

Luciana Martins Borges

A influência da Educação Parental e do Desenvolvimento Tecnológico na Saúde Mental  
dos Adultos Jovens: Uma Revisão Integrativa

Universidade Fernando Pessoa  
Escola Superior de Saúde

Porto, 2019



Luciana Martins Borges

A influência da Educação Parental e do Desenvolvimento Tecnológico na Saúde Mental  
dos Adultos Jovens: Uma Revisão Integrativa

Universidade Fernando Pessoa  
Escola Superior de Saúde

Porto, 2019

Luciana Martins Borges

A influência da Educação Parental e do Desenvolvimento Tecnológico na Saúde Mental  
dos Adultos Jovens: Uma Revisão Integrativa

Eu abaixo-assinado atesto a originalidade deste trabalho

---

(Luciana Martins Borges)

Projeto de Graduação apresentado à Universidade Fernando Pessoa como parte dos  
requisitos para obtenção do grau de licenciado em enfermagem.

## RESUMO

O presente estudo de investigação, desenvolvido na área de Saúde Mental, foi realizado no âmbito da unidade curricular de projeto de graduação, inserida no 2º semestre do 4º ano da licenciatura de Enfermagem, e que serve como requisito para finalização da mesma na Escola Superior de Saúde da Universidade Fernando Pessoa.

Reconhece-se a importância da saúde mental na qualidade de vida das pessoas. Os adultos jovens, pelas mudanças, físicas, mentais e sociais, encontram-se suscetíveis a alterações que poderão provocar sérios desequilíbrios na sua saúde. Quando alterada, trata-se de um fenómeno pouco fácil de lidar, tanto pelo próprio como para os que lhe são mais próximos. Com a crescente abundância de casos na era contemporânea, este fenómeno tende a progredir de forma negativa. Existem dois dos fatores que podem influenciar a alteração da saúde mental dos adultos jovens, sendo eles, a parentalidade e o desenvolvimento tecnológico. Assim sendo, este estudo pretende identificar a produção científica existente sobre a influência destes dois fatores na saúde mental dos adultos jovens.

Cientes da importância da temática pela vivência desta etapa da vida, pela experiência em ensinamentos clínicos e pela consulta bibliográfica, compreende-se a relevância do presente estudo.

No que se refere à metodologia, realizou-se uma revisão integrativa da literatura, recorrendo aos descritores Parental Education, Technological Development, Mental Health, Student e Higher Education. A pesquisa realizada limitou-se ao agregador B-on com acesso através da Universidade Fernando Pessoa, no período de 1 de Maio a 1 de Junho de 2019. Recorreu-se a uma pesquisa de documentos em texto integral, de acesso gratuito, publicados entre 2014 e 2019 em português, inglês, francês e espanhol. Foram encontrados 3133 artigos, sendo incluídos apenas 12 artigos, por responderem aos objetivos do estudo e aos critérios de inclusão.

As principais conclusões que resultam deste trabalho mostram que, efetivamente há influência da educação parental e do desenvolvimento tecnológico na saúde mental dos

adultos jovens, tendo o enfermeiro um trabalho importante e efetivo na monitorização e adoção de estratégias para a prevenção dos referidos desequilíbrios.

Palavras-chave: Educação Parental, Desenvolvimento Tecnológico, Saúde Mental, Estudante, Ensino Superior

## **SUMMARY**

This study was carried out within the scope of the Curricular Unit of the 4th year Degree in Nursing, School of Health of the Fernando Pessoa University and was performed as a requirement for its completion.

The importance of mental health in people's quality of life is recognized. Young adults, due to, physical, mental and social changes, are susceptible to alterations that may cause serious imbalances in their health. When altered, it is a phenomenon that is not easy to deal with either for yourself or those closest to you. With the increasing abundance of cases in the contemporary era, this phenomenon tends to progress in a negative way. There are two of the factors that can influence the change in mental health of young adults, namely parenting and technological development. Therefore, this study aims to identify the existing scientific production on the influence of these two factors on the mental health of young adults.

Aware of the importance of the theme through the experience of this stage of life, the experience in clinical teaching and the bibliographic consultation, we understand the relevance of this study.

Regarding the methodology, an integrative literature review was performed using the descriptors Parental Education, Technological Development, Mental Health, Student and Higher Education. The research was limited to the B-on aggregator with access through Fernando Pessoa University from 1 of May to 1 of June 2019. The research was made by full-text, free-access documents published between 2014 and 2019 in Portuguese, English, French and Spanish. A total of 3133 articles were found, including only 12 articles, as they met the study objectives and inclusion criteria.

The main conclusions that result from this work show that, effectively, there is influence of parental education and technological development on the mental health of young adults, therefore, the nurse has an important and effective work in monitoring and adopting strategies for the prevention of such imbalances.

Key-words: Parental Education, Technological Developments, Mental Health, Student, Higher Education.

## **DEDICATÓRIA**

Dedico este estudo de investigação aos meus pais, pelo orgulho e apoio depositado em mim na sua realização.

## **AGRADECIMENTOS**

Gostaria de agradecer à Universidade Fernando Pessoa por me ter acolhido durante os últimos 4 anos da minha vida, estes que considero os mais importantes até ao dia de hoje, visto determinarem aquilo que poderá ser um grande futuro.

Agradeço também a todas as pessoas que de alguma forma fizeram parte deste percurso, nomeadamente, professores, colegas de turma, empregados, enfermeiros e orientadores, entre outros.

Dos acima mencionados, agradeço em especial à Professora Doutora Andreia Lima, por se ter, sempre, mostrado disponível para me fornecer apoio na realização deste estudo.

Agradeço à Eliana Pereira e à Magda Fernandes, colegas de curso, e amigas para o resto da vida, por nos apoiarmos mutuamente e por nos incentivarmos, sempre, umas pelas outras, de modo a alcançarmos os nossos objetivos académicos.

Aproveito também para agradecer aos amigos da escola, que se mantiveram ao meu lado, apesar do menor contacto, Clara, Matias, Daniel e Helena, que mesmo não partilhando a mesma cadeira/curso, sempre se mostraram presentes e orgulhosos das minhas conquistas.

Um enorme obrigada aos meus avós, Vitória, Plácido e Jerónimo por me permitirem dar-lhes esta alegria, de me verem a triunfar em algo que me deixa feliz. Obrigada também à minha avó Ermelinda que, infelizmente não pode assistir, mas sei que onde quer que ela esteja, me esta a aplaudir.

E por fim, mas não menos importante, um gigante obrigada aos meus pais, Sandra e Manuel, pois foram eles que tornaram tudo isto possível, que me felicitaram em todas as minhas vitórias e que fazem questão de, todos os dias, me mostrar o orgulho que têm em mim.

## Índice

INTRODUÇÃO .....	1
I. FASE CONCEPTUAL .....	4
1. Conceitos .....	5
2. Estado da arte .....	9
3. Problemática .....	18
II. METODOLOGIA .....	19
III. RESULTADOS .....	24
IV. DISCUSSÃO .....	37
V. CONCLUSÃO .....	44
BIBLIOGRAFIA .....	46

## INDICE DE FIGURAS

<b>Figura 1.</b> Fluxograma do processo de estudo .....	Pág. 23
---------------------------------------------------------	---------

## **TABELAS**

**Tabela 1.** Descrição dos resultados obtidos nos artigos incluídos no estudo ..... Pág. 24

**Tabela 2.** Apresentação dos estudos por nível de evidência.....Pág. 31

## GRÁFICOS

**Gráfico 1** – Distribuição numérica da amostra relativa ao ano de publicação dos artigos.....Pág. 31

**Gráfico 2** – Distribuição numérica da amostra relativa ao nível de evidência científica dos artigos.....Pág. 32



## **LISTA DE SIGLAS**

**OMS** – Organização Mundial da Saúde

**DGS** – Direção Geral da Saúde

**PAG** – Perturbação de Ansiedade Generalizada

**POC** – Perturbação Obsessiva-Compulsiva

**PSPT** – Perturbação de Stress Pós-Traumático

**UPI** – Uso problemático/patológico da Internet

**DI** – Dependência da Internet

**IE** – Inteligência Emocional

**SRS** – Sites de Redes Sociais

**DJI** – Distúrbio de jogos na Internet

**AC** - Autoconceito

**ARP** – Aceitação/Rejeição Parental

## INTRODUÇÃO

O presente estudo de investigação foi realizado no âmbito da unidade curricular de projeto de graduação, inserida no 2º semestre do 4º ano da licenciatura de Enfermagem, e que serve como requisito para finalização da mesma na Escola Superior de Saúde da Universidade Fernando Pessoa. A escolha da temática incidiu na saúde mental dos adultos jovens, pela repercussão que as patologias deste foro poderão acarretar na qualidade de vida, pelo que se desenvolveu o presente estudo intitulado “A influência da Educação Parental e do Desenvolvimento Tecnológico na Saúde Mental dos Adultos Jovens: Uma Revisão Integrativa”.

Ribeiro (2010), afirma que o processo de investigação é utilizado quando se pretende perceber a evolução da sociedade, dando justificações para algo que ainda não foi cientificamente comprovado. Trata-se de um método científico que permite um planeamento prévio para o aprofundamento do tema em questão, conduzindo à aquisição de conhecimentos e competências na área em estudo. Fazer investigação é inerente a qualquer prática científica ou profissional, em enfermagem este método proporciona conhecimentos basilares para desempenhar com excelência os cuidados prestados (Martins, 2008).

A saúde mental dos adultos jovens é um assunto importante e atual. Quando alterada, trata-se de um fenómeno pouco fácil de lidar, tanto pelo próprio como para os que lhe são mais próximos. Com o aumento da incidência de patologias do foro psiquiátrico, acredita-se que se este flagelo não for travado, o fenómeno tende a evoluir. “O registo de utentes com perturbações mentais nos cuidados de saúde primários tem vindo a aumentar desde 2011, no que diz respeito às perturbações de ansiedade, às perturbações depressivas e às demências. A Direção Geral de Saúde prevê um aumento de 25% de novos casos de ansiedade e depressão em 2020 (Carvalho, 2017, p.5).

A motivação pessoal para a escolha da temática decorre do facto da autora estar a vivenciar essa mesma fase do ciclo vital e das experiências em contexto de ensinamentos clínicos. A

motivação acadêmica prende-se sobretudo, com a exigência curricular e com o desenvolvimento de capacidades e interesse pela investigação em enfermagem.

De acordo com a literatura, existem dois fatores que podem influenciar a alteração da saúde mental dos adultos jovens, nomeadamente, a parentalidade e o desenvolvimento tecnológico. Assim sendo, este estudo pretende identificar a produção científica existente sobre a influência destes dois fatores na saúde mental dos adultos jovens. É fundamental perceber essa relação, pois decorrente dessa influência, o enfermeiro enquanto profissional de saúde com um papel essencial na prevenção deverá adotar medidas, no sentido de prevenir os desequilíbrios relativos à saúde mental.

Portanto, os objetivos do presente estudo, consistem em identificar e descrever a influência que a educação parental tem na saúde mental dos adultos-jovens e identificar e descrever a influência do desenvolvimento tecnológico na saúde mental dos adultos jovens.

Tendo em conta a problemática apresentada, formula-se a questão de partida: “Será que a educação parental e o desenvolvimento tecnológico influenciam a saúde mental dos adultos jovens?” Optou-se por realizar uma revisão integrativa para poder conhecer a investigação científica realizada na área, que para Botelho, Cunha e Macedo (2011) esta metodologia, sistematiza o conhecimento científico de forma a permitir ao investigador ficar mais perto da temática que pretende abordar. A pesquisa realizada limitou-se ao agregador B-on com acesso através da Universidade Fernando Pessoa, no período de 1 de Maio a 1 de Junho de 2019. Recorreu-se a uma pesquisa de documentos em texto integral, de acesso gratuito, publicados entre 2014 e 2019 em português, inglês, francês e espanhol. Foram encontrados 3133 artigos, sendo incluídos apenas 12 artigos, por responderem aos objetivos do estudo e aos critérios de inclusão.

O presente estudo encontra-se organizado da seguinte forma: a fase concetual, onde são descortinados os conceitos em estudo, o enquadramento teórico e a justificação da problemática; a fase metodológica, onde se releva o desenho do estudo, que compreende o tipo de estudo, a população alvo, a amostra, a recolha e apresentação dos dados; a fase

empírica abrange a apresentação dos dados, análise e interpretação dos mesmos e ainda as principais conclusões do estudo.

Como qualquer trabalho de investigação científica, este também exibe limitações, a primeira prende-se essencialmente com a pesquisa nas bases de dados, pois recorreu-se unicamente ao agregador B-on e, por terem sido apenas encontrados artigos no idioma inglês e existirem poucas evidências no que concerne à influência da educação parental. Daqui se depreende a importância do investimento em estudos primários nesta área da saúde mental dos adultos jovens.

As principais conclusões que resultam deste trabalho permitem-nos dizer que há, efetivamente, evidência de que, tanto a educação parental, como o desenvolvimento tecnológico, influenciam a saúde mental dos adultos jovens, e que tal fenómeno poderá ter consequências alarmantes para as suas vidas.

## **I. FASE CONCEPTUAL**

De modo a tornar o estudo mais claro, será necessária a abordagem de alguns conceitos atinentes à temática, bem como uma exposição ao contexto teórico que diz respeito ao tema.

A fase conceptual consiste na definição de elementos de um determinado problema. Aqui o investigador formula conceitos e ideias, e realiza a recolha de informação sobre o tema escolhido, com o objetivo de chegar a um parecer claro sobre o dito problema (Fortin, 2009).

Para o mesmo autor, todo este processo inicia-se pela escolha de um tema que se quer estudar e de uma ou mais questões, a partir da qual/quais se irá guiar para a investigação.

A revisão da literatura permite adequar e fundamentar a investigação num esquema teórico e essencial. Aqui pretende-se abordar de forma detalhada tudo o que diz respeito a um determinado fenómeno e aquilo que se necessita saber sobre o mesmo (Dias & Gama, 2019).

Segundo Fortin (2009, p. 97) “a revisão da literatura representa um reagrupamento de trabalhos publicados relacionados com um tema de investigação”. Isto é, uma parte vital do processo de investigação. Esta requer que se encontre, avalie, sintetize e interprete a investigação já existente, que poderá ser feita em revistas científicas, livros, atas de congressos, resumos, entre outros) referente à área de estudo em questão. A revisão da literatura é imperativa não só na definição do problema, como também para a obtenção de uma ideia exata relativamente ao estado atual dos conhecimentos sobre um determinado tema, as suas falhas e a contribuição que teve para o desenvolvimento do conhecimento (Fortin, 2009).

