



O IMPACTO DAS REDES SOCIAIS NO COMPORTAMENTO E NA SAÚDE MENTAL

Francisco Isaque Lourenço de Lima (Discente do Curso de Licenciatura em Ciências Biológicas - Universidade Regional do Cariri – Campus Campos Sales)

Francisco Oseas Lourenço de Lima (Discente do Curso de Licenciatura em Ciências Biológicas - Universidade Regional do Cariri – Campus Campos Sales)

Zildete Duarte da Silva (Discente do Curso de Licenciatura em Ciências Biológicas- Universidade Regional do Cariri – Campus Campos Sales)

Eric Klepton de Oliveira Benicio (Orientador – Pós-graduado, Docente do curso de Licenciatura em Ciências Biológicas – Universidade Regional do Cariri-Campus Campos Sales. E-mail: erik.oliveira@urca.br)

RESUMO

Introdução: As redes sociais se tornaram uma parte fundamental da vida moderna, influenciando significativamente a forma como as pessoas se comunicam, interagem e percebem o mundo ao seu redor. Diante desse contexto, a questão do impacto das redes sociais no comportamento e na saúde mental tem despertado crescente interesse na área de psicologia. **Objetivo:** Este estudo tem como objetivo entender de que maneira o uso das redes sociais pode influenciar o comportamento e a saúde mental dos usuários. **Metodologia:** A pesquisa bibliográfica utilizará materiais já publicados, como livros e artigos científicos, para investigar o impacto das redes sociais no comportamento e saúde mental. Autores prestigiados, como Marconi e Lakatos, serão fundamentais para embasar teoricamente o estudo. A análise crítica das fontes contribuirá para compreender melhor os impactos das redes sociais ao identificar convergências e divergências entre as perspectivas dos autores. **Resultados:** Segundo Souza (2020), estudos revelam que o uso prolongado das redes sociais está ligado a sintomas de ansiedade e depressão, afetando a autoestima e o bem-estar psicológico. A constante comparação social e busca por validação online contribuem debate sobre o impacto das redes sociais na psicologia e saúde mental. **Conclusão:** Este estudo ressalta a influência das redes sociais no comportamento e na saúde mental, abordando os efeitos psicológicos desse fenômeno, como impacto na autoestima e comparação social, podendo gerar ansiedade.

Palavras-chaves: Redes sociais. Comportamento. Saúde mental. Tecnologia. Adoecimento.

