macedo *apud* Garmes e Moura (2014): “Antigamente as crianças tinham a prática de atividades saudáveis, como brincar de pega-pega, esconde-esconde e futebol na rua, Nos dias de hoje, cada vez mais elas estão imersas ao mundo virtual e tecnológico, principal causa do sedentarismo infantil”.

Neste cenário, a Sociedade Brasileira de Pediatria (2019) publicou o manual de orientação menos tela mais saúde, onde é elencado que a Organização Mundial de Saúde em 2018, lançou a nova versão da Classificação Internacional de Doenças, CID-116, a qual usa os critérios para jogos de videogames como “*gaming disorder*” nº 6 C 51.0 (online) e no 6 C 51.1 (off-line) e ainda nº Q E 22 para jogos perigosos ou “*hazardous gaming*” causadores de fatalidades, coma, pneumonias, asfixia e outros acidentes desenvolvidos por jogos de provocação e violência que existem nas redes sociais e aplicativos, frequentemente utilizados por adolescentes em vídeos e webcam, denominados de “desafios perigosos”.

Com isso a utilização da tecnologia de forma indiscriminada pelos jovens, provocam o desequilíbrio físico e psicológico, potencializa o isolamento social, característica essa que é predominante na adesão a plataforma virtual, nesse sentido, esse fenômeno causa o embotamento afetivo, despersonalização, ansiedade e depressão, impedindo o pleno desenvolvimento e amadurecimento afetivo, físico, cognitivo e social dos adolescentes (MACHADO, 2011).

2.4 ESTRATÉGIAS UTILIZADAS PELOS PROFISSIONAIS DA SAÚDE PARA ALERTAR OS PAIS A RESPEITO DE MEDIDAS DE RESPONSABILIDADE DO USO DAS TECNOLOGIAS DIGITAIS

A atuação da equipe multidisciplinar na promoção de debates e reflexões sobre o uso excessivo da internet, é de extrema relevância considerando o impacto que a dependência desta, pode gerar, a curto e longo prazo, na vida dos jovens (BARROS *et al.*, 2019). A prevenção do uso indiscriminado das tecnologias para redução dos possíveis danos causados pelo seu uso excessivo, é a cada dia mais visto como necessária (BESSERA *et al.*, 2016).

Dentre os profissionais da Atenção Primária em Saúde, que são essenciais nas ações de promoção da saúde do adolescente, temos em destaque o papel dos enfermeiros do Programa Saúde na Escola (PSE). Eles são responsáveis por realizar ações entre a rede de saúde e a escolar; fortalecer o enfrentamento de vulnerabilidades e estimular a participação da comunidade na formação integral dos estudantes no âmbito escolar (FERREIRA *et al.*, 2019). Defronte do exposto, Bessera *et al.*, (2016) reiteram que esses profissionais devem encontrar estratégias para abordar pais, professores e gestores escolares sobre a importância da segurança na Internet, visando reduzir fatores que levam a sua dependência.

Diante disso, a participação dos profissionais de saúde é de extrema importância, no que se refere principalmente às atividades de orientação aos adolescentes sobre o bom uso da Internet e das redes sociais, fazendo com que a promoção à saúde perpassse os limites das unidades de saúde. É relevante que esses profissionais utilizem as escolas como espaço para rodas de conversas, onde haverá momentos de compartilhamento de informações, troca de experiência e saberes, assim sendo, realizar práticas promotoras e preventivas de saúde. É de conhecimento científico que essas intervenções são ainda escassas, diante do fato de que esse grupo comparece pouco aos serviços de saúde, nesta perspectiva, perde-se a oportunidade de uma intervenção previa (BESSERA *et al.*, 2016; BRASIL, 2018).

Ao que tange à intervenção nas Unidades de Saúde, pode-se alegar que os médicos, principalmente os pediatras, possuem papel importante tanto para triagem e detecção dos casos, quanto também para aconselhamento e educação de adolescentes e pais sobre os riscos associados ao uso excessivo das tecnologias (JACOBSON *et al.*, 2016).

Outra possibilidade de intervenção de um profissional de saúde, é a mediação de conflito. Nesta situação, busca-se mediar o conflito que o adolescente tem em depender da tecnologia para construir sua identidade e processos de autonomia. Aos profissionais cabe a tarefa de esclarecer aos pacientes que, por exemplo, as redes sociais podem fazer parte do seu

cotidiano, porém, sem prejudicá-lo. É preciso fazer com que o jovem compreenda a extensão dos danos que causam a si mesmos e o quanto é importante também a interação real com outras pessoas. A ideia é a de que a Estratégia de Saúde da Família em conjunto com os profissionais do Núcleo de Apoio à Saúde da Família e Atenção Básica sejam os responsáveis pelo manejo desses casos (SANTOS *et al.*, 2016).

Para Soares e Câmara (2016), o assunto em questão é um dos atuais desafios da área da saúde, pois se os profissionais não se conscientizarem de que a saúde do ser humano está sendo impactada pelas transformações que o mundo vem sofrendo, como o uso excessivo das Tecnologias, “maior será o risco de perder a capacidade de estudá-lo, descrevê-lo, interpretá-lo, compreendê-lo e, conseqüentemente, ajudá-lo”.

Atualmente, faz-se necessária a investigação desses novos campos do conhecimento, em favor de uma disciplina que possa capacitar os profissionais da saúde a enfrentar os novos desafios do mundo atual (ZEDNIK *et al.*, 2015; BESSERA *et al.*, 2016).