## 1. Conceitos

O conceito resume e classifica as considerações empíricas. É utilizado para ligar o pensamento à experiência. Estes estão na base da investigação porque quando unidos por ligações lógicas, resultam na formação de proposições (Fortin, 2009).

No presente estudo os conceitos utilizados são: tecnologia/novas tecnologias, cyberbullying, saúde mental, depressão, perturbações de ansiedade, suicídio/ ideiação suicida, jovens adultos e parentalidade.

Para Blanco e Silva *cit in.* Alves, 2009, o termo «tecnologia» provém do grego *technê* (arte, ofício) e *logos* (estudo de) e refere-se ao estabelecimento dos termos técnicos, designando os utensílios, as máquinas e as suas partes, e as operações dos ofícios.

De acordo com Almeida *et al. cit. in.* Iacob (2016, p. 11) o “Instrumento poderoso de acesso ao mundo global, a Internet entrou em força, nos últimos anos, nos quotidianos privados das famílias, nos estabelecimentos de ensino, no mundo de trabalho e das profissões”. Nos dias de hoje, a internet e as novas tecnologias têm um papel com alguma importância nas nossas vidas, como o lazer, as redes sociais, os diversos meios de comunicação, seja esta privada ou profissional, e até mesmo no que toca aos cuidados de saúde. Esta vivência torna-se cada vez mais presente, quer na vida dos adultos, como na das crianças e jovens, e o seu acesso, progressivamente mais fácil.

O computador e os outros meios tecnológicos permitem trabalhar, comunicar, entreter e socializar (Gamito & Morais, 2013). Contudo, o seu uso excessivo pode trazer consequências para o próprio utilizador ou para terceiros, nomeadamente ao nível da saúde mental, ou até incitar ao vício ou a atos que, hoje, são puníveis por lei, como o cyberbullying.

Smith *et al.*, (2008), define cyberbullying como um tipo de comportamento agressivo e intencional que se repete com frequência através do uso, por um indivíduo ou grupo, de dispositivos eletrônicos, numa vítima que não pode facilmente defender-se.

O bullying dito “normal”, isto é, aquele realizado pessoalmente, adquire um outro estatuto, onde não é necessária a confrontação “cara-a-cara”, o que faz com que a sua execução seja mais facilitadora, e onde as consequências de o fazer não sejam tão notórias, visto que, poderá ser realizado anonimamente.

Por conseguinte, este feito poderá provocar danos tanto nas vítimas como nos agressores, nomeadamente no que toca à saúde mental. Contudo, o contrário também acontece, isto é, jovens que apresentem alterações da saúde mental podem, por este motivo, ser incitados a serem vítimas ou agressores de cyberbullying.

Definir saúde mental não é um procedimento fácil pois, segundo Gomes (2008), torna-se cada vez mais claro que esta se trata de um ponto vital para o conforto e satisfação geral dos indivíduos e sociedades.

A saúde mental é tomada como um constituinte de grande valor na saúde geral de um indivíduo, e por esse motivo, é definida pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como a condição de bem-estar onde este atua através das suas competências, é capaz de enfrentar as tensões da vida, labora eficientemente, e colabora de forma ativa para a comunidade (OMS, 2007). Dentro dos problemas que a afetam, destacam-se a depressão, a ansiedade e a ideação suicida. A depressão é classificada pela OMS (2017) como sendo o maior contribuinte para a incapacidade da atividade produtiva, e as perturbações de ansiedade encontram-se em 6º lugar pelo mesmo motivo. No estudo Epidemiológico Nacional de Saúde Mental, é possível constatar-se que as perturbações psiquiátricas afetam mais de um quinto da população portuguesa. Deste valor total destacam-se os mais altos nas perturbações da ansiedade (16,5%) e nas perturbações depressivas (7,9%) (Almeida & Xavier, 2013).

Segundo Townsend *cit in*. Almeida (2014), a depressão é dos transtornos mais frequentes que são diagnosticados em psiquiatria. A existência de um período de tristeza ou abatimento é comum entre as pessoas, derivado dos acontecimentos menos bons do dia-à-dia. Por norma, são episódios de curta duração de adaptação a esses sentimentos. A depressão, como quadro patológico, ocorre quando o processo de adaptação não é eficaz.

Para o Diretor do Programa Nacional para a Saúde Mental da Direção Geral de Saúde (DGS) as perturbações depressivas são:

“caracterizadas por tristeza, perda de interesse ou prazer, sentimentos de culpa ou de autoestima baixa, perturbações do sono ou do apetite, sensação de cansaço e baixo nível de concentração. A depressão pode ser duradoura ou recorrente, prejudicando substancialmente a capacidade de uma pessoa funcionar no trabalho ou na escola ou lidar com a vida diária. Na sua forma mais grave, a depressão pode levar ao suicídio”. (Carvalho, 2017, p. 5).

Já as perturbações de ansiedade pertencem a um grupo de distúrbios mentais caracterizados por sentimentos de ansiedade e medo, incluindo a PAG (Perturbação de Ansiedade Generalizada), a perturbação de pânico, as perturbações fóbicas, a fobia social, a Perturbação Obsessivo-Compulsiva (POC) e Perturbação de Stress Pós-Traumático (PSPT). “Tal como na depressão, os sintomas podem variar de ligeiros a graves. A duração dos sintomas tipicamente experimentados por pessoas com perturbações de ansiedade torna-a mais uma doença crónica do que episódica” (Carvalho, 2017, p. 5).

Em conformidade com Sampaio *et al.* (2000), o suicídio é algo que pode ser delineado como um método desesperado de emancipação ao qual se recorre aquando já utilizadas todas as outras estratégias consideradas para transmitir a tristeza e a solidão, com o objetivo de responder a algo pessoal, bem como a transmissão de diversas mensagens.

A caracterização do adulto jovem não cria consenso entre os investigadores, já que, existe diferentes definições, no que toca as idades que estes compreendem. Para Erikson (1998) a fase do ciclo vital designada por adulto jovem está situado entre os 19 a 30 anos. Segundo Freitas (2005), a faixa etária dos adultos jovens estende-se desde os 12 aos 35 anos. Já para Farah e Sá (2008), esta fase do ciclo vital compreende o período entre os 18 e os 40 anos de idade. No presente estudo utilizaremos a definição de Freitas. Nesta fase do desenvolvimento não somos adultos para realizar determinadas coisas, contudo, também já não somos crianças e, por conseguinte, podemos ser repreendidos caso nos comportemos como tal. Os jovens simbolizam o ser humano que procura uma nova identidade e trata-se de um processo longo, árduo, isolado, que gera inúmeras dúvidas, e que por si só provoca ansiedade e confusão.

Por todos estes motivos, ultrapassar esta fase da vida, e ainda lidar com algum tipo de perturbação mental, não mostra ser um processo fácil.

Tudo isto cria uma enorme preocupação por parte dos pais. Contudo, a relação e o contexto familiar poderão, também, ser considerados fatores de risco para as mesmas perturbações mentais nos adolescentes.

Cruz (2013, p. 13) descreve a parentalidade como o:

“Conjunto de ações encetadas pelas figuras parentais (pais ou substitutos) junto dos seus filhos no sentido de promover o seu desenvolvimento da forma mais plena possível, utilizando para tal os recursos de que dispõe dentro da família e, fora dela, na comunidade”.

Assim, o vínculo entre pais e filhos mostra-se como primordial, encarregando-se de um papel fundamental dentro das ligações familiares. Enquanto responsáveis pela criança, os pais transformam-se nos principais intermediários da sua socialização, a nível comportamental, emocional e de desenvolvimento cognitivo.

A família é “o espaço privilegiado para a elaboração e aprendizagem de dimensões significativas da interação: os contactos corporais, a linguagem, a comunicação, as relações interpessoais” (Alarcão, 2006, *cit in*. Brás, 2008). É neste contexto que se aprimora o subsistema parental, que apresenta encargos executivos que, no que lhe concerne, visam a educação e o auxílio das gerações seguintes. É através das interações entre pais-filhos que as crianças se capacitam sobre o sentido de autoridade, a forma de negociar e de enfrentar os conflitos nas circunstâncias de uma relação vertical (Alarcão, 2006, *cit in*. Brás, 2008).

## **2. Estado da arte**

Para Castells (2004, p. 16), “a internet é um meio de comunicação que permite, pela primeira vez, a comunicação de muitos para muitos em tempo escolhido e a uma escala global”. Acarreta inúmeras redes, trata-se de um sistema universal que permite, a comunicação entre milhões e milhões de pessoas, a troca de informações serviços e recursos e funciona também como uma forma de lazer (Guizzo, 2002).

Torna-se cada vez mais frequente o abuso das novas tecnologias por parte dos adultos jovens. Cada vez mais existe a formulação de questões sobre qual a influência das tecnologias, e se esta é positiva ou negativa, já que poderá interferir com o desenvolvimento da criança ou jovem, nomeadamente a nível social e mental. Nos dias de hoje é possível ver uma criança a substituir os brinquedos tradicionais por um tablet ou smartphone, o que por si só, irá ter consequências na coordenação motora, criatividade e reflexos que advém do contacto físico direto, tudo atributos dos mesmos brinquedos. Assim, o avanço tecnológico é considerado um acontecimento relacionado com a qualidade de vida, o que vai dificultar o desenvolvimento das experiências sinestésicas, tais como, audição, visão, paladar, olfato e tato, qualidades que são de enorme importância nas vidas das crianças (Paiva & Costa, 2015).

É desde muito cedo que as crianças têm acesso a aparelhos eletrónicos, sejam eles quais forem. Quando o uso da tecnologia passa a ser mais precoce, surgem questões sobre o desenvolvimento afetivo, cognitivo e social da criança, uma vez que, estas acabam por substituir amizades do dia-à-dia pelas virtuais e optam por fazer algo no mundo virtual para divertimento/entretenimento, em detrimento de brincadeiras que envolvem exercício físico e interação social (Paiva & Costa, 2015). E este facto verifica-se posteriormente, nas fases mais avançadas da sua vida.

As crianças e os jovens adultos dos dias de hoje têm dificuldade em interagir com as outras pessoas e expressar o que estão a sentir, nomeadamente, conflitos ou desejos que tenham, e por sua vez tendem a isolar-se do mundo exterior, visto que as novas tecnologias se tornam mais do que o suficiente para conceder as suas necessidades (Previtale, 2006).

Todos estes fenómenos fazem com que mais tarde, aquando adultos jovens, estes adquiram as consequências dos atos que realizaram em mais novos, nomeadamente no que toca à saúde mental.

Os adultos jovens da época moderna apreciam a inovação e gostam de estar sempre a par com a evolução, de modo a perceberem como as coisas são concebidas. Assim, para os indivíduos, o uso da internet funciona, não só como entretenimento, como também uma forma de aliviar a tensão. Nela, é possível realizar pesquisas sobre numerosos assuntos no Google, aceder a uma rede social para comunicar com os amigos, assistir a vídeos no Youtube e jogar.

A internet fornece ainda a utilização de softwares educacionais, que permitem a pesquisa de informação, funcionando como um acessório à aprendizagem e favorece o alargamento da criatividade, estimulação da curiosidade, entre outras coisas. No entanto, percebe-se a necessidade de não cair no exagero.

Com o desenvolver da tecnologia a preocupação e interesse sobre os comportamentos online acaba por se tornar superior, nomeadamente no que concerne às atividades que se exercem no contexto da internet. Hoje em dia, esta é vista como um meio de vasta comunicação onde podem ser realizadas diversas pesquisas sobre diversos temas e também um meio que oferece várias alternativas de entretenimento, no entanto, apesar de tudo isto, também pode ter efeitos negativos, mais propriamente, colocar em causa a saúde física e mental dos seus utilizadores. Por este motivo, é cada vez mais frequente o aparecimento de avisos e alertas sobre estes mesmos efeitos negativos (Boubeta *et al.*, 2014).

Estudos nacionais e internacionais mostram que cada vez mais será necessário haver uma apreensão das atitudes do uso desmedido ou problemático da internet, advertindo para a predominância dos mesmos. O relatório do EU kids Online de 2012 assinala que 29% dos jovens apresentam um ou mais elementos que comprovem o uso problemático da internet (Machado, 2015). Esses elementos estão associados a sintomas, tais como, pensar na

internet como o seu único amigo, sem qualquer tipo de controlo no que toca a impulsos, pensamentos obsessivos relativamente à internet, o facto de não conseguir parar de utilizar, pensar sobre a internet mesmo aquando offline e prolongar o tempo estipulado que a frequenta diariamente. Tudo isto, depende de funcionalidades características da internet, nomeadamente, materiais ou serviços sexuais (por exemplo pornografia), leilões online, trocas de ações e jogos online (Silva & Mendes, 2017).

De acordo Griffiths (2015), comportamentos como o exercício; sexo; trabalho; videojogos, entre outros que de uma forma ou de outra se podem tornar viciantes. Porém, à luz das organizações médicas e psiquiátricas, ainda não adquiriram o devido valor. Segundo o mesmo autor, a dependência da internet (DI) pode estar diretamente relacionada com a personalidade do individuo, com as suas motivações e com a causa da realização desta atividade.

A DI é, cada vez mais, classificada como sendo uma forma de adição, na época atual (Alves, 2014). Portanto, diz-se que a DI está presente quando o uso de sistemas de informação é realizado de forma excessiva e utilizada como meio de escapar de problemas (Arruda, 2016).

A DI, embora não faça, ainda, parte do Manual de Diagnóstico e Estatística das Perturbações Mentais, Young, Abreu e Cols (2011) classificam-na como sendo um transtorno psicológico e comportamental, apresentando uma natureza impulsivo-compulsiva, isto é, faz com que o utilizador se envolva continuamente nas atividades que pretende realizar na internet, independentemente da possível da ocorrência de consequências da sua utilização, tais como, alteração do bem-estar físico, social, financeiro, espiritual e mental.

Young, Abreu e Cols (2011) referem que a DI não está diretamente relacionada com o género, mas sim da forma de como a internet é utilizada. No caso dos homens, é mais comum optarem por utilizar a internet como benefício, nomeadamente no que toca a material de conteúdo sexual, ou falsificação de identidades, entre outros (Coxo, 2009; Smith, 2011), relativamente às mulheres, os ambientes mais calmos, tais como chats e

salas de conversação são as opções predominantes (Bezinović *et al.*, 2015; Smith, 2011). Por sua vez, os jovens adultos escolhem a comunicação e socialização através de redes sociais e jogos online (Resende, 2011; Santos, 2010).

