

# Uso de mídias sociais e suas repercussões no comportamento adolescente: uma revisão integrativa

Tessa Knewitz<sup>1</sup>; Nicole de Andrade Borges<sup>1</sup>; Luisa Bueno Durão<sup>1</sup>; Manuela Silva Godinho<sup>1</sup>; Julia Corina Da Silva Dias<sup>1</sup>; Constanza Thaise Xavier Silva<sup>2</sup>

1. Discente do curso de Medicina da Universidade Evangélica de Goiás - UniEVANGÉLICA.

2. Docente curso de Medicina da Universidade Evangélica de Goiás - UniEVANGÉLICA.

**RESUMO:** O estudo aborda como o avanço das mídias sociais influencia o comportamento dos adolescentes, destacando tanto benefícios quanto riscos, como insatisfação corporal, baixa autoestima, ansiedade, depressão e comportamentos de risco. Trata-se de uma revisão integrativa, estruturada pela estratégia PICo, com busca nas bases PubMed e SciELO, incluindo 15 artigos publicados nos últimos cinco anos. Os resultados evidenciaram associações entre uso excessivo das redes sociais e sofrimento psíquico, ideação suicida, autolesão, insatisfação corporal, baixa autoestima, influência de pares e comportamentos sexuais de risco, além de diferenças relacionadas a sexo, idade e escolaridade. A discussão aponta que fatores psicológicos como autoimagem, autoestima e saúde mental são diretamente impactados pelo ambiente digital, enquanto fatores sociais como gênero e resignificação das relações também modulam esses efeitos. Conclui-se que as mídias sociais moldam o comportamento adolescente de forma multifatorial, interligando aspectos psicológicos e sociais, o que reforça a necessidade de estratégias educativas e preventivas para promover um uso consciente e equilibrado dessas plataformas.

**Palavras-chave:** adolescente. comportamento. mídia social.

## INTRODUÇÃO

O avanço das tecnologias digitais e a popularização das mídias sociais transformaram profundamente as formas de interação e comunicação entre adolescentes, tornando-se parte central de sua rotina e de seus processos de construção identitária. Essa realidade, embora traga benefícios relacionados à socialização e ao acesso à informação, também tem sido associada a impactos negativos, como insatisfação corporal, baixa autoestima, ansiedade, depressão e comportamentos de risco<sup>1</sup>. Nesse cenário, o escritor aponta diferentes padrões de uso sociais — ativos, como postagem e interação, e passivos, como apenas visualizar conteúdos — estão relacionados a níveis distintos de sofrimento psicológico e bem-estar, reforçando a necessidade de compreender os efeitos das mídias sociais sobre o

comportamento dos adolescentes torna-se essencial para a saúde pública e para o desenvolvimento de estratégias de promoção da saúde digital<sup>2</sup>.

A relevância do tema está na crescente evidencia científica que aponta para a relação entre uso excessivo das redes sociais e sofrimento psíquico, além da influência de fatores sociais como sexo, idade e escolaridade na forma como esses impactos se manifestam. Dados epidemiológicos indicam que proximadamente 14% dos adolescentes no mundo apresentam problemas de saúde mental, o que corresponde a cerca de 182 milhões de indivíduos, e que o uso intensivo de plataformas como TikTok, Instagram e YouTube está associado a maior prevalência de sintomas depressivos e ansiedade, configurando um desafio global de saúde pública<sup>2</sup>.

Diante dessa problemática, este estudo tem como objetivo identificar, por meio de uma revisão integrativa, de que maneira as mídias sociais moldam o comportamento dos adolescentes, destacando os principais fatores psicológicos e sociais envolvidos nesse processo e contribuindo para uma compreensão crítica dos impactos do ambiente digital sobre essa população.

## **METODOLOGIA**

Esse estudo consiste em uma revisão integrativa realizada a partir das seguintes etapas: (1) Definição da questão norteadora e do objetivo do estudo; (2) estabelecimento dos critérios de elegibilidade e exclusão dos estudos científicos; (3) Levantamento de estudos em bases de dados e acervos digitais (4) análise e organização dos estudos selecionados; e (5) Síntese, apresentação e discussão dos resultados encontrados.