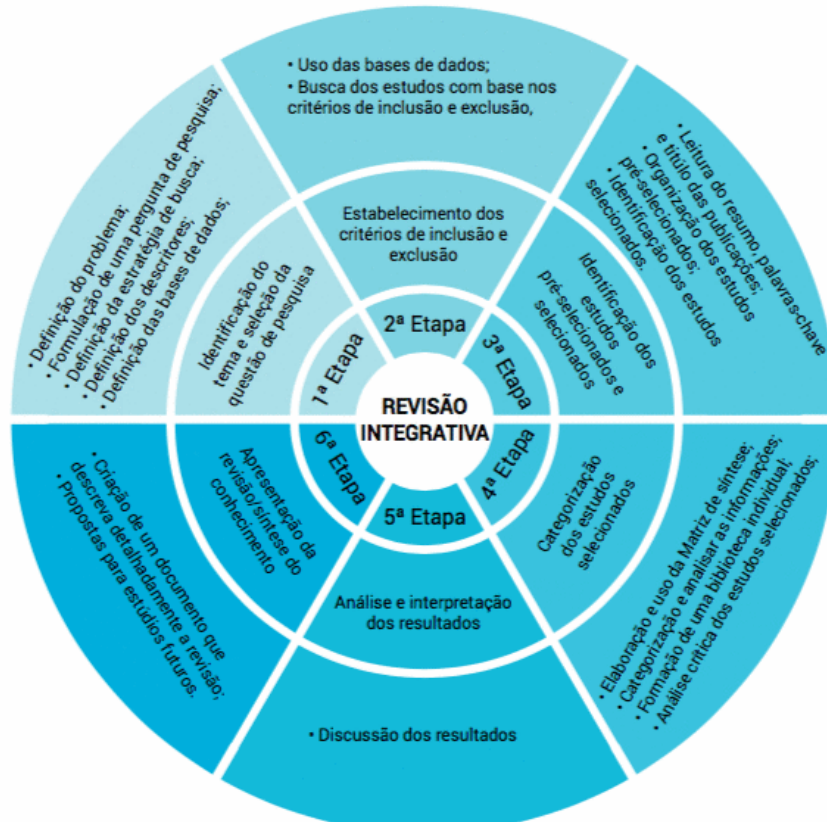
3 MATERIAIS E MÉTODOS

3.1 TIPO DE ESTUDO

Este projeto de pesquisa foi realizado em forma de revisão da literatura integrativa com abordagem qualitativa, esta foi escolhida como método por possibilitar a síntese e análise do conhecimento científico já produzido sobre a temática por este estudo investigada, para se elaborar uma revisão integrativa relevante se faz necessário que as etapas a serem seguidas sejam claramente descritas (MENDES; SILVEIRA; GALVÃO, 2008; BOTELHO; CUNHA; MACEDO, 2011).

E para elaboração do projeto foi necessário seguir seis fases, que segundo Botelho, Cunha e Macedo (2011) são: elaboração da questão de pesquisa; estabelecimento de critérios para inclusão e exclusão dos estudos; definição das informações a serem extraídas dos artigos a serem analisados; análise das informações; interpretação dos resultados e apresentação da revisão, como descrito na (figura 01).

Figura 1: Etapas da revisão integrativa de literatura



Fonte: Botelho, Cunha e Macedo (2011).

3.2 DESCRIÇÃO DA AMOSTRA

3.2.1 IDENTIFICAÇÃO DO PROBLEMA

Estabeleceu-se como questão norteadora da pesquisa: De que forma as novas tecnologias digitais podem influenciar na saúde física e mental de adolescentes?

3.2.2 PESQUISA NA LITERATURA CIENTÍFICA

Ao início foi realizada uma busca livre nas seguintes bases de dados: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Scientific Electronic Library Online (SciELO), Pubmed e Biblioteca virtual em Saúde (BVS). Para o levantamento das publicações, foram utilizados os seguintes descritores: adolescentes, impactos na saúde, estilo de vida sedentário, cuidados de enfermagem e internet. O cruzamento dos descritores realizou-se mediante a utilização do operador booleano AND.

Ao realizar esta busca nas bases de dados foram utilizados filtros como: artigos apenas em inglês e português e artigos entre os anos 2015 a 2021, os artigos que foram encontrados nos dois idiomas, foram utilizados aqueles em português.

Tabela 01 - Busca nas bases de dados

BASE DE DADOS	DESCRITORES CRUZADOS	ARTIGOS	
		ENCONTRADOS	SELECIONADOS POR TÍTULO
LILACS	Adolescentes AND Impactos na saúde AND Estilo de vida sedentário	1	1
	Adolescentes AND Cuidados de Enfermagem AND Internet	3	0
	Adolescentes AND Estilo de Vida sedentário AND Internet	4	4
	Adolescentes AND Impactos na saúde AND Internet	2	2
	Adolescentes AND Impactos na saúde AND Estilo de vida sedentário	0	0

SCIELO	Adolescentes AND Cuidados de Enfermagem AND Internet	1	1
	Adolescentes AND Estilo de Vida sedentário AND Internet	1	1
	Adolescentes AND Impactos na saúde AND Internet	0	0
	Adolescentes AND Internet	42	14
PUBMED	Cuidados de Enfermagem(NURSING CARE) AND Adolescentes(TEENAGERS) AND Internet(INTERNET)	626	26
	Adolescentes(TEENAGERS) AND Impactos na saúde(HEALTH IMPACTS) AND Estilo de Vida sedentário(SESENTARY LIFESTYLE)	0	0
	Adolescentes(TEENAGERS) AND Estilo de Vida sedentário(SESENTARY LIFESTYLE) AND Internet(INTERNET)	0	0
	Adolescentes (TEENAGERS) AND Impactos na saúde(HEALTH IMPACTS) AND Internet(INTERNET)	0	0
	Adolescentes (TEENAGERS) AND Internet(INTERNET)	2	0
	Impactos na saúde (HEALTH IMPACTS) AND Internet(INTERNET)	1	0
	Adolescentes (TEENAGERS) AND Estilo de Vida sedentário (SESENTARY LIFESTYLE)	2.571	10
	Adolescentes AND Impactos na saúde AND Internet	12	4

BVS	Adolescentes AND Estilo de Vida sedentário AND Internet	64	26
	Adolescentes AND Cuidados de Enfermagem AND Internet	46	2
TOTAL		3.376	89

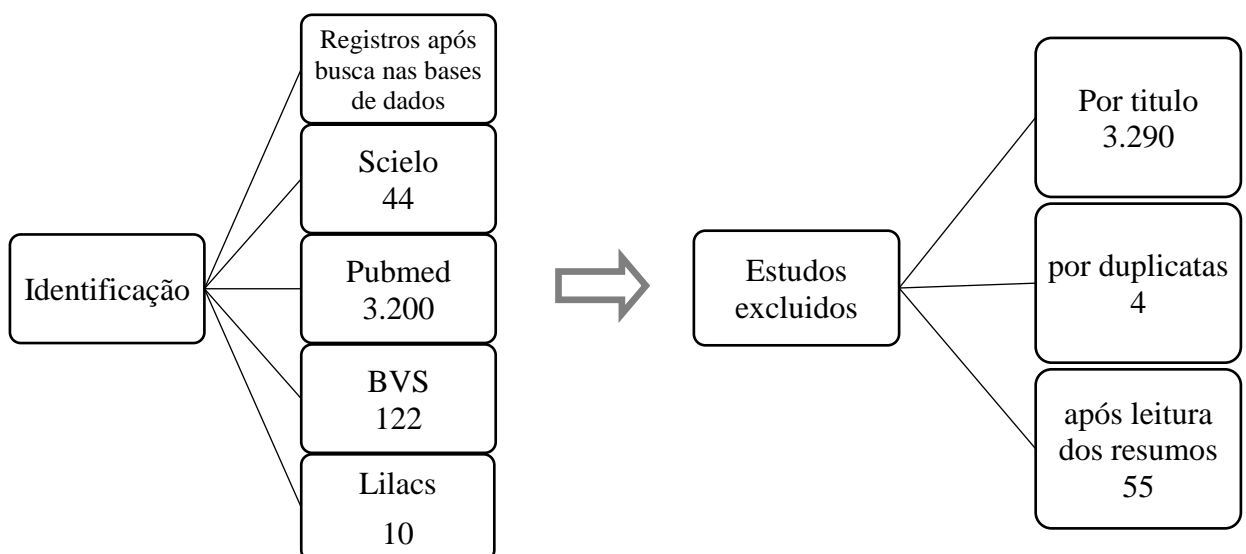
Fonte: elaborado pelas autoras, (2021).