Para Machado (2015, p. 52) “aquando do diagnóstico de UPI é muitas vezes complicado perceber se a o UPI é uma manifestação subjacente a outra perturbação mental ou a perturbação em si”. Dessarte, existem co-morbilidades referentes ao UPI.

Num estudo realizado por Bernardi e Pallenti, *cit in* Machado (2015, p.52-53) com uma amostra de 50 adultos, verificou-se 7% e 15% para perturbação da atenção e déficit de atenção, hipomania, perturbação alimentar, PAG, perturbação de ansiedade social, POC, perturbação de personalidade borderline e perturbação de personalidade evitante. Todas as anteriores provocadas pelo UPI.

A expressão “uso problemático da Internet” retrata a utilização da internet com sendo algo que provoca perturbações psicológicas, sociais, escolares ou profissionais na vida de um determinado indivíduo (Beard & Wolf, 2001).

Os fatores de risco normalmente, estão associados ao ambiente familiar, social e pessoal, como por exemplo, existir historial de conflitos na família/mau ambiente familiar, ter uma supervisão familiar deficiente, tratar-se de alguém com um suporte social fraco, tendo como resultado solidão e isolamento, acabando por recorrer à internet como meio de recuperar da falta de um dos fatores acima descritos (Kuss, Griffiths & Binder, 2013).

Autores referem que as características parentais têm influência na presença ou ausência de UPI, e que ter um pai permissivo é considerado um fator de risco, já que, os jovens não têm qualquer tipo de controlo quando se encontram online, nem sobre que atividades realizam na internet (Valcke, *et al.*, 2010).

Um dos fenómenos mundiais que mostra ser uma outra desvantagem da utilização das novas tecnologias, é o cyberbullying. Para além da forma “tradicional” de intimidação, tem vindo a notar-se o surgimento de uma nova forma de o fazer. Isto ocorre por meio das

novas tecnologias, e é realizado por um grupo ou apenas um indivíduo. É através de smartphones, redes sociais, entre outros, que os adolescentes escolhem realizar intimidações, maus tratos, difamações, de forma deliberada. Estando estes recursos cada vez mais disponíveis, proporcionam-se mais oportunidades para causar danos aos seus pares.

É certo que, como referido anteriormente, a internet é uma ferramenta muito útil que permite novas formas de comunicação mais facilitadoras e simplifica a interação com os outros. No entanto, elimina muitos dos sinais não-verbais da comunicação, como a linguagem corporal e os diferentes níveis de voz, que são fatores essenciais na compreensão da comunicação.

Consoante Hinduja e Patchin (2009, p. 33) o “cyberbullying é simplesmente bullying de pátio da escola que se transformou numa forma de bullying mais poderosa e tóxica, com a introdução da tecnologia”.

Em semelhança ao bullying tradicional, também o cyberbullying consiste numa desigualdade de poder, isto é, o agressor apresenta maior poder e a vítima menor, mas no último caso, esta desigualdade baseia-se noutras fontes de poder, nomeadamente, competências no domínio das tecnologias (Amado, *et al.*, 2009), assim, o agressor não precisa de ser, efetivamente, mais forte nem maior do que a vítima (Li, 2008).

No entanto, Wolak, Mitchell e Finkelhor (2007) são da opinião de que as vítimas de cyberbullying, ao contrário de as do bullying tradicional, também apresentam uma posição de poder, no sentido em que conseguem, de forma fácil, impedir as interações negativas, isto é, torna-se facilitador de escapar do agressor, bastando apenas afastar-se da internet (Price & Dalgleish, 2010). Por oposição ao estudo realizado pelos autores acima mencionados, Amado *et al.* (2009) refere que apesar dessas facilidades, existe uma incapacidade superior da vítima escapar dele, já que é possível ser realizado a qualquer hora do dia ou noite, e também em qualquer lugar.

Para além do que foi referido em cima, o cyberbullying permite “invisibilidade”, pois torna possível e fácil ao agressor permanecer em anonimato. Esta característica, no que lhe concerne, leva a que os agressores tenham menos consciência, ou não a tenham de todo, das consequências provocadas nas vítimas, pelas suas ações (Slonje & Smith, 2008). Graças a este fenómeno, existem também menos oportunidades concedidas ao agressor de criar empatia ou remorsos em relação à vítima, e também menos propensão para haver observadores ou defensores (Slonje & Smith, 2008).

Por norma, as vítimas de cyberbullying apresentam diversas alterações, podendo-se destacar, as perturbações do sono e da alimentação, baixa autoestima, baixa capacidade de socialização, ansiedade, stresse, depressão, défice no desempenho académico, introspeção, desinteresse geral, complicação da saúde física, e maior tendência para o isolamento social e suicídio (Figueiredo & Matos, 2017).

Tanto para se ser vítima, como para se ser agressor, existem fatores de risco que aumentam a sua predisposição, nomeadamente, a separação/perda de amigos, os fatores sociodemográficos como a idade e o género, diversas características pessoais tais como ser pouco sociável, obeso e com baixa estatura, ser estrangeiro, negro ou de etnia diferente (Conte & Rossini, 2010), apresentar défice de atenção e hiperatividade (Heiman, Olenik-Shemesh, & Eden, 2014) e o insucesso escolar (Pinto, 2011).

Por conseguinte, pode-se ainda incluir os fatores relacionados com o contexto familiar, particularmente, os diferentes tipos de personalidade dos pais ou um ambiente familiar conflituoso/pouco saudável e experienciar violência parental, fatores socioeconómicos e socioculturais desfavoráveis, a rejeição pelos pares e o uso das redes sociais, entre outros (Figueiredo & Matos, 2017).

Beirão e Martins (*cit in* Francisco, 2012, p. 13) investigaram turmas do 9º, 10º e 12º anos, numa amostra de 87 alunos, com o objetivo de perceber se os adolescentes utilizam ou não as tecnologias da informação e comunicação para a realização de atos de cyberbullying. A amostra revelou que 61% nunca enviou mensagens ofensivas, 30% enviou algumas vezes, 7% enviam muitas vezes e 2% enviam sempre. Relativamente aos

meios utilizados, o telemóvel parece ser o preferido (80%), 14% enviam estas mensagens por e-mail e 2% referiu utilizar outro meio.

De uma forma geral, tanto o agressor como a vítima de cyberbullying podem sofrer de alterações físicas, tais como, alterações no padrão de sono, défice de atenção, dores de cabeça, náuseas, entre outros. No entanto, este fenómeno poderá resultar também em alterações psíquicas, tais como, sintomas de depressão, ansiedade e ideias suicida (Brasileiro, 2016).

Assim sendo, o cyberbullying não só é considerado um problema pessoal, como também, se trata de um problema social que resulta em consequências prejudiciais para a saúde mental das vítimas, fazendo com que os seus relacionamentos, reputação social, sanidade mental e a sua qualidade de vida e saúde, sejam afetados. Portanto é possível afirmar que o cyberbullying é um problema de saúde pública (Juvonen & Gross, 2008).

Estando este problema relacionado com o tempo de utilização novas tecnologias, é possível afirmar-se que quanto mais tempo o jovem adulto passa a interagir com a internet, maior é a probabilidade de se tornar uma vítima ou agressor de cyberbullying (Wendt & Lisboa, 2013).

A transição para a vida adulta é um processo relativamente difícil, e é onde o jovem adulto cria a sua identidade, de forma a criar um caminho para o que irá fazer no futuro. Ser vítima de cyberbullying nesta fase do ciclo vital cria marcas que acompanham esses mesmos jovens para o resto da vida, podendo alterar a criação da sua identidade, visto que como consequência torna-os mais tímidos, faz com que se isolem, entre outras coisas.

Contudo, existem outros fatores, presentes nas vidas dos jovens adultos, que poderão ter algum efeito negativo no que concerne à sua saúde mental, nomeadamente o contexto familiar em que vivem e os modelos que os pais criam nos seus filhos.

Os pais são o porto de abrigo dos filhos. É através destes que a criança aprende e apreende as vivências da vida, assimila o que lhe é ensinado e aquilo que observa, enquanto pequena

(Silva, 2014). Contudo, estes poderão provocar também consequências na saúde mental dos seus filhos, dependendo do contexto familiar onde vivem, qual o apoio parental que as crianças recebem, entre outras coisas.

O artigo 27º da Convenção sobre os Direitos da Criança afirma que é da responsabilidade dos pais ou de outros cuidadores assegurar, as condições de vida necessárias para o desenvolvimento da criança, tendo em conta as suas competências e capacidades financeiras (Unicef, 1990).

De acordo com Simões (2011, p. 11):

“A parentalidade não pode ser vista como uma simples influência dos pais sobre os filhos, mas como um processo de co-construção, ou seja, como um conjunto de processos interativos em que os pais e a criança reagem perante a características disposicionais e comportamentais de cada um, enquadradas num determinado ambiente que também tem influência”.

Existe uma ligação entre o comportamento parental e o desenvolvimento da criança, através da influência que o primeiro exerce sobre o segundo, por este motivo, a literatura realizada classifica o papel dos pais como sendo um fator primordial na educação e no crescimento dos seus filhos (Simões, 2011). Infelizmente, nem todas as famílias têm estas capacidades, ou pelo menos não as demonstram de uma forma efetiva.

É através das experiências que as crianças vivenciam no seio familiar que fundamentam o seu percurso. É também através das relações com os pais e figuras familiares que a criança vai criando modelos que irão servir como caminho para um comportamento futuro (Cruz, 2011).

Segundo Marques (2012), é possível a família e o seu contexto terem uma influência negativa na vida do jovem adulto, quando, existe um ambiente familiar caracterizado pela violência, quando os adolescentes se desenvolvem em famílias numerosas, quando existe uma falta de supervisão parental, quando o nível socioeconómico dos pais é inferior ao necessário, quando estão inseridos em famílias destruídas e desorganizadas, quando o afeto familiar não está presente, quando existem casamentos/relações precoces, quando prevalece a falta de limites e regras, entre outros.

Existe, ainda, um número elevado de crianças com um dos pais, ou ambos, portadores de doença física ou mental, como por exemplo, abuso do álcool e droga, depressão grave e perturbações da personalidade. Muitas vezes, devido á presença desta doença, a capacidade de cuidar e educar os filhos fica comprometida, bem como, o ambiente familiar desfavorável. Quando a criança experiência fenómenos como violência doméstica, conflitos familiares, entre outros, acarreta um conjunto de sentimentos de medo, preocupação, perturbação, vergonha e culpa. Por conseguinte, mais tarde, estes sentimentos poderão vir a manifestar-se pela própria criança/jovem, tendo consequências tanto ou mais graves (Silva, 2014).

### **3. Problemática**

A etapa do ciclo de vida pela qual os adultos jovens passam, por si só já é vista e sentida como um desafio. Quando, a esta etapa se conjuga uma alteração do foro mental sabe-se que algo não está correto. Contudo, é um tema cada vez mais atual e recorrente nos dias de hoje e com repercussões cada vez mais graves, e que infelizmente, ainda não adquiriu a devida importância. Muitas vezes é visto como algo menor ou uma fase do desenvolvimento do indivíduo, no entanto, pode resultar em sérias consequências para o mesmo, se não forem adotadas medidas de prevenção.

Esta problemática assume real importância no que concerne à saúde mental dos adultos jovens, na medida em que será fundamental a intervenção dos enfermeiros, nomeadamente, na implementação de programas de prevenção orientados para a prevenção de patologias deste foro. Esta intervenção poderá realizar-se no âmbito da saúde escolar, inserida nas unidades de cuidados continuados, mais precisamente nas equipas de cuidados de continuados integrados.

A motivação pessoal que levou a autora a escolher o tema em estudo foi o facto de estar a vivenciar esta fase do ciclo vital (adulto jovem), e enquanto estudante de enfermagem ter-se deparado, na prática clínica, com situações reais de doenças mentais neste grupo etário.

Pretende-se que os resultados do presente estudo orientem para a realização de estudos de investigação primários sobre a temática, e consequentemente, à elaboração de programas de intervenção comunitária.

## **II. METODOLOGIA**

Segundo Fortin (2009), a fase metodológica permite ao investigador determinar de que forma irá proceder para alcançar as respostas às questões de investigação delineadas anteriormente. O autor refere ainda que consiste em descrever um acontecimento em explorar ou investigar ligações entre variáveis ou diferenças entre grupos.

Este capítulo apresenta a metodologia em que se enquadra este estudo, tratando-se de uma revisão integrativa da literatura. Nesta fase, será descrito o tipo de estudo, os meios utilizados para a sua realização, o instrumento de colheita de dados e de que forma os dados recolhidos foram analisados.

Nesta secção exibem-se os métodos e recursos utilizados para a evolução da investigação e mostra-se como os objetivos traçados, anteriormente, foram alcançados (Dias & Gama, 2019).

Os artigos de revisão são uma forma de pesquisa que utiliza fontes de referências bibliográficas ou eletrônicas para a aquisição de resultados de pesquisa de outros autores, com o objetivo de apoiar a nível teórico um tema definido (Botelho, Cunha e Macedo, 2011).

A investigação é a tentativa sistemática de incumbência de respostas às questões de partida. Esta diz respeito à associação de duas ou mais variáveis e é efetuada através do reconhecimento de um problema, aprofundando-as através de uma revisão da literatura, e chegando a uma hipótese credível (Tuckman, 2012).

A formulação do problema de investigação consiste em realizar uma síntese da agregação dos elementos de informação colhidos sobre a temática. Consiste ainda em desenvolver uma ideia fundamentada na progressão lógica dos factos em observações e raciocínios relativamente ao estudo que esteja a ser efetuado (Fortin, 2009).

Através da definição do problema de estudo são elaboradas questões de pesquisa que representam a revisão de literatura e que averiguam fatores estipulados em estudo (McDaniel e Gates, 2003) e que tem como objetivo questionar sobre as informações inerentes que são precisas para dar resposta ao problema (Malhotra, 2007).

Definir um objetivo permite conduzir ao caminho que é necessário traçar, e torna possível perceber-se qual o nível de conhecimento de que se dispõe sobre uma determinada questão (Fortin, 2009).

Assim, os objetivos que a presente revisão integrativa da literatura pretende abordar, consistem em identificar e descrever a influência que a educação parental tem na saúde mental dos adultos-jovens e identificar e descrever a influência do desenvolvimento tecnológico na saúde mental dos adultos jovens.

A metodologia da investigação subentende um processo de raciocínio e um composto de técnicas e meios que proporcionem a execução da própria investigação (Fortin, 2009).