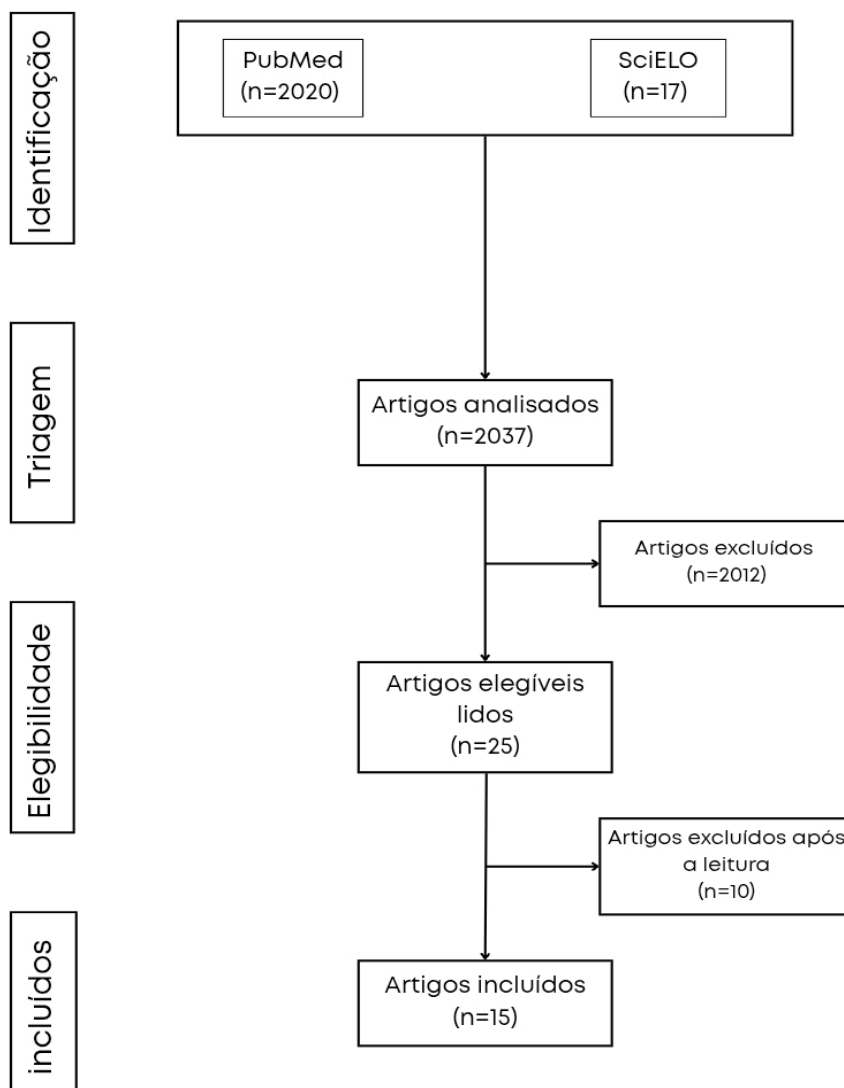
Para construção da questão norteadora, empregou-se o uso da estratégia PICO, método utilizado para estruturar questões investigativas e orientar a busca por evidências em uma pesquisa não-clínica, onde P = população; I : Interesse e Co : contexto ( P= adolescentes; I= comportamento; Co: uso das mídias sociais). Dessa maneira, estabeleceu-se a seguinte questão norteadora: " Como as mídias sociais podem moldar o comportamento dos adolescentes?"

A coleta de dados foi realizada através de uma busca eletrônica nas seguintes bases de dados: *National Library of medicine* (PubMed) e *Scientific Electronic Library Online* (SciELO). No que se refere à seleção dos artigos, foram adotados como critério de inclusão: artigos primários e secundários, de origem qualitativa, disponíveis na íntegra, publicados nos últimos cinco anos, nos idiomas português ou inglês, e que estivessem alinhados ao objetivo proposto. Foram excluídos materiais pertencentes a estudos duplicados em diferentes bases de dados e publicações que não contemplavam a questão norteadora. A partir disso foram selecionados 15 artigos que demonstraram maior rigor científico e que estabeleceram relação entre uso de mídias sociais e comportamento.

## **RESULTADOS**

O fluxograma a seguir apresenta uma síntese dos principais impactos associados ao uso excessivo de redes sociais em adolescentes, identificados nos 15 estudos selecionados para esta revisão. Os achados foram organizados em categorias psicológicas e sociais, evidenciando a relação entre o uso intenso dessas plataformas e desfechos como sofrimento mental, insatisfação corporal, baixa autoestima, influência social e comportamentos de risco, demonstrando possíveis repercussões negativas na qualidade de vida dos adolescentes.