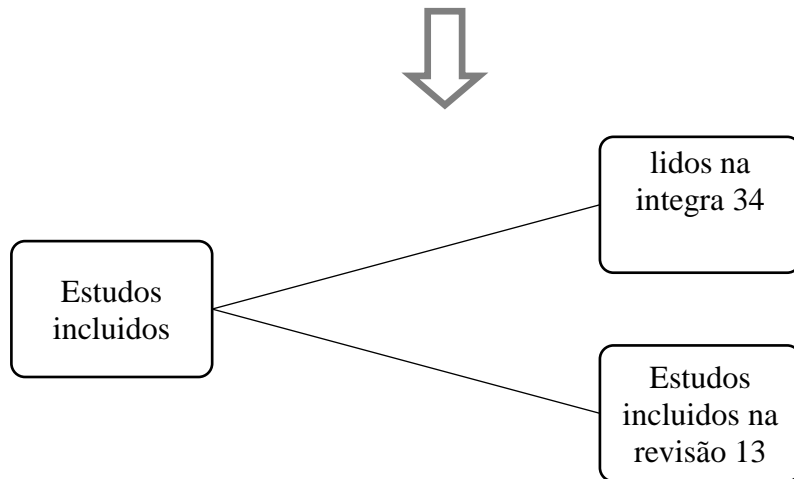
3.3 CRITÉRIOS DE INCLUSÃO E EXCLUSÃO

Foram designados como critérios de inclusão: publicações sob o formato de artigos originais, publicadas na íntegra, dos últimos 7 anos ou seja 2015 até agosto de 2021, nos idiomas português e inglês, disponibilizados em meio eletrônico gratuitamente. Enquanto os critérios de exclusão foram: repetição nas bases de dados, artigos de revisão de literatura e aqueles que não respondem à questão norteadora desta pesquisa.

3.4 COLETA DE DADOS

Figura 02: fluxograma da seleção de artigos da revisão integrativa





Fonte: elaborado pelas autoras, (2021)

3.5 ANÁLISE DE DADOS

Para coletar e avaliar os dados, foi utilizado um instrumento com os dados básicos dos artigos selecionados contendo título, autor, ano de publicação, objetivos, metodologia, resultados e conclusão. A partir das informações do instrumento de coleta, elaboramos uma tabela com dados definitivos, para apresentação dos resultados.

Neste cenário, Minayo (1992) afirma que podemos apontar três finalidades para essa etapa: estabelecer uma compreensão dos dados coletados, confirmar ou não os pressupostos da pesquisa, ou responder às questões formuladas, e ampliar o conhecimento sobre o assunto pesquisado, articulando-o ao contexto cultural da qual faz parte.

3.6 QUESTÕES ÉTICAS

Este estudo, por se tratar de uma pesquisa que faz uso de dados secundários de domínio público não verifica a necessidade de ser submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa. Entretanto, ressalta-se que serão tomados os devidos cuidados éticos que preceituam a resolução 466/2012, do Conselho Nacional de Saúde (BRASIL, 2012).

4 RESULTADOS

Após seleção dos artigos, realizou-se a leitura crítica, na íntegra, de todo o conteúdo dos estudos, com o objetivo de definir o que se fazia indispensável para a obtenção de uma pesquisa aprofundada.

Esta pesquisa ao final foi constituída por 13 artigos, em português e inglês, todos estes foram selecionados de acordo com os critérios de inclusão, previamente estabelecidos, dando-se preferência para publicações mais recentes.

Foi elaborada uma tabela para a análise dos artigos selecionados, com as principais informações de cada pesquisa incluindo: Título do artigo, Autores, Tipo de estudo, Ano de publicação e objetivo (Tabela 02).

Tabela 02: Sistematização dos artigos selecionados para revisão integrativa de literatura.

CÓDIGO DOS ARTIGOS	TÍTULO	AUTORES	TIPO DE ESTUDO	ANO	OBJETIVO
Art. 1	Dependência de internet em adolescentes de uma cidade na Amazônia ocidental brasileira	DALAMARIA, T.; PINTOA, W. J.; FARIASB, E. S.; SOUZAA, O. F	Transversal	2020	Analisar a prevalência e os fatores associados à dependência de internet em uma amostra de adolescentes do ensino médio no Acre.
Art. 2	Adolescentes na Rede: Riscos ou Ritos de Passagem?	DIAS, V. C.; VIOLA, D. T. D.; GOMES, P. S.; LIMA, N. L.; KELLES, N. F.; SILVA, C. R.	Discussão teórica e conversação como metodologia de pesquisa	2019	Investigar os usos que os adolescentes fazem das redes sociais e proporcionar um espaço de questionamentos e reflexões visando alcançar a responsabilização pelo agir e pelas palavras nesse ambiente virtual.
	Uso de Internet e de Jogos	OLIVEIRA, M. P. M. T.; CINTRA, L.	Estudo de campo com	2017	Caracterizar tipo de atividade,

Art. 3	Eletrônicos entre Adolescentes em Situação de Vulnerabilidade Social	A. D.; BEDOIAN, G.; NASCIMENTO, R.; FERRÉ, R. R.; SILVA, M. T. A.;	abordagem qualitativa descritiva		frequência, duração, companhia, local, finalidade, do uso de internet e de jogos eletrônicos, incluindo dificuldades e facilidades encontradas no manejo da rede por uma amostra de adolescentes que frequentam as atividades na sede do Projeto Quixote.
Art. 4	Adolescência, internet e tempo: desafios para a Educação	OLIVEIRA, E. S. G.	Telematizada	2017	Descrever um universo de traços significativos da relação dos jovens com as tecnologias digitais, prioritariamente com a internet.
Art. 5	Associação entre uso problemático da internet, variáveis sociodemográficas e obesidade entre adolescentes europeus	TSITSIKA, A. K.; ANDRIE, E. K.; PSALTOPOULOU, T.; TZAVARA, C. K.; THEODOROS, N.; SERGENTANIS, T. N.; STATHOPOULOS, I. N.; BACOPOULOU, F.; RICHARDSON, C.; CHROUSOS, G. P.; TSOLIA, M.	Transversal	2016	Examinar a relação entre o uso problemático da internet e sobrepeso / obesidade entre adolescentes em sete países europeus e avaliar o efeito de fatores demográficos e de estilo de vida registrados na pesquisa da Rede Europeia para Comportamento de Dependência em Adolescentes.