De acordo com Botelho, Cunha e Macedo (2011), a revisão bibliográfica sistemática é utilizada como meio de obter, a partir de evidências que já existam, informações e intervenções que possam contribuir com processos de tomada de decisão nas ciências da Saúde, e que vão ocupando o espaço dos estudos primários. Ela tem de preencher alguns critérios, nomeadamente apresentar uma metodologia clara e tornar-se possível de ser reproduzida por outros pesquisadores.

A revisão da literatura é um procedimento fundamental na identificação e fundamentação das teorias e conceitos relevantes, desempenhando orientação à investigação. Esta permite ainda reconhecer o que já existe e se sabe, e o que ainda é necessário conhecer sobre um determinado evento (Dias & Gama, 2019).

Existem vários tipos de revisão da literatura, optando a autora por uma revisão integrativa. Para Botelho, Cunha e Macedo (2011) este tipo de revisão sistematiza o conhecimento científico de forma a permitir ao investigador ficar mais perto da temática que pretende

abordar. Os mesmos autores referem ainda que é utilizada quando se pretende “a síntese e análise do conhecimento científico já produzido sobre o tema investigado” (Botelho, Cunha e Macedo, 2011, p.133).

Depois do/dos objetivos traçados, procede-se à elaboração de uma ou mais questões de investigação. Uma questão de investigação é uma interrogação exata, escrita no presente e que compreende o ou os conceitos em estudo. Indica de forma clara qual a direção que se pretende tomar (Fortin, 2009). Assim, no sentido de facilitar a definição da pergunta de partida, a autora recorreu à mnemónica PICO, sendo esta muito utilizada nas investigações na área da saúde.

Uma variedade de mnemónicas está disponível para orientar a estruturação de questões de revisão sistemática, sendo a mais comum para revisões com artigos do tipo quantitativo, a PICO. Este modelo tem como objetivo focalizar a revisão sistemática e é usado para definir as propriedades dos estudos de modo a perceber se preenchem os requisitos de inclusão na revisão. O PICO é usado para construir uma pergunta clara e significativa ao procurar evidências de índole quantitativas. A nomenclatura inicia-se com a identificação da população em estudo, em seguida procede-se à escolha da intervenção de interesse, posto isto, segue-se a comparação em estudo e por fim, chega-se ao “outcome” (resultado) (Joanna Briggs Institute Reviews, 2014).

Assim, em consonância com os temas designados na revisão de literatura e da problemática da pesquisa, surge o levantamento da seguinte questão de investigação:

Será que a educação parental e o desenvolvimento tecnológico influenciam a saúde mental dos adultos jovens?

Um protocolo de revisão sistemática é relevante porque pré-define os objetivos e métodos da revisão sistemática. Refere-se a uma abordagem sistemática da conduta da revisão, que possibilita a transparência do processo, o que, por sua vez, concede ao leitor a visualização de como as observações e recomendações foram atingidas.

Tal como já salientado, realizou-se uma revisão integrativa da literatura, recorrendo aos descritores: Parental Education, Technological Developments, Mental Health, Student, Higher Education. Estes descritores serviram de base à construção da seguinte frase booleana: “PARENTAL EDUCATION AND TECHNOLOGICAL DEVELOPEMENT AND MENTAL HEALTH AND HIGHER EDUCATION”. A pesquisa realizada limitou-se ao agregador B-on com acesso através da Universidade Fernando Pessoa, no período de 1 de Maio a 1 de Junho de 2019, sendo empregues os seguintes limitadores: artigos publicados entre 2014 e 2019, ou seja, nos últimos 5 anos, em texto integral, de acesso gratuito e nos idiomas: português, francês, inglês e espanhol. Desta pesquisa foram obtidos 3313 documentos, no total, dos quais se procedeu à leitura do respetivo título, palavras-chave e resumo. Por não responderem ao objetivo do estudo, foram rejeitados 3121 artigos. Do total, foram incluídos 12 artigos, todos em inglês, cuja leitura foi feita de forma integral, permitindo assim identificar se os mesmos correspondem, efetivamente, ao assunto em questão (Figura 1). Para os critérios de inclusão utilizados neste estudo, pretende-se artigos que relacionem a educação parental e/ou desenvolvimento tecnológico com a saúde mental dos adultos-jovens.

### ETAPA 1

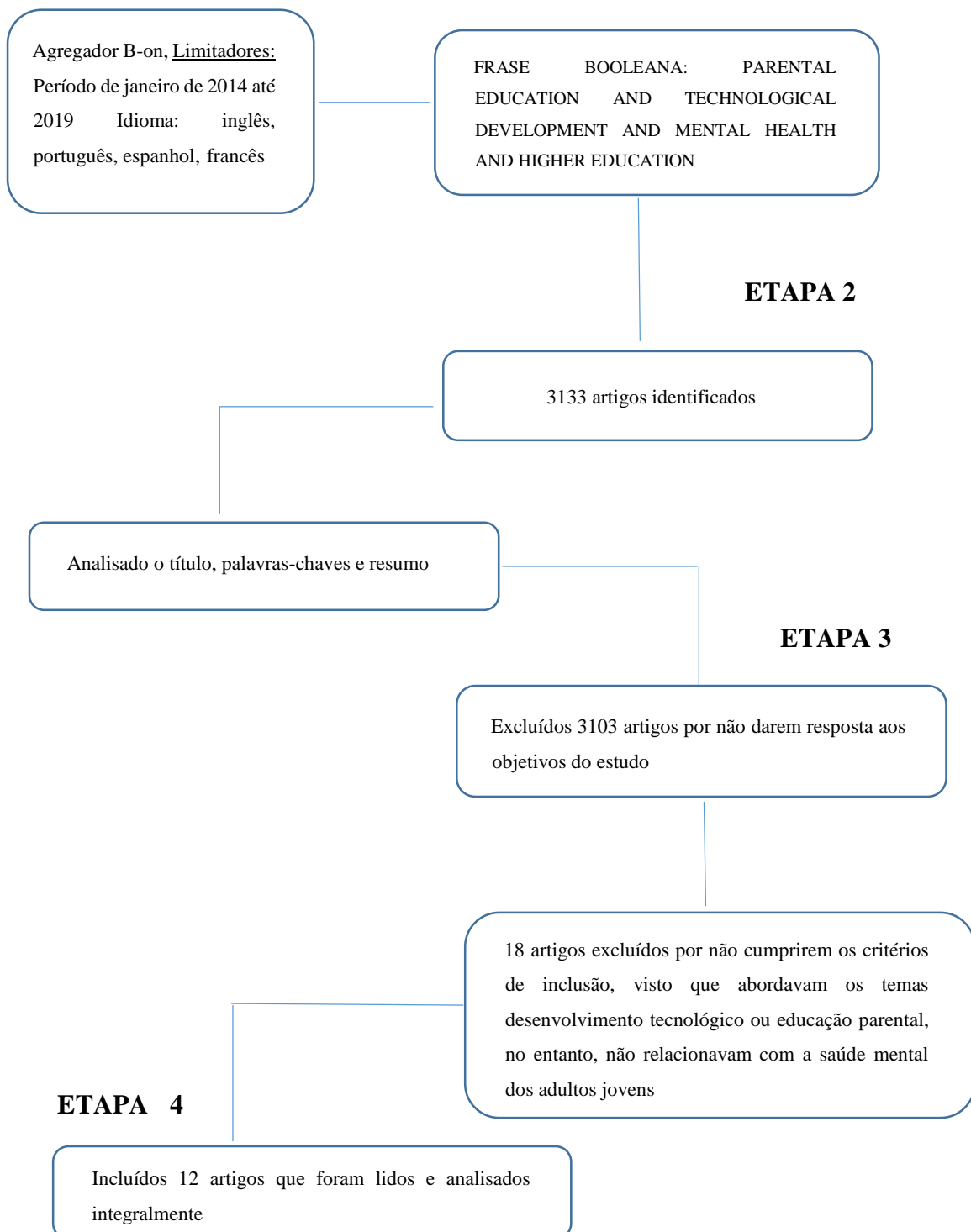


Figura 1: Fluxograma do Processo de Estudo

### III. RESULTADOS

Após a colheita de dados, é necessário organizá-los tendo em vista a sua análise (Fortin, 2009). Assim, a tabela que se segue representa a análise feita de cada artigo, nomeadamente, o título, autores, país e ano de publicação, o tipo de estudo, os participantes, objetivos do mesmo e resultados. Posto isto, será realizada uma pequena síntese onde estarão presentes os principais resultados.

<b>Estudo</b>	1
Título	Prevalência e Determinantes do Uso Patológico da Internet entre Estudantes de uma Universidade Pública da Malásia
Autores	Tong <i>et al.</i>
Ano e país	2019, Malásia
Tipo de Estudo	Estudo Quantitativo
Participantes	Estudantes da universidade pública da malásia
Objetivos	- Determinar a prevalência do uso patológico da internet -Determinar os fatores associados nomeadamente os sociodemográficos, transtorno de stress pós-traumático, historial de abuso infantil e padrões de uso da Internet.
Resultados	- Vício em jogar (45,4%), tabagismo (41,9%), uso de drogas (44,9%), depressão (46,2%) e sintomas de stress pós traumático (50,0%) foram mais comumente relatados entre usuários patológicos em comparação aos não-UIP; - Muitos sentiam a necessidade de usar a Internet e / ou telemóvel durante mais tempo para atingir satisfação e utilizar a internet e / ou telemóvel como forma de fugir dos problemas ou aliviar o desanimo;
<b>Estudo</b>	2
Título	O lado negro do uso da Internet: dois estudos longitudinais de uso excessivo da Internet, sintomas depressivos, esgotamento escolar e envolvimento de adolescentes finlandeses no início e no final da adolescência
Autores	Salmela-Aro <i>et al.</i>
Ano e país	2017, Finlândia
Tipo de Estudo	Estudo Quantitativo
Participantes	Estudantes da escola primária e secundária
Objetivos	- Examinar se o uso excessivo da Internet leva tanto a sintomas depressivos e / ou de burnout relacionados à escola, ou vice-versa, e ainda examinar essas questões estudando dois dados longitudinais em adolescentes precoces e tardios (idades entre os 12– 14 anos e entre os 16–18 anos).

A influência da Educação Parental e do Desenvolvimento Tecnológico na Saúde Mental dos Adultos  
 Jovens: Uma Revisão Integrativa

Resultados	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tanto para os adolescentes precoces como para os tardios, os resultados revelaram caminhos positivos recíprocos entre o uso excessivo da internet e o esgotamento escolar: o uso excessivo da internet previu o esgotamento escolar e o esgotamento escolar previu o uso excessivo da internet;</li> <li>- O burnout escolar também previu posteriores sintomas depressivos;</li> <li>- Os resultados mostram que, entre adolescentes, a saúde mental, em particular, é afetada pelo uso excessivo da internet, que mais tarde pode se transformar em sintomas depressivos;</li> </ul>
<b>Estudo</b>	3
Título	A relação entre uso problemático de smartphones e sintomas psiquiátricos em adolescentes que se inscreveram em clínicas de psiquiatria
Autores	Firat <i>et al.</i>
Ano e país	2018, Turquia
Tipo de Estudo	Estudo Quantitativo
Participantes	Adolescentes entre os 12 e os 18 anos, inscritos numa clínica psiquiátrica e com telemóvel
Objetivos	- Investigar a relação entre o uso problemático de smartphones e sintomas psiquiátricos entre adolescentes que se candidataram a clínicas de psiquiatria, e que visavam revelar as características que poderiam ser considerados fatores de risco.
Resultados	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 40 adolescentes apresentaram depressão, 25 adolescentes apresentaram transtornos de ansiedade, 27 transtorno obsessivo-compulsivo, 37 transtorno do déficite de atenção e 7 outros diagnósticos, incluindo transtorno bipolar, tiques e transtornos alimentares;</li> <li>- Todos esses diagnósticos foram maiores entre o grupo problemático de uso de smartphones;</li> <li>50.6% dos adolescentes apresentava uso problemático de smartphones;</li> </ul>
<b>Estudo</b>	4
Título	Sites de redes sociais e problemas de saúde mental em adolescentes: O papel mediador da vitimização do cyberbullying
Autores	Sampasa-Kanyinga & Hamilton
Ano e país	2015, Canadá
Tipo de Estudo	Estudo Quantitativo
Participantes	Os dados derivaram do ciclo de 2013 do inquérito sobre consumo e uso de drogas a estudantes de Ontário
Objetivos	- Examinar a associação entre o uso de sites de redes sociais e problemas de saúde mental, incluindo sofrimento psicológico, ideação suicida e tentativas de suicídio usando uma amostra de toda a província de estudantes do ensino médio e secundário.