Art. 6	Prevalência de comportamento sedentário de escolares e fatores associados	FERREIRAA, R. W.; ROMBALDI A, A. J.; RICARDO, L. I. C.; HALLAL, P. C.; AZEVEDO, M. R.;	Transversal	2015	Determinar a exposição de escolares a quatro indicadores diferentes de comportamento sedentário (CS) e suas associações com gênero, série escolar, idade, condição econômica e nível de atividade física.
Art. 7	Assistir televisão e sua associação com comportamento sedentário, saúde autoavaliada e desempenho acadêmico entre alunos do ensino médio no Peru	SHARMA, B.; CHAVEZ, R. C.; JEONG, A. S.; NAM, E. W.;	Transversal	2017	Avaliar o consumo de televisão > 2 horas por dia e sua associação com comportamentos sedentários, autoavaliação de saúde e desempenho acadêmico entre adolescentes do ensino médio.
Art. 8	Magnitude do comportamento sedentário e fatores associados entre adolescentes do ensino médio na cidade de Debre Berhan, Etiópia	MOHAMMED, O. Y.; TESFAHUN, E.; MOHAMMED, A.;	Transversal	2020	Avaliar a magnitude do comportamento sedentário e seus fatores associados em adolescentes do ensino médio na Prefeitura de Debre Berhan, 2019
Art. 9	A correlação do vício em Internet para interação	YUSUF, A.; RACHMAWATI, P. D.;	Estudo correlacional com uma	2020	Explicar a correlação entre Dependência de Internet e

	social de adolescentes	RACHMAWATI, D.	abordagem transversal.		interação social de adolescentes.
Art. 10	Automutilação e sua associação com o vício na Internet e a exposição à Internet a pensamentos suicidas em adolescentes.	LIU, H. C.; SHEN-ING LIU, S. I.; TJUNG, J.J.; SUN, F. J.; HUANG, H. C.; FANG, C. K.	Transversal	2016	Determinar se o vício em internet e a exposição à internet a ideação suicida secreta estão associados à HAS em adolescentes.
Art. 11	O efeito da qualidade do sono no desempenho acadêmico é mediado pelo tempo de uso da internet: estudo DADOS.	RENAU, M. A.; FERNANDEZ, A. D.; VALLS, M. R. B.; MALDONADO, A. S.; URDIALES, D. M.	Longitudinal	2018	Analisar a associação dos padrões de sono com o desempenho acadêmico e cognitivo em adolescentes e testar o efeito mediador potencial de diferentes atividades com uso de dispositivos (mídias) com tela nessa associação.
Art. 12	As associações entre fatores relacionados à família e o uso excessivo da Internet por adolescentes	FALTINKOVA, A.; BLINKA, L.; SEVCIKOVAA, A.; HUSAROVA, D.	Transversal	2020	Analisar as associações entre EIU e uma série de fatores relacionados à família, entre outros fatores e o tempo de tela digital do adolescente.

Art. 13	Prevalência e fatores associados ao excesso de peso em adolescentes de uma comunidade de baixa renda – nordeste, Brasil.	BARBOSA, L. M. A.; MONTEIRO, J. S.; ARRUDA, I. K. G.; FREITAS, D. L.; CANUTO, R.; PAULA, W. K. A. S.; LIRA, P. I. C.; FILHO, M. B.	Transversal	2019	Investigar a prevalência de excesso de peso e fatores associados entre adolescentes de uma comunidade de baixa renda situada na cidade do Recife, Pernambuco.
----------------	--	--	-------------	------	---

Fonte: Elaborado pelas autoras, (2021).

4 DISCUSSÃO

Após análise e leitura criteriosa de todos os artigos selecionados para elaborar esta revisão de literatura, dividimos a discussão em três tópicos, a fim de facilitar o entendimento e abranger os objetivos estabelecidos neste trabalho.

5.1 AS CONSEQUÊNCIAS DO USO DAS TECNOLOGIAS DIGITAIS

A tecnologia passou a fazer parte do cotidiano e trouxe benefícios nas mais diversas áreas (OLIVEIRA *et al.*, 2017). A internet é um elemento indispensável na vida cotidiana, esta possibilita a fluidez necessária à circulação de informações e à comunicação global. Porém, vale ressaltar, que apesar de haver muitos benefícios, há uma nova doença chamada dependência de internet. Assim, uma linha tênue tem separado o acesso essencial para o trabalho, processo ensino-aprendizagem, comunicação social e busca de informações, do uso compulsivo e patológico das tecnologias (DALAMARIA *et al.*, 2020).

Oliveira e seus colaboradores (2017), realizaram uma pesquisa telematizada, onde na terceira etapa de seu questionário tinha a afirmativa “a internet ocupa muito o meu tempo”, onde 67,56% dos adolescentes responderam de uma forma positiva ou seja concordaram, e muitos justificaram sua concordância, alguns olhando para internet, bem como para as tecnologias, de uma forma positiva, como: com ela consigo fazer mais coisas ao mesmo tempo, como estudar, namorar, me comunicar entre outros, já para alguns é visto de maneira negativa como: me afasta do convívio social, alguns têm consciência de que se não souber usar pode se tornar um vício.

É notório com essa pesquisa que muitos dos adolescentes tem conhecimento de que o uso inadequado de internet pode ser prejudicial, mesmo neste cenário foi possível observar que

o principal meio de conexão utilizado é o celular e a média de horas de conexão por dia é de nove horas, a maior utilização do tempo é conectada à internet, as redes sociais foram referências majoritárias, seguidas de pesquisa e entretenimento (OLIVEIRA *et al.*, 2017).

Neste contexto, Dias e seus colaboradores (2019), afirmam que o ambiente virtual tem trazido mudanças em aproximadamente todos os setores sociais e culturais, instituindo uma nova linguagem, dessa forma possibilitando diferentes modalidades de relação entre as pessoas e alterando as formas tradicionais de acesso e de transmissão do conhecimento.

Ademais, o uso dessas tecnologias em destaque a internet, permite formas de comunicação e interação com o mundo até então inédita. Seu uso tornou-se popular em todas as faixas etárias, especialmente entre os adolescentes. Jogos eletrônicos e videogames passaram a ser a forma de entretenimento preferida por essa população. O mundo digital oferece novas formas de criatividade, aprendizagem, empreendimento e inovação (OLIVEIRA *et al.*, 2017).

Entretanto, Dias e seus colaboradores (2019), concordam com Dalamaria, Pinto, Farias e Souza (2020) a respeito do uso dos aparelhos tecnológicos de forma descontrolada, afirmam que os principais problemas que chamam a atenção nessa área estão experiências que incluem diversas formas de acessos a conteúdos inadequados, como pornográficos, discriminatórios e de ódio, os contatos potencialmente nocivos, como casos de aliciamento ou assédio, e a conduta problemática, como casos de *cyberbullying* e de invasão de privacidade.

Diante disso os autores acima apontam que os riscos dessa mídia incluem efeitos negativos à saúde sobre diminuição do sono, atenção e aprendizagem; uma maior incidência de obesidade e depressão; exposição a conteúdo e contatos imprecisos, inadequados ou inseguros como conteúdos pornográficos; e privacidade e confidencialidade comprometidas da criança e adolescentes, assim como dados da família.

5.2 ASPECTOS NEGATIVOS DAS TECNOLOGIAS DIGITAIS NA SAÚDE FÍSICA E MENTAL DOS ADOLESCENTES

Há uma associação entre comportamentos sedentários e o uso de aparelhos tecnológicos, como celular, televisão, computador e outros. Vale ressaltar, que o uso problemático da internet em adolescentes parece estar associado a consequências negativas para a saúde, como depressão, Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade, sonolência diurna, abuso de álcool e lesões, diante do alto uso da internet (TSITSIKA *et al.*, 2016).

Neste cenário, Tsitsika e colaboradores (2016), afirmam também que o sobrepeso ou obesidade em adolescentes é um problema significativo de saúde pública global, com uma

prevalência já elevada que continua a aumentar a cada dia. A prevalência de obesidade dobrou entre crianças e triplicou entre adolescentes nos últimos 30 anos, esses números são preocupantes, visto que a obesidade aumenta o risco de consequências psicossociais adversas, problemas de saúde física e excesso de peso quanto estes estiverem na idade adulta.

Nesse contexto, Barbosa e seus colaboradores (2019), afirmam que a prevalência combinada de sobrepeso e obesidade vem se tornando expressiva em todas as classes econômicas, principalmente entre os adolescentes. Nessa faixa etária, o excesso ponderal pode ser resultante da influência de diversos fatores, dentre eles biológicos, comportamentais, psicológicos e socioeconômicos, enfatizando que, na fase da adolescência, o estilo de vida sedentário já é fator de risco independente para o desenvolvimento das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), concordando assim com Tsitsika *et al.*, (2016).

Assim, Mohammed, Tesfahun e Mohammed (2020) vem falar em seu estudo a respeito do comportamento sedentário, onde este diz que o acesso às tecnologias digitais como Tv, acesso à internet e o uso de mídias sociais de forma descontrolada, são preditores significativos de comportamento sedentário. O estilo de vida sedentário está se tornando cada vez mais comum nesta era industrial devido às mudanças na maneira como as pessoas fabricam, transportam e se comunicam. O estilo de vida sedentário está associado a doenças como diabetes, doenças cardiovasculares e câncer, associado também a doenças mentais como a depressão.

Na pesquisa de Barbosa e seus colaboradores (2019), coletaram o tempo que os jovens gastavam com jogos de videogame ou celular, computador e televisão, durante e no fim de semana. Estas variáveis juntas revelam o tempo de tela (TT), considerado um marcador de comportamento sedentário de crianças e adolescentes. Quando esse tempo é superior a duas horas por dia, é fator de risco para doenças relacionadas com a obesidade.

Neste cenário, Sharma e seus colaboradores (2017), falam em seu estudo também a respeito do comportamento sedentário e sua associação com o assistir televisão eles apontam que: Assistir à televisão incentiva o consumo excessivo de calorias, porque as pessoas comem enquanto assistem televisão, aumenta o consumo de alimentos com alta densidade energética, o que inclui alimentos que são mais frequentemente anunciados na televisão, e diminui o consumo de frutas e vegetais, diminui também a atividade física, neste contexto reduzindo o gasto energético de repouso.

Para Barbosa e seus colaboradores (2019), um dos fatores que levam os adolescentes ao sedentarismo e a preocupação com a violência sendo um fator social que colabora para que os jovens procurem diversão dentro de seus lares. Aliado a isso, o ambiente moderno coopera para

que os jovens optem por assistir televisão em vez de praticar esportes, por utilizar o computador ou celular para conversar com os amigos e jogar vídeo game em vez de participar de brincadeiras na escola ou na rua.

É válido ressaltar que assistir televisão diariamente por mais de duas horas está associado à redução da saúde física e psicossocial em adolescentes, o uso da mídia baseada na tela, incluindo a televisão, está associado a problemas de saúde geral e a queixas como visão deficiente, depressão e ansiedade (SHARMA *et al.*, 2017).

No ponto de vista socioeconômico de Barbosa (2019), a obesidade se destaca com uma frequência maior entre indivíduos de menor escolaridade, menor renda, e com ocupações de menor prestígio social, tanto em países desenvolvidos como em desenvolvimento.

Faltynkova e seus colaboradores (2020), afirmam que o nível socioeconômico mais baixo pode influenciar no Uso Excessivo da Internet (EIU), visto que, quanto mais o adolescente ficar em casa, passa mais horas com dispositivos digitais. Isso pode indicar que, em tais famílias, faltam recursos para atividades extracurriculares estruturadas significativas (por exemplo, esportes, aulas de música) e que os dispositivos digitais são usados como alternativas baratas para preencher o tempo livre.

Nesse contexto, ao examinar os fatores ambientais e familiares em relação ao uso excessivo da Internet por adolescentes. Obtiveram resultados que mostram o fator de proteção como mais evidente, quando os pais monitoram de perto as atividades dos adolescentes (saber sobre amigos, saber como eles passam o tempo livre), seguido por cuidado parental (calor emocional, apoio geral dentro do ambiente familiar). Por outro lado, o fator de risco mais forte associado a um maior escore de EIU foi a superproteção dos pais (por exemplo, comportamento parental que diminui a independência dos adolescentes), seguido por maior tempo de convivência e menor nível socioeconômico da família (FALTYNKOVA *et al.*, 2020).

Mediante isso, o uso excessivo da internet foi negativamente associado a todos os indicadores de desempenho escolar e acadêmico, capacidade de raciocínio e desempenho cognitivo. O uso de telefones celulares foi negativamente associado ao GPA variáveis analisadas do Tempo de Tela (TT), sugeriu-se que as redes sociais e a navegação on-line aumentam a excitação física e emocional, o que poderia interferir na qualidade do sono. Haja vista que, a luz brilhante das telas antes de dormir pode ter um efeito agudo de alerta. Conforme, o tempo de uso da internet pode substituir o tempo dedicado ao estudo, levando uma pior qualidade do sono, pode resultar em menor desempenho escolar e acadêmico (RENAU *et al.*, 2018).

Diante do estudo de Yusuf, Rachmawati e Rachmawati (2020) que abordou em uma entrevista com 135 adolescentes, deste 63% eram de 16 a 17 anos e o restante era de 15 a 18 anos referem leve dependência de Internet e que os impactos do vício leve em Internet sentido pelos entrevistados foram a modificação do humor e recaída ao acesso a mídia e jogos.

Contudo, ao analisar o estudo de Liu *et al.*, (2017), que realizou um questionário com 2.479 alunos e pais com uma idade média de 15 a 44 anos, em sua maioria mulheres. Referiram que a prevalência de automutilação no último ano foi de 10,1% e que dentre os participantes, 17,1% tinham dependência da internet e que destes 3,3% haviam sido expostos a conteúdo suicida na internet. Contudo, os autores abordam que o vício em internet e a exposição à internet a pensamentos suicidas foram ambos, significativamente relacionados a um risco aumentado de automutilação.