	- Testar se a vitimização por cyberbullying medeia as relações entre o uso de sites de redes sociais e sofrimento psicológico, ideação suicida e tentativas de suicídio.
Resultados	- Os resultados indicam que o uso de sites de redes sociais está relacionado com ideação suicida de sofrimento psicológico e tentativas suicidas; - A vitimização por cyberbullying é usada para mediar completamente as relações entre o uso de redes sociais e o sofrimento psicológico, bem como tentativas de suicídio;
<b>Estudo</b>	5
Título	Mãe, pai, é apenas um jogo! Comportamento compreendido do jogo entre adolescentes e adultos jovens: um estudo exploratório
Autores	Calado, Alexandre & Griffiths
Ano e país	2014, Portugal
Tipo de Estudo	Estudo quantitativo
Participantes	37 adolescentes e adultos jovens com idades entre os 13 e os 26 anos
Objetivos	- Explorar as perceções sobre comportamentos de apostas e jogos online em dois diferentes grupos de idade (adolescentes e adultos jovens). - Explorar: O papel das apostas e dos jogos nas vidas dos adolescentes e dos jovens adultos; Perceções gerais dos adolescentes e jovens adultos para apostas e jogos; -Perceber: As características comuns entre os dois tipos de jogos, bem como habilidades específicas necessárias e motivações; Os comportamentos destes grupos nos jogos; Perceções e opiniões dos comportamentos pelos membros da família;
Resultados	- Para os adultos jovens, o jogo é associado a um hobby, como uma forma de adquirir sentimentos positivos tais como, o sentimento do desafio, como uma ferramenta para a melhoria social e autocompetências, nomeadamente, interação com outras pessoas, aprendizagem de novas línguas, etc; e como uma recompensa; - Em geral, os adolescentes e relataram resultados negativos; mencionaram danos cerebrais, dor nos olhos, cansaço, depressão, pobre desempenho escolar e falta de habilidades sociais; O grupo mais velho, além da falta de habilidades sociais e desempenho acadêmico pobre também mencionou fadiga mental, vício, isolamento, depressão, frustração, perda de identidade, confusão entre realidade e fantasia.
<b>Estudo</b>	6
Título	Videojogo na adolescência: fatores associados ao uso do lazer
Autores	Brooks <i>et al.</i>
Ano e país	2015, Inglaterra
Tipo de Estudo	Estudo quantitativo

A influência da Educação Parental e do Desenvolvimento Tecnológico na Saúde Mental dos Adultos  
 Jovens: Uma Revisão Integrativa

Participantes	Estudantes das escolas secundárias de Inglaterra
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Identificar os fatores que podem influenciar a duração do tempo em que os jovens estão envolvidos em videogames para lazer durante a semana.</li> <li>- Investigar se o grau de envolvimento de rapazes e raparigas nos dias da semana está associado a diferentes domínios da adolescência.</li> </ul>
Resultados	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Para os rapazes, tanto a vitimização como a perpetração foram associadas a níveis mais altos de uso de videogames;</li> <li>- As raparigas com níveis mais baixos de satisfação com a vida são mais propensas a envolverem-se em videogame</li> <li>- As vítimas passam a ver o envolvimento no mundo virtual como uma fuga dos fatores stressantes e dos desafios da vida quotidiana;</li> </ul>
<b>Estudo</b>	7
Título	Relação entre ambiente familiar, autocontrolo, qualidade da amizade e dependência de adolescentes em smartphones na Coreia do Sul: resultados de dados nacionais
Autores	Kim <i>et al.</i>
Ano e país	2018, Coreia do Sul
Tipo de Estudo	Estudo Quantitativo
Participantes	Adolescentes que participaram na pesquisa nacional de uso de internet em 2013
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Investigar a associação da dependência de smartphones de adolescentes com o ambiente familiar (especificamente, a violência doméstica e a dependência dos pais em álcool, drogas, entre outros);</li> <li>- Investigar se o autocontrolo e a qualidade da amizade, como preditores do vício em smartphones, podem reduzir o risco observado.</li> </ul>
Resultados	<ul style="list-style-type: none"> <li>- A percentagem de adolescentes com violência doméstica foi maior do que aqueles sem violência doméstica no grupo de dependência de smartphones;</li> <li>- A percentagem de adolescentes com pais viciados foi maior no grupo do vício em smartphone do que no grupo normal, independentemente do nível de autocontrolo, enquanto que a percentagem de pais viciados no grupo vício em Smartphone foi menor no nível “alto” de autocontrolo;</li> <li>- A percentagem de adolescentes com violência doméstica foi maior no grupo de dependência de smartphones do que no grupo normal, independentemente da qualidade da amizade;</li> <li>- Crianças com pais alcoólicos apresentaram desajustes sociais, como conflitos interpessoais, fuga, agressão e comportamento desviantes e problemas do foro mental.</li> </ul>
<b>Estudo</b>	8
Título	O papel dos traços de família e personalidade no transtorno de jogos na Internet: um modelo de mediação que combina perspetivas cognitivas e de apego

A influência da Educação Parental e do Desenvolvimento Tecnológico na Saúde Mental dos Adultos  
Jovens: Uma Revisão narrativa

Autores	Throuvala <i>et al.</i>
Ano e país	2019, Grécia
Tipo de Estudo	Estudo Quantitativo
Participantes	Participantes em comunidades de jogos no facebook na Grécia
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Testar o autoconceito e personalidade criados em relação a si próprios, aos outros e ao mundo, como um potencial fator psicossocial;</li> <li>- Determinar se o mecanismo de avaliação fundamental quanto à validade, eficácia e capacidade de um jogador pode mediar e / ou moderar a relação entre a rejeição dos pais e sua atividade de jogo viciante.</li> </ul>
Resultados	<ul style="list-style-type: none"> <li>- O autoconceito e personalidade criados em relação a si mesmos, aos outros e ao mundo não está relacionado com o distúrbio de jogos na internet, mostrando que quanto maior o primeiro, menor o segundo;</li> <li>- Rejeição dos pais influencia o distúrbio de jogos na internet;</li> <li>- A interação entre a apatia paterna e o autoconceito e personalidade criados em relação a si mesmos, aos outros e ao mundo, não teve um efeito estatisticamente significativo sobre o distúrbio dos jogos na internet.</li> </ul>
<b>Estudo</b>	9
Título	Uma Meta-Análise Dos Preditores De Perpetração E Vitimização De Cyberbullying
Autores	Guo
Ano e país	2016, Estados Unidos da América
Tipo de Estudo	Meta-Análise
Participantes	Estudantes da universidade da carolina do sul
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Identificar os potenciais fatores de risco que preveem a execução e vitimização;</li> <li>- Examinar a magnitude do efeito dos fatores de risco;</li> <li>- Explorar se esses fatores e perceber se estes estão presentes em ambos cyberbully e vítima de cyberbullying.</li> </ul>
Resultados	<ul style="list-style-type: none"> <li>- O ambiente familiar problemático, o ambiente escolar problemático, a influência negativa entre pares, são considerados fatores de risco para a execução de cyberbullying;</li> <li>- O típico cyberbully tende a ter as seguintes características: ser mais velho, praticar bullying pessoalmente, ter problemas de comportamento, achar que a agressão é apropriada e moralmente justificada, ter personalidade antissocial, ser narcisista e impulsivo, sem valores morais, remorosos ou empatia para com os outros, vem de uma família com grandes conflitos ou baixa supervisão parental, ter pobres relações com os seus pares;</li> <li>- A típica vítima de cyberbullying é uma mulher, experienciou ou experiência vitimização offline, tem níveis elevados de depressão, solidão ou stress, está envolvida</li> </ul>

A influência da Educação Parental e do Desenvolvimento Tecnológico na Saúde Mental dos Adultos  
 Jovens: Uma Revisão Integrativa

	numa serie de problemas comportamentais, tem baixo nível de autoestima, vive numa família conflituosa, é rejeitada e isolada pelos seus pares;
<b>Estudo</b>	10
Título	Cyberbullying no ambiente universitário. Relação com o ambiente familiar e inteligência emocional
Autores	Martínez-Monteagudoa <i>et al.</i>
Ano e país	2019, Espanha
Tipo de Estudo	Estudo Quantitativo
Participantes	Estudantes das universidades públicas e privadas de Valência
Objetivos	- Analisar o poder da inteligência emocional e ambiente familiar, sendo vítima ou agressor de cyberbullying no ambiente universitário.
Resultados	- 18,6% Dos estudantes dizem ter sofrido de cyberbullying nos últimos 2 meses; 19,4% Declararam que executaram cyberbullying nos últimos 2 meses; Para o ambiente familiar: - Resultados mostram que há 22% e 25% mais probabilidade de ser vítima de cyberbullying para cada unidade de aumento nas escalas de Moralidade e Religião, e de Conflito, respetivamente, utilizadas no estudo; também que há 16%, 14% e 14% menos probabilidade de ser vítima de cyberbullying a cada aumento de unidade nas escalas de Desenvolvimento Intelectual Cultural, Coesão e Expressividade, respetivamente; - Os estudantes têm uma probabilidade 22% maior de ser um cyberbully para cada aumento unitário no fator de Conflito e uma probabilidade de 12%, 15% e 11% menor de ser um cyberbully para cada aumento de uma unidade na escala de Organização, Coesão e Expressividade, respetivamente; Para a Inteligência emocional: - Os alunos têm uma probabilidade 4% e 6% menor de serem vítimas de cyberbullying, com cada aumento unitário nas escalas Compreensão e Reparação, respetivamente;
<b>Estudo</b>	11
Título	Paternidade e cyberbullying em adolescentes
Autores	Zurcher <i>et al.</i>
Ano e país	2018, Estados Unidos da América
Tipo de Estudo	Estudo Quantitativo
Participantes	Os participantes derivaram das ondas 2 e 9 do Projeto de Famílias Prósperas
Objetivos	- Fornecer informações sobre o papel dos estilos parentais como um fator de proteção contra o cyberbullying ao longo do tempo.
Resultados	- O relato dos jovens sobre parentalidade permissiva da mãe foi positivamente associado ao aumento do comportamento de cyberbullying entre raparigas;

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Entre os rapazes, a paternidade autoritária do pai estava positivamente associada a atitudes positivas em relação ao cyberbullying;</li> <li>- As dimensões de repressão física e hostilidade verbal estavam positivamente associadas às atitudes de cyberbullying e que mais tarde poderá gerar problemas, nomeadamente do foro mental;</li> </ul>
<b>Estudo</b>	12
Título	Depressão entre estudantes universitários indianos e sua associação com ambiente académico universitário percebido, condições de vida e problemas pessoais
Autores	Deb <i>et al.</i>
Ano e país	2016, Índia
Tipo de Estudo	Estudo Quantitativo
Participantes	Estudantes da universidade Pondicherry
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estudar a depressão dos estudantes da Universidade de Pondicherry através de elementos sociodemográficos como, gênero; fluxo académico, semestres, desempenho académico e renda familiar.</li> <li>- Examinar a associação entre estudantes e ambiente académico universitário, condições de vida, problemas pessoais e depressão.</li> </ul>
Resultados	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Um número esmagador de alunos (88,4%) entendeu o seu ambiente familiar como sendo agradável e amigável, enquanto os restantes 11,6% consideraram o seu ambiente familiar perturbador. Da mesma forma, o relacionamento com os pais de 87% dos alunos foi relatado como muito bom;</li> <li>- Os alunos que entendiam o seu ambiente familiar como agradável sofriam menos depressão em comparação com suas contrapartes. Da mesma forma, os alunos que apresentavam um bom relacionamento com seus pais sofriam menos depressão em comparação com os alunos cuja relação com os pais era relatada como sendo "não tão boa";</li> </ul>

**Tabela 1.** Descrição dos resultados obtidos nos artigos incluídos no estudo

Após a análise de cada artigo pormenorizadamente, foi possível obter um vasto número de resultados que vão de encontro ao tema abordado no estudo.

Com o intuito de facilitar a análise e compreensão de seguida serão apresentados gráficos relativos aos dados obtidos.

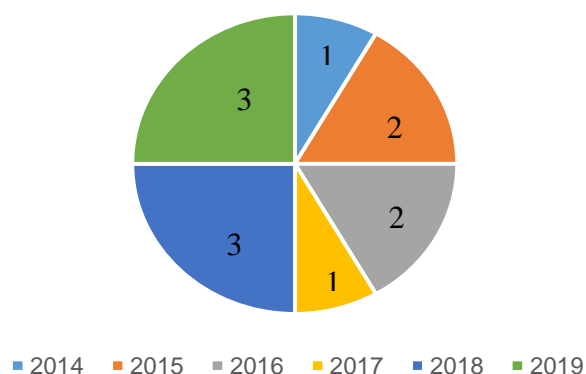


Gráfico 1 – Distribuição numérica da amostra relativa ao ano de publicação dos artigos.

No gráfico acima exposto, é possível perceber que a maioria dos estudos incide nos anos de 2018 e 2019, com 3 estudos em cada ano, respetivamente. Logo de seguida, os anos mais incidentes são 2016 e 2015, ambos com 2 estudos, cada. Por fim, com 1 estudo em cada ano, vem os anos de 2014 e 2017.

Analisando a distribuição da amostra relativamente aos países de origem apercebemo-nos que estes são oriundos dos mais diversos locais do mundo como: Portugal, Inglaterra, Finlândia, Coreia do Sul, Índia, Espanha, Grécia, Estados Unidos da América, Canadá, Turquia e Malásia.

Em seguida será exposta uma tabela (tabela 2), onde estarão descritos os níveis de evidências de acordo com cada artigo incluído no estudo.

<b>Código do Estudo</b>	<b>Autores (ano)</b>	<b>Nível de Evidência</b>	<b>Nº de artigos/participantes</b>
1	Tong et al. (2019)	IV	1023 Estudantes universitários
2	Salmela-Aro et al. (2017)	IV	3338 Participantes
3	Firat (2018)	IV	150 Participantes
4	Sampasa-Kanyinga & Hamilton (2015)	IV	5026 Participantes

5	Calado, Alexandre & Griffiths (2014)	IV	37 Adolescentes e adultos jovens
6	Brooks et al. (2015)	IV	4404 Estudantes escolares
7	Kim et al. (2018)	IV	3380 Participantes
8	Throuvala et al. (2019)	IV	225 Participantes
9	Guo (2016)	I	77 Artigos
10	Martínez-Monteagudo et al. (2019)	IV	1282 Estudantes Universitários
11	Zurcher et al. (2018)	IV	448 Jovens
12	Deb et al. (2016)	IV	717 Estudantes

Tabela 2. Apresentação dos estudos por nível de evidência.

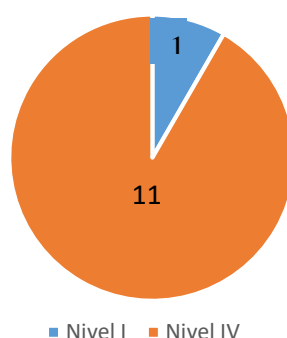


Gráfico 2 – Distribuição numérica da amostra relativa ao nível de evidência científica dos artigos

Após a análise do gráfico 2, constata-se que o nível de evidência científica dos artigos incide no nível IV, maioritariamente, com 11 artigos. Em seguida predomina o nível de evidência I, com 1 artigo.

Para Tong et al. (2019) o vício em jogar (45,4%), tabagismo (41,9%), uso de drogas (44,9%), depressão (46,2%) e sintomas de stress pós-traumático (50,0%) foram mais comumente relatados entre utilizadores patológicos em comparação com os restantes. Para

o mesmos autores, relativamente aos sintomas de dependência, mais de metade dos entrevistados estavam preocupados com a Internet e / ou telemóvel o que fazia com que permanecessem on-line mais tempo que o pretendido, sentiam a necessidade de usar a Internet e / ou telemóvel durante mais tempo para atingir satisfação e utilizar a internet e / ou telemóvel como forma de fugir dos problemas ou aliviar o desanimo. Para além do referido, a auto percepção do status socioeconômico da família, uso geral da Internet, uso da Internet para fins recreativos, uso da Internet para fins pornográficos, uso de telemóvel, abuso emocional na infância, abuso físico na infância, auto percepção da satisfação com a vida, auto percepção do desempenho acadêmico, não tomar pequeno almoço, vicio em jogar, uso de drogas, depressão, problemas do sono e sintomas de stress pós traumático foram significativamente associados ao uso patológico da internet.