De acordo com Liu *et al.*, (2017), a exposição a pensamentos suicidas de outras pessoas aumentou a probabilidade de comportamento de automutilação e que mesmo não esteja cara a cara na internet pode ser um grande risco fator para automutilação e que a exposição uniforme a pensamentos suicidas confidenciais de outras pessoas podem aumentar o risco do comportamento suicidas em adolescentes.

Contrapondo os estudos dos outros autores Liu e seu colaboradores (2017), referem que os adolescentes expostos a ideias de suicídio de outras pessoas na vida real, bem como da internet, aumentaram uma vez em comparação e que por vários fatores, a experiência de exposição provou ser um importante fator de risco para automutilação, assim como: depressão e sua própria idealização suicida.

Para Yusuf, Rachmawati e Rachmawati (2020), os adolescentes ficam satisfeitos quando jogam na Internet. Estes têm dificuldade em reduzir o tempo de jogo e a intensidade quando estão jogando na Internet. E que até tentaram, mas muitas vezes falharam, devido as alterações de humor. Já os adolescentes viciados, e com acessos moderados à Internet têm mais conflito com os pais devido a aprendizagem ficar prejudicada e tendem a ser menos capazes de controlar as emoções quando os pais os repreendem. Enquanto isso, os adolescentes que se enquadram dentro do moderado e pesado níveis, eles preferem jogar na Internet em vez de passar o tempo com a família, causando distanciamento.

Contudo, Liu *et al.*, (2017) refere que após o controle de gênero, fatores familiares, exposição a pensamentos suicidas na vida real, depressão, uso de dependentes químicos, suicídio concomitante e suporte social percebido. E que a associação entre o vício em Internet e automutilação enfraqueceu após o ajuste para o nível de autoestima, enquanto a exposição à

Internet e pensamentos suicidas permaneceu significativamente relacionada a um risco aumentado.

Haja visto que para Liu *et al.* (2017), o vício em internet e comportamento auto lesivo entre os adolescentes se dá pelo nível de autoestima fraca, adolescentes com transtorno de déficit de atenção / hiperatividade estão associados a sintomas de dependência de internet mais graves.

5.3 A IMPORTÂNCIA DA PREVENÇÃO E PROMOÇÃO EM SAÚDE DIRECIONADAS PARA O USO DAS NOVAS TECNOLOGIAS DIGITAIS

Ferreira e seus colaboradores (2015), afirmam que os profissionais da área da saúde, bem como os da educação, precisam compreender a importância de alertar os adolescentes assim como os seus responsáveis sobre os riscos de uma rotina sedentária, acerca do uso das tecnologias. Já Tsitsika *et al.*, (2016), afirmam que o número crescente da utilização das tecnologias deve ser considerado como um indicador de políticas públicas de saúde a serem formuladas e fortalecidas no futuro voltadas à saúde física, educação e estilo de vida online na adolescência.

Diante do exposto, Dalamaria e seus colaboradores (2020), diz que para a prevenção da dependência de internet em adolescentes, sugere-se implementar estratégias voltadas à redução do tempo de uso de internet e de computador no âmbito escolar e sociofamiliar, concomitantemente ao estímulo à participação de atividades físicas e à valorização do hábito de leitura semanal de jornais, revistas e livros.

Vale ressaltar que, Renau e seus colaboradores (2020), afirmam que a associação entre qualidade do sono e desempenho acadêmico em adolescentes é medida pelo tempo de uso da internet, de acordo com sua pesquisa revelaram uma influência negativa do uso da internet sobre ambos a qualidade do sono. Desta forma, reduzir o tempo de uso da internet pelos adolescentes pode ser uma intervenção viável para melhorar a qualidade do sono, com efeitos potencialmente positivos no desempenho acadêmico.

Diante dessa realidade Barbosa e seus colaboradores (2019), sugere que seja feito intervenções nas Unidades de Saúde da Família que possam melhorar significativamente a qualidade de vida e o estado nutricional dos indivíduos da comunidade, com foco na promoção da saúde do adolescente. Tendo em vista que essas ações propostas possam garantir a segurança das famílias, a redução das desigualdades sociais, trazendo um incentivo na mudança de estilo

de vida conscientizando os adolescentes sobre a sua participação no processo de produção de sua própria saúde.

Por fim, todos os autores acima corroboram que há necessidade de implementar ações em nível populacional que considerem o comportamento sedentário, ratificando a importância em promover opções atrativas de lazer ativo para a população.

6 CONCLUSÃO

De acordo com as evidências científicas apresentadas, foi possível comprovar que o uso excessivo da tecnologia influencia na saúde física e mental dos adolescentes, por essa ser uma população muito vulnerável.

Neste cenário, ressalta-se as dificuldades em encontrar artigos em língua portuguesa e que elencassem sobre as medidas de responsabilidades do uso das tecnologias digitais, ou modos de promoção da saúde voltado para esta temática.

Assim, a presente pesquisa contribui para a literatura existente por possuir os seguintes pontos fortes: existem poucos estudos na literatura nacional, sobre os fatores associados ao uso excessivo de tecnologias digitais, em adolescentes, e frente a carência de estudos voltados para essa faixa etária, é fundamental estabelecer a magnitude do problema numa perspectiva de intervenções prioritariamente preventivas no campo da saúde física e mental.

Percebe-se que os profissionais atuantes na APS, são fundamentais para implementar ações de enfrentamento ao uso excessivo das tecnologias. Sugere-se que sejam criados espaços para debates sobre o uso consciente e seguro do TT, com a participação dos profissionais, dos pais ou responsáveis e dos adolescentes.

Por fim, se faz necessário a sensibilização e conscientização, tanto dos profissionais quanto gestores e dos formuladores de políticas públicas, no reconhecimento do uso excessivo das novas tecnologias digitais pelos adolescentes, como um problema grave de saúde pública que precisa ser enfrentado.

REFERÊNCIAS

- BARBOSA, L. M. A.; MONTEIRO, J. S.; ARRUDA, I. K. G.; FREITAS, D. L.; CANUTO, R.; PAULA, W. K. A. S.; LIRA, P. I. C.; FILHO, M. B. Prevalence and factors associated with excess weight in adolescents in a low-income neighborhood - Northeast, Brazil. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**. 2019, v. 19, n. 3, pp. 661-670.
- BARROS, B. P.; GERICÓ, L. C. S.; TORRES, M. G.; NEVES, M. P. S.; MAGALHÃES, M. G.; ALMEIDA, D. D. O uso excessivo da internet por jovens e seus danos biopsicossociais: revisão da literatura. **Revista saúde**. v.13, n. 3/4, p. 62-69, 2019.
- BESERRA, E. P.; SOUSA, L. B.; ALVES, M. D. S. Percepção de adolescentes acerca de suas atividades de vida, trabalho e lazer. **Revista Enfermagem UERJ**. v. 23, n. 5, p. 627-632, 2016.
- BOTELHO, L. L. R.; CUNHA, C. C.; MACEDO, M. O método da revisão integrativa nos estudos organizacionais. **Gestão e Sociedade**, v. 5, n. 11, p. 121-136, 2011.
- BRASIL. **Caderneta de saúde da adolescente. Ministério da saúde**. Secretaria de Atenção à Saúde Departamento de Ações Programáticas. Estratégicas Área Técnica de Saúde de Adolescente e Jovem. Brasília: ministério da saúde, 2013. 7 p.
- BRASIL. **Departamento de Ações Programáticas e Estratégicas. Proteger e cuidar da saúde de adolescentes na atenção básica**. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Brasília: Ministério da saúde, 2018. 233 p.
- BRASIL. **Gestões e gestores de políticas públicas de atenção à saúde da criança: 70 anos de história**. Ministério da saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Área Técnica de Saúde da Criança e Aleitamento Materno. Brasília: ministério da saúde. (2011).
- BRASIL. Lei no 8.069, de 13 de julho de 1990. Dispõe sobre o Estatuto da Criança e do Adolescente e dá outras providências. **Diário Oficial [da] República Federativa do Brasil**, Brasília, DF, 16 jul. 1990. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/LEIS/L8069.htm#art266>. Acesso em: 16. abr. 2021.
- BRASIL. Lei no 8.069, de 13 de julho de 1990. Dispõe sobre o Estatuto da Criança e do Adolescente e dá outras providências. **Diário Oficial [da] República Federativa do Brasil**, Brasília, DF, 16 jul. 1990. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/LEIS/L8069.htm#art266>. Acesso em: 16. abr. 2021.
- BRASIL. **Programa Saúde do Adolescente. Bases Programáticas**. 2. ed. Ministério da saúde. Secretaria Executiva. Coordenação da Saúde da Criança e do Adolescente. Brasília: Ministério da saúde. (1996).
- CÂMARA, G. C. V.; SOARES, S. S. D. TECNOLOGIA E SUBJETIVIDADE: IMPACTOS DO USO DO CELULAR NO COTIDIANO DE ADOLESCENTES. **Pretextos - Revista da Graduação em Psicologia da PUC Minas**, v. 1, n. 2, p. 204 - 223, 2016.

CASTRO, D.; MARANHÃO, L.; SOUSA, J. O conceito de internet na pesquisa em comunicação no Brasil. **Primera Revista Electrónica en Iberoamerica Especializada en Comunicación**. 2013.

CONSELHO NACIONAL DE SAÚDE (CNS). **Resolução nº 466**. Brasília, 2012. Disponível em: <http://conselho.saude.gov.br/resolucoes/2012/Reso466.pdf>.

DALAMARIA, T.; PINTOA, W. J.; FARIASB, E. S.; SOUZAA, O. F. Dependência de internet em adolescentes de uma cidade na Amazônia ocidental brasileira. **Rev Paul Pediatr**. v. 39, n. 2019270, p. 1-6, 2020.

DIAS, V. C.; VIOLA, D. T. D.; GOMES, P. S.; LIMA, N. L.; KELLES, N. F.; SILVA, C. R. Adolescentes na Rede: Riscos ou Ritos de Passagem? **Psicologia: Ciência e Profissão**. v. 39, n. 179048, p. 1-15, 2019.

DIORIO, A. P. I.; COSTA, M. A. F.; SANTANA, G.C.A. A teoria das Representações Sociais como referencial teórico metodológico na pesquisa em Ensino de Biociências e Saúde. **Rev Práxis**. v. 9, n. 17, p 23-32, 2017.

EISENSTEIN, E. Adolescência: definições, conceitos e critérios. **Adolesc Saude**, v. 2, n. 2: p. 6-7, 2005.

FALTÝNKOVÁ A, BLINKA L, ŠEVČÍKOVÁ A, HUSAROVA D. As associações entre fatores relacionados à família e o uso excessivo da Internet por adolescentes. **Int J Environ Res Saúde Pública**. 2020; 17 (5): 1754. Publicado em 8 de março de 2020. Doi: 10.3390 / ijerph17051754.

FERREIRA, L.; BARBOSA, J. S. A; ESPOSTI, C. D. D.; CRUZ, M. M. Educação Permanente em Saúde na atenção primária: uma revisão integrativa da literatura. **Saúde em Debate**. v. 43, n. 120, p. 223-239, 2019.

FERREIRA, R. W.; ROMBALDI A, A. J.; RICARDO, L. I. C.; HALLAL, P. C.; AZEVEDO, M. R.; Prevalência de comportamento sedentário de escolares e fatores associados. **Revista Paulista de Pediatria**. v. 34, n. 1, p. 56-63, 2016.

GARMES, A.; MOURA, M. Obesidade infantil: a doença do milênio. **Cienciaetec**, 2014. Disponível em: <<https://cienciaetec.wordpress.com/2014/05/13/obesidade-infantil-a-doenca-do-milenio/>> Acesso em: 05 de abr. 2021.

GERICÓ, L. C. S.; TORRES, M. G.; NEVES, M. P. S. MAGALHÃES, M. G.; ALMEIDA, D. D.; BARROS, B. P. O uso excessivo da internet por jovens e seus danos biopsicossociais: revisão da literatura. **Revista saúde**, V.13, n.3/4, p. 62-69, 2019.

JACOBSON, C.; BAILIN, A.; DO, R. M.; MD, A. A. Adolescent health implications of New Age technology. **Pediatric Clinics of North America**. v. 63, n.1, p. 183-194, 2016.

JAGER, M. E.; BATISTA, F. A.; PERRONE, C. M.; SANTOS, S. S.; DIAS, A. C. G. O adolescente no contexto da saúde pública brasileira: reflexões sobre o prosad. **Psicologia em Estudo**, v. 19, n. 2, p. 211-221, 2014.

LANZI, L. A. C.; VECHIATO, F. L.; FERREIRA, A. M. J. F. C.; BORSETTI, S. A.; VIDOTTI, G.; SILVA, H. C. Tecnologias de informação e comunicação no cotidiano dos adolescentes: enfoque no comportamento e nas competências digitais e informacionais da ‘Geração Google’. **Revista Informação & Informação**. v. 17, n. 3, p. 49 – 75, 2012.

LIU, H. C.; SHEN-ING LIU, S. I.; TJUNG, J.J.; SUN, F. J.; HUANG, H. C.; FANG, C. K. Autoagressão e sua associação com vício em internet e exposição à internet a pensamentos suicidas em adolescentes. **Journal of the Formosan Medical Association** , v. 116, n. 3, pág. 153-160, 2017.

LOBO, A. S. M.; MAIA, L. C. G. O uso das TICs como ferramenta de ensino-aprendizagem no Ensino Superior. **Caderno de Geografia**, v.25, n.44, p. 16-26, 2015.

MACHADO, Y. L. **Sedentarismo e suas Consequências em Crianças e Adolescentes**. Muzambinho, 2011. Trabalho de conclusão de curso (Bacharel em Educação Física) - Instituto Federal de Educação Ciências e Tecnologia Sul de Minas Gerais Cecaes de Muzambinho, Muzambinho, 2011.