No seu estudo, Salmela-Aro *et al.* (2017) obtiveram resultados que mostraram que as raparigas sofrem mais do que os rapazes por sintomas depressivos, e que os últimos sofrem mais do que as raparigas pelo uso excessivo da internet. O mesmo revelou caminhos recíprocos entre o uso excessivo da internet e o esgotamento escolar: o uso excessivo da internet previu o esgotamento escolar tardio e o esgotamento escolar previu posteriormente o uso excessivo da internet e que sintomas depressivos, por sua vez, foram previstos pelo esgotamento escolar, nos jovens.

A amostra de Firat *et al.* (2018) apresentava 40 jovens com depressão, 25 com transtornos de ansiedade, 27 transtorno obsessivo-compulsivo, 37 transtorno do deficit de atenção e 7 outros diagnósticos, incluindo transtorno bipolar, tiques e transtornos alimentares e que todos esses diagnósticos foram maiores entre o grupo problemático de uso de smartphones.

Sampasa-Kanyinga e Hamilton (2015) chegaram à conclusão no seu estudo que, pouco mais de um quarto dos jovens relataram sofrimento psicológico no último mês; 13,4% e 3,5% relataram ideação e tentativas suicidas nos últimos 12 meses, respetivamente; que as raparigas eram mais propensas a relatar sofrimento psicológico, ideação suicida e tentativas suicidas que os seus contrapartes; e que o uso de sites de redes sociais está relacionado com ideação suicida de sofrimento psicológico e tentativas suicidas.

No que toca à influência do desenvolvimento tecnológico na saúde mental dos adultos jovens, Calado, Alexandre e Griffiths (2014) descobriram que para estes, o jogo é associado a um hobby, como uma forma de adquirir sentimentos positivos tais como, o sentimento do desafio, como uma ferramenta para a melhoria social e autocompetências, nomeadamente, interação com outras pessoas, aprendizagem de novas línguas e como uma recompensa. Os seus participantes relataram como motivações para a utilização dos videojogos, a concorrência, atividades de tempos livres e motivações sociais, mas relacionaram este último com interações interpessoais, identidades virtuais referindo ser melhor que a vida real, dando-lhes mais autoestima, sentimentos de superioridade e os objetivos produtivos, como a construção de algo. Já como pontos negativos, mencionaram falta de habilidades sociais e desempenho acadêmico pobre, fadiga mental, vício, isolamento, depressão, frustração, perda de identidade, confusão entre realidade e fantasia.

Os resultados de Brooks *et al.* (2015), mostraram que para as raparigas, as seguintes variáveis foram identificadas como significativamente associadas ao envolvimento diário em jogos: idade, número de amigos do sexo oposto, satisfação com a vida, número de atividades familiares realizadas pelo menos uma vez por semana, nível de envolvimento próprio na tomada de decisão em relação ao tempo livre fora da escola. Para os rapazes, as variáveis identificadas foram: idade, número de amigos do sexo oposto, serem vítimas de bullying nos últimos 2 meses, realizarem bullying nos últimos dois meses, ir com fome para acama, nível de envolvimento na tomada de decisões fora da escola. Para os últimos, tanto a vitimização como a perpetração de cyberbullying foram associadas a níveis mais altos de uso de videojogos; e que para as raparigas com níveis mais baixos de satisfação com a vida são mais propensas a envolverem-se em videojogos. Da mesma forma que as vítimas de bullying, acredita-se que estas possam ver o envolvimento no mundo virtual como uma fuga dos fatores stressantes e dos desafios da vida cotidiana.

Relativamente à influência da parentalidade na saúde mental dos adultos jovens, para kim *et al.* (2018), que usou dois grupos de estudo (grupo normal e grupo viciado em smartphones), a percentagem de adolescentes com pais viciados em drogas ou álcool, foi maior no grupo do vício em smartphone do que no grupo normal e que a percentagem de

adolescentes com violência doméstica foi maior do que aqueles sem violência doméstica no grupo de dependência de smartphones, independentemente das restantes variáveis.

Para Throuval *et al.* (2019), a rejeição dos pais influencia o distúrbio de jogos na internet apenas ou um fator mediante do autoconceito e personalidade criados em relação a si mesmos, aos outros e ao mundo, e que a interação entre a apatia paterna e o autoconceito e personalidade criados em relação a si mesmos, aos outros e ao mundo, não teve um efeito estatisticamente significativo sobre o distúrbio dos jogos na internet.

Segundo Guo (2016) o ambiente familiar problemático, o ambiente escolar problemático, a influência negativa entre pares, são considerados fatores de risco para a execução de cyberbullying. Os jovens que são agressivos, destruidores, que não respeitam as regras e que já realizaram de alguma forma bullying pessoalmente, são mais propensos a serem cyberbullies, o típico cyberbully tende a ter as seguintes características: ser mais velho, praticar bullying pessoalmente, ter problemas de comportamento, achar que a agressão é apropriada e moralmente justificada, ter personalidade antissocial, ser narcisista e impulsivo, sem valores morais, remotos ou empatia para com os outros, vem de uma família com grandes conflitos ou baixa supervisão parental, ter pobres relações com os seus pares. Já a típica vítima de cyberbullying é uma mulher, experienciou ou experiência vitimização offline, tem níveis elevados de depressão, solidão ou stress, está envolvida numa serie de problemas comportamentais, tem baixo nível de autoestima, vive numa família conflituosa, é rejeitada e isolada pelos seus pares.

Martínez-Monteagudoa *et al.* (2019), utilizando diversas escalas no seu estudo, descobriram que há 22% e 25% mais probabilidade de ser vítima de cyberbullying para cada unidade de aumento nas escalas de Moralidade e Religião, e de Conflito, respetivamente, e também que há 16%, 14% e 14% menos probabilidade de ser vítima de cyberbullying a cada aumento de unidade nas escalas de Desenvolvimento Intelectual-Cultural, Coesão e Expressividade, respetivamente, escalas utilizadas no estudo.

Os resultados de Zurcher *et al.* (2018) relataram que a parentalidade permissiva da mãe foi positivamente associado ao aumento do comportamento de cyberbullying entre

raparigas, e que entre os rapazes, a paternidade autoritária estava positivamente associada a atitudes positivas em relação ao cyberbullying e que as dimensões de repressão física e hostilidade verbal estavam positivamente associadas às atitudes de cyberbullying.

No estudo de Deb *et al.* (2016), foi possível perceber que os alunos que entendiam o seu ambiente familiar como agradável sofriam menos depressão em comparação com suas contrapartes. Da mesma forma, os alunos que apresentavam um bom relacionamento com seus pais sofriam menos depressão em comparação com os alunos cuja relação com os pais era relatada como sendo "não tão boa";

#### IV. DISCUSSÃO

Neste mundo digital, a evolução da Internet e o aumento do seu uso, levou a comportamentos problemáticos, e vários termos foram criados para descrever tais comportamentos, como DI, uso problemático da Internet e o uso patológico da Internet (UPI), entre outros (Boubeta *et al.*, 2015). O UPI acontece quando uma pessoa tem preocupações, impulsos ou comportamentos sem qualquer tipo de controlo, relacionados com o uso da Internet, resultando em consequências na sua vida (Shaw & Black, 2008).

UPI tem impacto na saúde física e psicológica devido à dieta mais pobre, menos exercício regular, atividades sedentárias e menos sono (Kim & Chun, 2005, Mak *et al.* 2014), resultando em obesidade (Mak *et al.*, 2014; Tsitsika *et al.*, 2016), e alterações do estado de saúde física, bem como, problemas mentais como depressão, ansiedade social, transtorno de hiperatividade e deficit de atenção e bem-estar psicossocial (Ko, *et al.*, 2008; Lai *et al.*, 2015; Mak *et al.* 2014; Sung, *et al.*, 2013). Sintomas co-mórbidos, tais como, problemas de jogo, uso nocivo de álcool, uso de drogas nos últimos 12 meses, sofrimento mental, e depressão grave, sintomas de PSPT, problemas de sono e tentativas de suicídio, também estão relacionados à UPI (Turnbull *et al.* 2018).

Na última década, houve uma mudança significativa no que toca à forma de passar o tempo nas crianças e jovens. Os jovens dos dias de hoje são menos propensos a socializar com amigos fora de casa, e mais propensos a participar em atividades de lazer regulamentadas por adultos e, em geral, passam mais tempo em casa (Karsten, 2005).

O estudo de Salmela-Aro *et al.* (2017), realizado com dois grupos de jovens com idades diferentes, que comprovou que existem caminhos positivos recíprocos entre o uso excessivo da internet e o burnout escolar: o uso excessivo da internet previu o esgotamento escolar e o contrário aconteceu também. O esgotamento escolar também previu sintomas depressivos posteriores. Estes autores referiram também que as raparigas sofreram mais do que os rapazes, de sintomas depressivos, e que os rapazes sofreram mais do que as raparigas pelo uso excessivo da internet.

São vários os fatores que influenciam, de uma maneira ou de outra, a utilização da internet, podendo, eventualmente, se tornar fatores causadores do vício que se cria na mesma. Calado, Alexandre & Griffiths (2014), descobriram, com o seu estudo que uma das vertentes da internet, os videojogos, eram associados a alegria, carros, guerras, futebol, como um hobby, um gatilho para sentimentos positivos, a procura de um desafio, uma ferramenta para melhoria de habilidades e uma recompensa financeira. Relataram ainda que era necessário adquirir estratégia, treino contínuo e boa comunicação, raciocínio, pensamento crítico, habilidades de equipa, concentração e habilidades na tomada de decisão. No entanto, acabam também por referir aspetos negativos, incluindo frustração, danos cerebrais, dor nos olhos, cansaço, depressão, isolamento, perda de identidade, entre outras coisas (Calado, Alexandre & Griffiths, 2014).

Por outro lado, Brooks *et al.* (2015) realizou um estudo onde constatou que havia ainda outros fatores influenciadores que levavam a um maior uso dos videojogos ou à utilização da internet em geral, nomeadamente, a presença de um ou mais amigos do sexo oposto e à liberdade de participação por parte dos pais em relação ao uso do tempo livre. Para as raparigas, a menor satisfação com a vida aumenta o risco para tal fenómeno. Os autores referiram ainda que ser vítima de bullying ou de cyberbullying aumentava a probabilidade de haver uso excessivo de videojogos e de outro tipo de tecnologias (Brooks, *et al.*, 2015).

Uma das maiores consequências das novas tecnologias na era moderna onde vivemos é o cyberbullying. Tanto este fenómeno, bem como o uso excessivo das mesmas de uma forma geral, podem mais tarde resultar em repercussões devastas para a vida dos adultos jovens, essencialmente no que toca à sua saúde mental (Books *et al.*, 2015).

Tong *et al.* (2019), mostram que género, autopercepção do status socioeconómico familiar, uso geral da Internet, uso da Internet para fins recreativos, uso da Internet para fins pornográficos, uso de smartphone, abuso emocional na infância, abuso físico na infância, autopercepção da satisfação com a vida, autopercepção do desempenho académico, não tomar o pequeno-almoço, problemas no jogo, envolvimento no uso de drogas, depressão, problemas de sono e sintomas do PSPT estão significativamente associados ao UPI.

Corroborando os estudos referidos anteriormente, Firat *et al.* (2018), por sua vez, acrescentam que os jovens adultos com uso problemático de smartphones, que advém do desenvolvimento tecnológico dos dias de hoje, apresentam diagnósticos de depressão, transtornos de ansiedade, POC, transtorno do déficit de atenção e outros diagnósticos do foro mental, incluindo transtorno bipolar, tiques e transtornos alimentares.

Sampasa-Kanyinga & Hamilton (2015) corroborando os estudos referidos anteriormente, esclarecem que o uso excessivo de sites dentro das novas tecnologias, poderá resultar numa maior ideação e um maior número de tentativas suicidas. Os mesmos autores referem ainda que a vitimização por cyberbullying é usada para mediar completamente as relações entre o uso de redes sociais e o sofrimento psicológico, bem como tentativas de suicídio.

Como referido anteriormente o cyberbullying tem vindo a aumentar nos últimos tempos e a tomar um nível elevado de consequências para os adultos jovens. Guo (2016), no seu estudo refere que o ambiente familiar negativo, o clima escolar negativo e a influência de pares negativa representaram significativos, preditores da execução de cyberbullying. Além disso, estes poderão com maior probabilidade ter sido agressores offline e apresentando problemas externalizantes de sentimentos (Guo, 2016).

Neste mesmo estudo, o género mostrou um efeito relativamente pequeno, mas significativo, na vitimização do cyberbullying, isto é, as mulheres tinham uma probabilidade significativamente maior de serem identificadas como vítimas de cyberbullying do que os homens. Quase todos os preditores individuais estão significativamente relacionados com ser-se vítima de cyberbullying. As vítimas de bullying offline tinham maiores probabilidades de se tornarem vítimas online (Guo, 2016).

Assim, depreende-se com isto que, o típico cyberbully será um homem mais velho, esteja envolvido em comportamentos prévios de bullying, apresente problemas comportamentais perceptíveis, entenda a agressão como apropriada, lucrativa ou moralmente justificada, participe em atividades online frequentes, relate uma variedade

de sintomas internalizantes, tenha personalidade antissocial, tenha falta de valores morais, remorsos ou empatia em relação aos outros, venha de uma família com alto conflito parental ou baixa supervisão dos pais, esteja num clima escolar negativo e tenha relacionamentos pobres, desviantes ou violentos. Já típica vítima é aquela que provavelmente é do sexo feminino, demonstra altos níveis de depressão, stress ou solidão, participa em atividades frequentes na Internet, intimida outros offline, está envolvida numa série de comportamentos problemáticos, possui traços de personalidade antissocial, apresenta baixos níveis de auto-satisfação, autoconceito ou auto-estima, possui crenças ou atitudes relativamente positivas em relação à agressão, vive numa família com um ambiente negativo, tem menor comprometimento escolar e é visivelmente rejeitada e isolada pelos pares (Guo, 2016).

Uma das características pessoais mais frequentemente considerada nos estudos realizados sobre bullying escolar é a inteligência emocional (IE). Mayer e Salovey (1997) definem IE como a capacidade de perceber com precisão, avaliar e expressar emoções, gerar sentimentos que facilitem o pensamento, compreender emoções e regulá-las e promover o crescimento emocional e intelectual. Assim, a IE costuma ser considerada um fator de proteção contra o surgimento de comportamentos problemáticos.