MENDES, K. D. S.; SILVEIRA, R. C. C. P.; GALVÃO, C. M. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto Contexto Enfermagem**, Florianópolis, v. 17, n. 4, p. 758-764, 2008.

MINAYO, M. C. S. **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde**. São Paulo: Hucitec, 1992.

MINISTÉRIO DA DEFESA SAÚDE NAVAL MARINHA DO BRASIL. **Dia Mundial da Infância**: o impacto da Internet na vida de crianças e adolescentes 2019. Disponível em: <<https://www.marinha.mil.br/saudenaval/infancia-e-internet>>. Acesso em 20 de mar. 2021.

MOHAMMED, O. Y.; TESFAHUN, E.; MOHAMMED, A. Magnitude of sedentary behavior and associated factors among secondary school adolescents in Debre Berhan town, Ethiopia. **BMC Public Health**. v. 20, n. 86, p 1-7, 2020.

OLIVEIRA, A. R.; LYRA, J. Direitos Sexuais e Reprodutivos de Adolescentes e as Políticas Públicas de Saúde: desafios à Atenção Básica. **Juventude, mobilização social e saúde Interloquções com políticas públicas**. Pernambuco: Recife, 2009.137 p.

OLIVEIRA, E. S. G. Adolescência, internet e tempo: desafios para a Educação. **Educar em Revista**. n. 64, p. 283-298, 2017.

OLIVEIRA, M. P. M. T.; CINTRA, L. A. D.; BEDOIAN, G.; NASCIMENTO, R.; FERRÉ, R. R.; SILVA, M. T. A. Uso de Internet e de Jogos Eletrônicos entre Adolescentes em Situação de Vulnerabilidade Social. **Temas em Psicologia**. v. 25, n. 3, p. 1167-1183, 2017.

PAIVA, N. M. N.; COSTA, J. S. A influência da tecnologia na infância: desenvolvimento ou ameaça? **Revista psicologia**. Pt. 2015.

RENAU, M. A.; FERNANDEZ, A. D.; VALLS, M. R. B.; MALDONADO, A. S.; URDIALES, D. M. O efeito da qualidade do sono no desempenho acadêmico é mediado pelo tempo de uso da Internet: estudo DADOS. **Jornal de Pediatria**, Volume 95, Issue 4, July–August 2019, Pages 410-418.

SANTOS, I. A.; NASCIMENTO, A. V.; COSTA, C. E. S. P.; LOURENÇO, L. D. B. Mediação de conflitos junto a adolescentes com adoecimento psíquico pela dependência de internet na atenção básica. **Anais I CONBRACIS**. Campina Grande: Realize Editora, 2016. Disponível em: <<http://www.editorarealize.com.br/artigo/visualizar/18766>>. Acesso em: 15 abr. 2021.

SBP. (2016). Manual de orientação: saúde de crianças e adolescentes na era digital. **Sociedade Brasileira de Pediatria**. Departamento de adolescência, 2016.

SBP. (2019). Manual de orientação: menos tela mais saúde. **Sociedade Brasileira de Pediatria**. Departamento de adolescência, 2019.

SHARMA, B.; CHAVEZ, R. C.; JEONG, A. S.; NAM, E. W. Television Viewing and Its Association with Sedentary Behaviors, Self-Rated Health and Academic Performance among Secondary School Students in Peru. **Res. Public Health**. v. 14, n. 383, p. 1-12, 2017.

SILVA, T. O.; SILVA, L. T. G. Os impactos sociais, cognitivos e afetivos sobre a geração de adolescentes conectados às tecnologias digitais. **Rev. psicopedag**, v. 34, n. 103, p. 87-97, 2017.

SOUSA, L. K. S.; FERNANDES, M. M. M. M. Influência tecnológica: Efeitos nos costumes de crianças e adolescentes. **Revista Brasileira de Direito e Gestão Pública**, v.8, n. 3, p. 675-687, 2020.

SOUZA, L. L.; SILVA, N.; B.; FERREIRA, L. S.; COSTA, E. F. Dependência de internet e o desempenho ocupacional de estudantes. **Rev. Interinst. Bras. Ter. Ocup**. V. 2, n. 4, p. 793-815, 2018.

TSITSIKA, A. K.; ANDRIE, E. K.; PSALTOPOULOU, T.; TZAVARA, C. K.; THEODOROS, N.; SERGENTANIS, T. N.; STATHOPOULOS, I. N.; BACOPOULOU, F.; RICHARDSON, C.; CHROUSOS, G. P.; TSOLIA, M. Association between problematic internet use, socio-demographic variables and obesity among European adolescents. **The European Journal of Public Health**. v. 26, n. 4, p. 617-622, 2016.

TWENGE, J. M.; CAMPBELL, W. K. Associations between screen time and lower psychological well-being among children and adolescents: Evidence from a populationbased study. **Revista Preventive Medicine Reports**. v. 12, p. 271-283, 2018.

YUSUF, A.; RACHMAWATI, D. P.; RACHMAWATI, D. A correlação do vício em Internet com a interação social dos adolescentes. **Jornal Internacional de Medicina e Saúde do Adolescente**, 2020.

ZEDNIK, H.; LÓPEZ, C.; TAROUCO, L. Os principais riscos à saúde associados ao uso das tecnologias digitais: o papel da escola frente a esse desafio. **In: XV Safety, Health and Environment World Congress**. P. 19 – 22, 201.

APÊNDICES

APÊNDICE A - Carta aceite orientadora



CENTRO EDUCACIONAL E CULTURAL DA AMAZONIA – CECAM
 CNPJ 03.431.159/0001-55
 Recredenciada pela PORTARIA MINISTERIAL n° 905, de 6 de julho de 2012
 DOU N° 131, de 09 de julho de 2012, seção 1, p.25-27

13

Carta de Aceite do Orientador



FACULDADE DE TEOLOGIA, FILOSOFIA E CIÊNCIAS HUMANAS GAMALIEL – FATEFIG
 CENTRO EDUCACIONAL E CULTURAL DA AMAZONIA - CECAM
 CURSO DE BACHARELADO EM ENFERMAGEM

CARTA DE ACEITE DO ORIENTADOR

Eu, Ismael Duques de Jesus, professor (a)
 do Curso de Bacharelado em Enfermagem da Faculdade Gamaliel, informo que aceito orientar
 o trabalho intitulado
Os impactos do uso excessivo das novas tecnolo-
gias digitais nos adolescentes no âmbito físico e mental, de
 autoria dos
 alunos Jessica Dias Ribeiro e
Marica Ribeiro Santos Gratik, matrícula
 n° 2017000322, 2017000301, auxiliando na condução do planejamento e
 desenvolvimento de seu Trabalho de Conclusão de Curso.

Declaro ter total conhecimento das normas de realização de trabalhos científicos vigentes,
 segundo a Comissão Nacional de Ética em Pesquisa - CONEP. Declaro, ainda, ter
 conhecimento do conteúdo do anteprojeto ora entregue.

Tucuruí, 02/07/21.

Ismael Duques de Jesus
 Professor Orientador