Martínez-Monteağudoa, *et al.*, (2019), utilizaram várias escalas no seu estudo para chegarem aos seus resultados e referiram que relativamente ao ambiente familiar, 22% e 25% mais probabilidade de serem vítimas de cyberbullying se se der um aumento na escala de moralidade e religião, e conflito, respetivamente e 16%, 14% e 14% menos probabilidade de serem vítimas de cyberbullying se se der um aumento nas escalas de desenvolvimento Intelectual e Cultural, Coesão e Expressividade, respetivamente, sendo todos estes, considerados pelos autores, fatores influenciadores. Isto é, um indivíduo com crenças acentuadas, que seja conflituoso, menos desenvolvido cultural e intelectualmente, e que tenha uma maior dificuldade em expressar os seus sentimentos, tem uma maior probabilidade de se vir a tornar uma vítima.

No que toca à IE os estudantes têm 3% maior probabilidade de serem vítimas de cyberbullying se se der um aumento na escala de Atenção, porém os estudantes têm uma

probabilidade 4% e 6% menor de serem vítimas de cyberbullying se se der um aumento nas escalas de Compreensão e Reparo, respetivamente (todos estes fatores influenciadores, de acordo com os autores). Os dados revelaram que a probabilidade de ser uma vítima é maior quando a Atenção aos sentimentos aumenta, enquanto que a probabilidade diminui quando o nível emocional de Compreensão e Reparo aumenta (Martínez-Monteagudoa, et al., 2019). Daqui se depreende que, um individuo pouco atento sobre o que acontece à sua volta, compreensivo ou capaz de ultrapassar determinadas situações consideradas difíceis tem menor probabilidade de ser vítima de cyberbullying.

Um outro fator que pode influenciar a saúde mental dos adultos jovens é o ambiente familiar e a educação parental. O ambiente familiar agradável / feliz e os relacionamentos positivos com os pais dão uma sensação de paz mental, apoio emocional e sentimento de segurança. Este fator pode também estar presente quando se fala em utilização excessiva de videojogos ou da internet, de uma forma geral, e cyberbullying, assuntos abordados anteriormente (Salmela-Aro *et al.* 2017; Brooks *et al.* 2015; Martínez-Monteagudoa *et al.* 2019).

Posto isto, foi possível perceber os jovens que dependiam problemáticamente do smartphone sofriam em maior número de violência doméstica. Da mesma forma, a percentagem de vício dos pais (álcool, drogas, entre outras coisas) era superior nos jovens viciados em smartphones. Além disso, o vício, por parte dos pais, em relação ao álcool, drogas ou jogos, afetou negativamente os problemas físicos e comportamentais entre os jovens (Kim, *et al.*, 2018). No geral, com este estudo, constatou-se que os adolescentes com stress familiar negativo são mais propensos a utilizarem excessivamente os smartphones. No entanto, aqueles que têm alto autocontrolo em si mesmos e uma boa qualidade/número de amizades são menos propensos a serem viciados em smartphones.

No estudo de Throuvala, *et al.*, (2019) demonstraram que, um total de 13% relatou historial de doença psiquiátrica, sendo a depressão a mais prevalente, que era prevista tanto pelo distúrbio de jogos de internet como o défice de parentalidade, indo este último de acordo com o estudo de kim et al. (2018). Neste estudo a rejeição parental demonstrada

foi correlacionada positivamente com o distúrbio de jogos da internet (DJI). Os resultados indicaram que a rejeição parental foi negativamente correlacionada com o seu autoconceito (AC) e personalidade criados em relação a si mesmos, aos outros e ao mundo. O AC foi negativamente correlacionado com DJI, sugerindo que quanto menor o AC, maior a atividade de jogo e vice-versa. A aceitação/rejeição parental (ARP) demonstrou influenciar o DJI apenas através do fator de mediação de AC. Verificou-se que o carinho paterno não prevê o DJI (Throuvala, *et al.*, 2019).

Relacionados com os comportamentos parentais, existem os estilos parentais (Byrne & Lee, 2011). Dois estilos parentais centrais incluem as abordagens permissiva e autoritária (Maccoby & Martin, 1983). Os pais permissivos são mais brandos no que toca às regras e disciplina. Em contraste, pais autoritários exigem alta obediência das crianças sem fornecer explicações para as suas incumbências. Os pais do tipo permissivo podem agir de forma mais impulsiva e ilustrar o comportamento agressivo, enquanto os adolescentes que observam a criação autoritária são mais propensos a exibir comportamentos antissociais (Baumrind, 2005).

Assim, Zurcher, *et al.*, (2018) constataram que para as dimensões da parentalidade autoritária, o relato da criança sobre o carinho da mãe foi negativamente associado com atitudes positivas em relação ao cyberbullying entre rapazes e raparigas, e o carinho do pai foi negativamente associado com atitudes positivas em relação ao cyberbullying entre raparigas. A concessão de autonomia ao pai foi negativamente associada com os comportamentos de cyberbullying entre as raparigas. A parentalidade permissiva por parte da mãe foi positivamente associada com o aumento do comportamento de cyberbullying entre as raparigas.

Descobriu-se ainda que a parentalidade materna autoritária foi negativamente associada com atitudes de cyberbullying entre as raparigas. Da mesma forma, a paternidade autoritária foi negativamente associada com as atitudes de cyberbullying entre as raparigas. Já para os rapazes, a parentalidade materna autoritária foi negativamente associada com atitudes positivas em relação ao cyberbullying. Contudo, descobriu-se que, entre os rapazes, a paternidade autoritária foi positivamente associada a atitudes positivas

em relação ao cyberbullying e que a coação física e hostilidade verbal foram positivamente associados às atitudes de cyberbullying. Este estudo constatou, ainda, que entre as raparigas, a maternidade permissiva foi positivamente associada com atitudes positivas em relação ao cyberbullying (Zurcher, *et al.*, 2018).

Mais tarde, os fenómenos acima referidos, poderão tomar medidas mais graves, nomeadamente, em relação à saúde mental dos adultos jovens que irão praticar ou sofrer de cyberbullying, devido às ações dos seus pais (Zurcher, *et al.*, 2018). Tal afirmação constata-se nos estudos de Martínez-Monteagudoa, *et al.*, (2019), Guo (2016), Throuvala, *et al.*, (2019) e Kim, *et al.*, (2018).

Por fim, no estudo realizado por Deb, *et al.*, (2016) que apoia os acima retratados, averiguou-se que os jovens, ao apresentarem uma boa relação com as suas famílias, e se sintam apoiados pelas mesmas, apresenta menos probabilidades de contrair depressão ou outras patologias do foro mental. Constatou-se ainda que o ambiente familiar positivo tem impacto positivo nos níveis de depressão, ou seja, os jovens com boa relação com os familiares apresentavam baixa depressão em relação aos seus contrapartes. Da mesma forma, os estudantes que compartilhavam um relacionamento positivo com os pais sofreram de menos depressão, quando comparados com os alunos cuja relação com os pais foi relatada como “não tão boa” (Deb, *et al.*, 2016).

Boas relações com a família, perceções positivas da universidade, compartilhar problemas pessoais com os outros e envolver-se em exercícios regulares, demonstraram ser fatores que promovem uma melhor saúde mental (Deb, *et al.*, 2016).

Em conclusão, após a discussão dos artigos incluídos no presente estudo, foi possível perceber que, efetivamente existem fatores influenciadores da saúde mental dos adultos jovens, podendo-se destacar, as novas tecnologias, nomeadamente os videojogos, as redes sociais e o cyberbullying que advém das mesmas, bem como o fraco ambiente familiar e o défice na parentalidade dos mesmos.

## V. CONCLUSÃO

O presente estudo tornou-se de enorme importância para a aquisição de conhecimentos relativos à investigação e à realização de estudos de investigação, já que esta passa por ser uma vertente importante na área da saúde. Graças a ela, é possível dar-se uma contante evolução e desenvolvimento dos fenómenos, intervenções, procedimentos, entre outros, de modo a promover as ações dos constituintes desta área e para que estes possam atuar da melhor forma possível.

Assim, o estudo mostrou que, efetivamente há influência da educação parental e do desenvolvimento tecnológico na saúde mental dos adultos jovens. Quando existe uma pobre parentalidade, a criança deixa de receber os ensinamentos e o apoio necessários ao seu desenvolvimento o que faz com que, mais tarde, adquira comportamentos desviantes e desenvolva patologia do foro mental, como depressão ou ansiedade. As novas tecnologias, como é o caso das redes sociais, smartphones e videojogos entre outros, apresentam, também esse efeito, já que criam habitação e vício, e restringem os jovens de saírem à rua e viverem a vida de uma forma mais normal. Dentro das últimas, podemos destacar o cyberbullying, uma das consequências do seu uso descontrolado, que por si só, tem efeitos alarmantes nos adultos jovens.

É possível afirmar, que após a realização deste projeto de investigação os objetivos delineados inicialmente foram cumpridos e foi obtida resposta à questão de investigação, reconhecendo a existência de certas limitações, nomeadamente, a pesquisa nas bases de dados, tendo-se recorrido apenas ao agregador B-on, terem sido, apenas encontrados artigos no idioma inglês, existirem poucas evidências no que concerne à influência da educação parental, o tempo de realização e o facto dos estudos incorporados se referirem a diferentes países/culturas, daí que não se possa generalizar os resultados obtidos.

Com a realização do presente estudo foram muitos os conhecimentos adquiridos, não só na área da investigação, mas também no aprofundamento do conhecimento sobre a temática em si.

Como referido anteriormente, existem poucas evidências no que toca ao desenvolvimento científico da parentalidade e das suas consequências para com a saúde mental. Assim, a título de sugestão, e como possível ingressão na área de especialidade da saúde mental dos adultos jovens, depreende-se a realização de um estudo primário, onde o foco de atenção seja, precisamente essas duas situações.

## BIBLIOGRAFIA

Alarcão, M. (2006). (Des)Equilíbrios Familiares. Coimbra: Quarteto. *Cit in.* Brás. P. M. F., (2008). *Um Olhar Sobre a Parentalidade (estilos parentais e aliança parental) à Luz das Transformações Sociais Actuais*. Mestrado Integrado em Psicologia. Universidade de Lisboa.

Almeida, J., & Xavier, M. (2013). Estudo Epidemiológico Nacional de Saúde Mental (Vol. 1). Lisboa. Faculdade de Ciências Médicas, da Universidade Nova de Lisboa.

Almeida, A. N., *et alii*, (2012). Crianças, Famílias e Internet: Contextos, Usos e Mediação. Desafios na era digital. Lisboa. Fundação Calouste Gulbenkian. *Cit in.* Iacob I. M., *Perceções das crianças sobre as novas tecnologias na aprendizagem*. Dissertação submetida como requisito parcial para obtenção do grau de Mestre em Informática Aplicada à Sociedade da Informação e do Conhecimento. Instituto Universitário de Lisboa.

Alves, T. A. S., (2014). *A Dependência da Internet: Efeitos na Saúde*. Mestrado em Sistemas e Tecnologias da Informação para a Saúde. Instituto Superior de Engenharia de Coimbra.

Amado, *et alii*. (2009). Cyberbullying: Um desafio à investigação e à formação. *Interacções*. 5(13), pp.301-326.

Arruda, (2016). *O Uso Excessivo da Internet e a sua relação com Sintomatologia Psicopatológica*. Requisito parcial para a obtenção de grau de Mestre em Psicologia Clínica e da Saúde. Universidade Fernando Pessoa.

Baumrind D. (2005) Patterns of parental authority and adolescent autonomy. *New Directions for Child and Adolescent Development* 108, pp.61–69.

Beard, K.W., & Wolf, E.M. (2001). Modification in the proposed diagnostic criteria for Internet addiction. *CyberPsychology & Behavior*, 4, pp.377-383.

Beirão, M. C., & Martins, M. J. D. (2009). Cyberbullying and emotions in adolescence. Covilhã. Faculdade de Ciências da Saúde, Universidade da Beira Interior, *cin in*. Francisco (2012) *A faceta de um fenómeno em jovens universitários portugueses*. Mestrado Integrado Em Psicologia. Universidade De Lisboa Faculdade De Psicologia.

Bernardi, S., & Pallanti, S. (2009). Internet addiction: A descriptive clinical study focusing on comorbidities and dissociative symptoms. *Comprehensive Psychiatry*, 50(6), pp.510-516. *Cit in* Machado (2015). *Jovens E A Internet: Uma Relação Com A Perturbação Do Sono E O Bem-Estar Psicológico*. Requisito parcial para a obtenção do grau de Mestre Em Psicologia. Instituto universitário de ciencias sociais, psicologicas e da vida.

Bezinović, P. *et alii* (2015) Patterns of internet use and mental health of high school students in Istria County, Croatia: cross-sectional study. *Croatian Medical Journal*. 56(3) pp.297–305.

Blanco, E., Silva, B. (1993). Tecnologia Educativa em Portugal: conceito. Origens, evolução, áreas de intervenção e investigação. Acesso em 20 de Junho, 2007 em <http://repositorium.sdum.uminho.pt/handle/1822/521>. *Cit in*. Alves, T. A. S., (2009). *Tecnologia de Informação e Comunicação (TIC) nas Escolas: da Idealização à Realização*. Mestrado em Ciências da Educação. Universidade Lusófona de Humanidades Tecnologias de Lisboa.

Botelho, L. L.R., Cunha, C. C, Macedo, A. (2011). O método da revisão integrativa nos estudos organizacionais. *Gestão e Sociedade*. Belo Horizonte, 5(11), pp.121-136 [Em Linha] Disponível em: <<http://www.gestaoesociedade.org/gestaoesociedade/article/view/1220/906>>. [Consultado em: 16 de Julho de 2019].

Boubeta, A., *et alii*, C. B. (2015). Variables asociadas al uso problemático de Internet entre adolescentes. *Health and Addiction*, 15(1), pp.25-38.

Boubeta, A., *et alii* (2014). PIUS-a: problematic Internet use scale in adolescents. Development and psychometric validation. *Addicciions*, 27(1), pp.47-63.

Brasileiro, J. G. (2016) *Significados Atribuidos ao Cyberbullying Envolvendo Adolescentes: Subsídios para educação e saúde no contexto escolar*. PósGraduação em Saúde da Criança e do Adolescente. Universidade Federal de Pernambuco, Centro de Ciências da Saúde.

Brooks, F.M. *et alii* (2015). Video gaming in adolescence: factors associated with leisure time use. *Journal of Youth Studies*, 19 (1), pp. 36-54.

Byrne S & Lee T. (2011) Toward predicting youth resistance to internet risk prevention strategies. *Journal of Broadcasting and Electronic Media* 55, pp.90–113.

Calado, F., Alexandre, J. & Griffiths, M.D. (2014). Mom, Dad It's Only a Game! Perceived Gambling and Gaming Behaviors among Adolescents and Young Adults: an Exploratory Study. *Journal of Mental Health & Addiction*, 12(6), pp.772-794.

Carvalho, (2017). Depressão E Outras Perturbações Mentais Comuns, DGS.

Castells, M. A (2004) *Galáxia Internet: reflexões sobre internet, negócios e sociedade*. Fundação Calouste Gulbenkian, Lisboa.

Conte, C., & Rossini, A. (2010). Aspectos Jurídicos do Cyberbullying. *FMU DireitoRevista Eletrônica*, 24(34), pp.46-65.

Coxo, L. F. C. (2009) A adicção à Internet em jovens universitários: estudo comparativo com estudantes portuguesas e espanhóis. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, pp.257–262.

Cruz, A. (2011). *O cyberbullying no contexto português*. Para obtenção de grau de Mestre, Universidade Nova de Lisboa, Lisboa.

Cruz, O. (2013). *Parentalidade*. Coimbra: Quarteto.

Deb, S. *et alii* (2016). Depression among Indian university students and its association with perceived university academic environment, living arrangements and personal issues. *Asian Journal of Psychiatry*, 23, pp.108-117.

Depression and other Common Mental Disorders. Global Health Estimates. WHO, (2017). [Em linha]. Disponível em: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/254610/WHO-MSD-MER-2017.2-eng.pdf?sequence=1> [Consultado em 17 de Julho de 2019].

Dias & Gama, (2019). *Introdução à investigação Qualitativa em saúde pública*. Edições Almedina, Coimbra.

Erikson, E. H. (1998). *Identidade, juventude e crise*. Rio de Janeiro: Zahar.

Estévez, E., *et alii*. (2008). Adolescent aggression: Effects of gender and family and school environments. *Journal of Adolescence*, 31, pp.433–450.

Farah, O. & Sá, A. (2008). *Psicologia aplicada à enfermagem*. São Paulo, Manole.

Faucher, C., Jackson, M., & Cassidy, W. (2014). Cyberbullying among university students: Gendered experiences, impacts, and perspectives. *Educational Research International*.

Figueiredo & Matos (2017). Agressão Apoiada pelas Tecnologias: O Cyberbullying e o AutoCyberbullying. *Interações*. 45, pp. 119-150.

Firat, S. *et alii* (2018). The relationship between problematic smartphone use and psychiatric symptoms among adolescents who applied to psychiatry clinics. *Psychiatry Research*, 270, pp.97-103.

Fortin, M. (2009). *Fundamentos e etapas no processo de investigação*. Loures, Lusociência.

Freitas, M.V. (2005.) *Juventude e adolescência no Brasil: referências conceituais*. São Paulo: Ação Educativa.

Gamito, P. & Morais, D. (2013). Do ábaco aos átomos. *Nascidos Digitais: Novas Linguagens, Lazer e Dependências*, pp.23- 40.

Gomes, J. C. (2008). Construir boa saúde mental: orientações baseadas no conhecimento existente. Disponível em: [www.mmha.eu](http://www.mmha.eu). Acesso em: 20 de Julho de 2019.

Griffiths, M.D. (2015). Classification and treatment of behavioural addictions. *Nursing in Practice*, 82, pp.44-46.

Guizzo, E. (2002) *Internet: o que é, o que oferece, como conectar-se*. São Paulo: Ática.

Guo, S. (2016). A meta-analysis of the predictors of cyberbullying perpetration and victimization. *Psychology in the Schools*, 53 (4), pp.432-453.

Ha, J.H., *et alii* (2008). Characteristics of excessive celular phone use in Korean adolescents. *CyberPsychol. Behav.* 11 (6), pp.783–784.

Halayem, S., *et alii*. 2010. Le téléphone portable: une nouvelle addiction chez les adolescents. *Tunis. Med.* 88, pp.593–596.

Hansen, H., *et alii*, (2013). Bullying behaviour among Norwegian adolescents:

Psychiatric diagnoses and school well-being in a clinical sample. *Nordic Journal of Psychiatry*, 68(5), pp.355-361.

Heiman, T., Olenik-Shemesh, D., & Eden, S. (2014). Cyberbullying involvement among students with ADHD: relation to loneliness, self-efficacy and social support. *European Journal of Special Needs Education*, 30(1), pp.15-29.

Hinduja, S. & Patchin, J. W. (2009). *Bullying Beyond the Schoolyard: Preventing and Responding to Cyberbullying*. Thousand Oaks, Sage Publications.

Joanna Briggs Institute Reviews, (2014). *Reviewers Manual*. The University of Adelaide. Austrália.

Juvonen, J. & Gross E. F. (2008). Extending the school grounds? Bullying experiences in cyberspace, *Journal of School Health*.

Karsten, L. (2005). It All Used to Be Better? Different Generations on Continuity and Change in Urban Children's Daily Use of Space. *Children's Geographies* 3 (3), pp.275–290.

Kim, H. *et alii* (2018). Relationship among family environment, self-control, friendship quality, and adolescents' smartphone addiction in South Korea: Findings from nationwide data. *Public Library of Science*, 6(6), pp. 1-13.

Kim, J. S., & Chun, B. C. (2005). Association of Internet addiction with health promotion lifestyle profile and perceived health status in adolescents. *Journal of Preventive Medicine and Public Health*, 38(1), pp.53-60.

Ko, C. H., *et alii* (2008). Psychiatric comorbidity of Internet addiction in college students: An interview study. *CNS Spectrum*, 13(2), pp.147-153.

Kuss, D., Griffiths, M., & Binder, J. (2013). Internet addiction in students: Prevalence and risk factors. *Computers in Human Behavior*, 29(3), pp.959-966.

Lai, C. M., *et alii* (2015). The mediating role of Internet addiction in depression, social anxiety, and psychosocial well-being among adolescents in six Asian countries: a structural equation modelling approach. *Public Health*, 129(9), pp.1224-1236.

Li, Q. (2008). A cross-cultural comparison of adolescents' experiences related to cyberbullying. *Educational Research*, 50(3), pp.223-234.

Maccoby EE & Martin JA. (1983) Socialization in the context of the family: parent-child interaction. In Mussen P, *Handbook of child psychology*. New York: Wiley, 4, pp. 1-101.

Machado (2015). *Jovens E A Internet: Uma Relação Com A Perturbação Do Sono E O Bem-Estar Psicológico*. Requisito parcial para a obtenção do grau de Mestre Em Psicologia. Instituto universitário de ciencias sociais, psicologicas e da vida.

Mak, K. K, *et alii*, (2014). Epidemiology of Internet behaviours and adction among adolesecents in Six Asian countries. *Cyberpsychoogy, Behaviour, and Social Networking*, 17(11), pp.720-728.

Malhotra, N. (2007). *Marketing Research: An Applied Orientation*. 5th ed. New Jersey: Pearson Prentice Hall.

Martínez-Monteagudo, M.C. *et alii* (2019). Cyberbullying in the university setting. Relationship with family environment and emotional intelligence. *Computers in Human Behavior*, 91, pp. 220-225.

Marques, A. (2012). Comportamentos antissociais e fatores de risco da delinquência juvenil: caraterização de uma escola. [Em linha]. Disponível em <[http://bdigital.ufp.pt/bitstream/10284/3519/3/T\\_aanaisa.pdf](http://bdigital.ufp.pt/bitstream/10284/3519/3/T_aanaisa.pdf)>. [Consultado em 18 de Julho de 2019].

Martins, J. (2008). Investigação em Enfermagem: Alguns apontamentos sobre a dimensão ética. *Pensar Enfermagem*. 12 (2), pp. 62-66.

Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? Emotional intelligence and emotional intelligence: Educational implications. New York: Perseus Books Group.

McDaniel, C., e Gates, R. (2003). Pesquisa de marketing (Vol.3).

Organização Mundial da Saúde (OMS). (2007). Mental health: strengthening mental health promotion. Fact sheet nº 220. Geneva: World Health Organization. Disponível em: <http://www.who.int/mediacenter/factsheets/fs220/en>. [Consultado em 20 de Julho de 2019].

Paiva & Costa (2015). A influência da tecnologia na infância: desenvolvimento ou ameaça?. *Portal dos psicólogos*. [Em linha]. Disponível em: <https://www.psicologia.pt/artigos/textos/A0839.pdf>. [Consultado em 24 de Julho de 2019].

Pinto, T. (2011). *Cyberbullying: Estudo da prevalência de comportamentos de cyberbullying e sua relação com vivências de vergonha e estados emocionais negativos*. Obtenção de grau de Mestre. Instituto Superior Miguel Torga, Coimbra.

Previtalo, A. P., (2006). A Importância do Brincar. Campinas: UNICAMP.

Price, M., & Dalgleish, J. (2010). Cyberbullying: Experiences, impact and coping strategies as described by Australian young people. *Youth Studies Australia*, 29(2), pp.5159.

Resende, J. (2011) *Determinantes para a participação nas redes sociais*. Aveiro:

Departamento de Economia, Gestão e Engenharia Industrial. Instituto Superior de Contabilidade e Administração. Universidade de Aveiro.

Ribeiro, J. (2010). *Investigação e avaliação em psicologia e saúde*. Lisboa: Placebo Editores LDA.

Roser, K., Schoeni, A., Foerster, M., Rössli, M., 2016. Problematic mobile phone use of Swiss adolescents: is it linked with mental health or behaviour?. *Public Health*. 61 (3), pp.307–315.

Salmela-Aro, K. *et alii* (2017). The Dark Side of Internet Use: Two Longitudinal Studies of Excessive Internet Use, Depressive Symptoms, School Burnout and Engagement Among Finnish Early and Late Adolescents. *Journal of Youth & Adolescence*, 46 (2), pp. 343-357.

Sampaio, D., *et alii*, (2000). Representações sociais do suicídio em estudantes do ensino secundário. *Análise Psicológica*, 2(XVIII), pp.139-155.

Sampasa-Kanyinga, H. & Hamilton, H. A. (2015). Social networking sites and mental health problems in adolescents: The mediating role of cyberbullying victimization. *European Psychiatry*, 30 (8), pp.1021-1027.

Santos, L. (2010) *Redes sociais e usos da Internet em dois grupos de jovens*. Lisboa: Departamento de Antropologia. ISCTE - Instituto Universitário de Lisboa.

Shaw, M., & Black, D. W. (2008). Internet addiction: definition, assessment, epidemiology and clinical management. *CNS Drugs*, 22(5), pp.353-365.

Silva, A. L., (2014) *A importância da família na saúde e no bem-estar da criança e do jovem*. Obtenção de grau de Mestre em Enfermagem. Escola Superior de Enfermagem de Lisboa.

Silva, I., Mendes, I., (2017), Uso Problemático da Internet em Adultos: Que relação com sintomas clínicos? Problematic Internet Use in Adults: Is there a relation with clinical symptoms?. *Revista De Estudios E Investigación E Psicología Y Educación*. (13).

Simões, S. (2011). *Influência dos estilos educativos parentais na qualidade da vinculação de crianças em idade escolar em diferentes tipos de família*. Tese para a obtenção do grau de Doutor em Ciências Biomédicas. Instituto de Ciências Biomédicas Abel Salazar. Universidade do Porto.

Slonje, R., & Smith, P. K. (2008). Cyberbullying: Another main type of bullying? *Scandinavian Journal of Psychology*, 49(2), pp.147-154.

Smith, B. (2011) Are Internet affairs different? *Monitor on Psychology*. 42(3), pp.48.

Smith, P., *et alii* (2008). *Cyberbullying: Its nature an impact in secondary school pupils*. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 49(4), 376–385. [Em linha]: Disponível em: <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2007.01846.x>. [Consultado em 20/06/2019].

Sung, J., *et alii* (2013). Associations between the risk of Internet addiction and problem behaviors among Korean adolescents. *Korean Journal of Family Medicine*, 34(2), pp.115-122.

Throuvala, M.A. *et alii* (2019). The role of family and personality traits in Internet gaming disorder: A mediation model combining cognitive and attachment perspectives. *Journal of Behavioral Addictions*, 8 (1), pp.48-62.

Tong, W.T. *et alii* (2019). Prevalence and Determinants of Pathological Internet Use among Undergraduate Students in a Public University in Malaysia. *The Journal of Behavioral Science*, 14 (1), pp.63-83.

Townsend, M. C. (2009). Enfermagem em Saúde Mental Psiquiátrica. Conceitos de Cuidados na prática baseada na evidência. *Enfermagem em Saúde Mental Psiquiátrica*

pp. 12–29. *Cit in.* Almeida (2014). *A Saúde Mental Global, A Depressão, A Ansiedade E Os Comportamentos De Risco Nos Estudantes Do Ensino Superior: Estudo De Prevalência E Correlação*. Tese para obtenção do grau de Doutor em Ciências da Vida. Especialidade em Saúde Mental. Universidade Nova de Lisboa.

Tsitsika, A. K., *et alii* (2016). Association between problematic Internet use, sociodemographic variables and obesity among European adolescents. *European Journal of Public Health*, 26(4), pp.617-622.

Tuckman B. (2012). Manual em educação Fundação Calouste Gulbenkian. Lisboa.

Turnbull, N., *et alii* (2018). Pathological Internet use and psychosocial risk factors among ASEAN university students. *Iran Journal of Psychiatry and Behavioural Science*, 12(1), 10063.

Unicef (1990). A Convenção sobre os Direitos da Criança.

Valcke, *et alii* (2010). Internet parenting styles and the impact on internet use of primary school children. *Computers & Education*, 55(2), pp.454-464.

Van den Eijnden, R. J., *et alii* (2008). Online communication, compulsive Internet use, and psychosocial well-being among adolescents: *A longitudinal study*. *Developmental Psychology*, 44(3), pp.655–665.

Wendt, G., & Lisboa, C. (2013). Agressão entre pares no espaço virtual: definições, impactos e desafios do cyberbullying. *Psicologia Clínica*, 25(1), 73-87.

Wolak, J., Mitchell, J. J., & Finkelhor, D. (2007). Does online harassment constitute bullying? An exploratorion of online harassment by know peers and online-only contacts. *Journal of Adolescents Health*, 41, 551-558

Wong YC. (2010) Cyber-parenting: internet benefits, risks and parenting issues. *Journal of Technology in Human Services* 28, pp.252–273.

Young, K.; Abreu, C. N. D. & Cols (2011) - Psicoterapia, tratamento e prevenção. *Dependência de Internet: manual e guia de avaliação e tratamento*. 1. pp.1–30.

Zurcher, J.D. *et alii* (2018). Parenting and Cyberbullying Across Adolescence. *CyberPsychology, Behavior & Social Networking*, 21 (5), pp.294-303.