**Figura 1:** Fluxograma de identificação e seleção dos artigos selecionados nas bases de dados PUBMED e SCIELO



Os resultados apresentados a seguir correspondem à análise dos 15 artigos selecionados para esta revisão, os quais investigaram os impactos do uso das redes sociais na saúde e no comportamento de adolescentes. De forma geral, os estudos evidenciaram associação entre o uso excessivo dessas plataformas e diversos desfechos negativos, principalmente relacionados à saúde mental, autoimagem e autoestima. Além disso, fatores sociais, como sexo, relacionamento sexual e ressignificação social, também mostraram influência significativa nesses impactos. A organização dos achados em categorias psicológicas e sociais permitiu uma melhor compreensão das múltiplas repercussões do uso intenso das mídias sociais na população adolescente.

**Tabela 1:** Distribuição dos artigos selecionados de acordo com autor e ano, tipo de estudo e desfecho.

A1	Vieira et al., 2022.	Estudo transversal.	Alta prevalência de uso excessivo de redes sociais. Observou-se associação com ansiedade, estresse, depressão, risco de suicídio, tabagismo e uso de drogas. Maior frequência em adolescentes do sexo feminino, de pele preta/parda e em faixas etárias mais elevadas dentro da amostra.
A2	Elkin et al., 2025.	Estudo transversal.	Intervenções direcionadas à dependência de smartphones podem aliviar seus efeitos adversos na qualidade do sono, particularmente ao abordar fatores psicológicos subjacentes, como depressão, estresse e ansiedade.
A3	Lucchetti et al., 2025.	Estudo transversal.	Existe uma associação entre SME, aumento do sofrimento mental e pior qualidade de vida em jovens de áreas urbanas sul-americanas desfavorecidas. Essa influência ocorre em todo o espectro de níveis de engajamento, não apenas nos extremos. No entanto, não é possível estabelecer relações causais.
A4	Nagata et al., 2022.	Estudo observacional.	Aumentos no uso de mídias sociais dentro do próprio indivíduo estiveram associados a maior presença de sintomas depressivos ao longo do tempo, enquanto o inverso não foi observado (ou seja, sintomas depressivos não previram maior uso posterior).

A5	Hastutii et al., 2023	Estudo transversal.	Dos 134 participantes, 79 eram do sexo masculino, e 91 tinham 17 anos. O uso muito frequente de mídias sociais foi relatado por 81 indivíduos, a influência de pares por 82 e comportamentos sexuais de risco por 88 . O uso de mídias sociais e a influência dos pares estiveram significativamente associados ao comportamento sexual.
A6	Silva et al., 2023.	Estudo longitudinal.	A amostra foi composta majoritariamente por mulheres, com 45% de não-brancos e 57% de minorias sexuais. Observou-se alta prevalência de sofrimento psíquico, relatando sintomas depressivos. A ideação suicida no último ano foi associada à maior percepção de interações sociais inúteis. A autolesão não suicida relacionou-se a maior impacto negativo nos relacionamentos . Já a tentativa de suicídio ao longo da vida esteve associada à maior tendência de oferecer soluções a pessoas que publicam conteúdo depressivo. No geral, há forte associação entre sofrimento mental e a forma de perceber e reagir a conteúdos sobre depressão.
A7	An T Vuong et al., 2021.	Estudo transversal.	Meninas relataram maior uso de redes sociais, maior internalização do ideal magro e maior insatisfação corporal, enquanto meninos apresentaram maior internalização do ideal muscular. A maioria utilizava Instagram e Snapchat com frequência, sendo raro o uso ocasional ou inexistente dessas plataformas.
A8	Dana M Litt et al., 2023.	Estudo longitudinal.	A maioria dos participantes passou na verificação de manipulação. Não houve diferenças significativas entre os grupos na linha de base para normas percebidas ou comportamento de consumo de álcool, indicando comparabilidade inicial. Ao longo do acompanhamento, observou-se leve redução nos dias e na frequência de consumo de álcool em todas as condições.

A9	Marie Bragg et al., 2021.	Estudo transversal.	Adolescentes identificaram corretamente anúncios do Instagram apenas 39,1% das vezes, com melhor desempenho para marcas internacionais, sem influência da familiaridade. Usuários pesados tiveram desempenho melhor que leves, mas ambos abaixo do acaso. Em geral, anúncios do Instagram foram mais bem avaliados que os tradicionais (mais modernos, artísticos e agradáveis), especialmente quando não rotulados. Quando rotulados, a diferença foi mínima. Usuários intensivos de mídias sociais apresentaram maior preferência, engajamento e intenção de compra em relação aos anúncios de alimentos não saudáveis.
A10	Chloe Gordon 2021.	S Estudo transversal.	Entre as meninas, houve redução da restrição alimentar e menor aumento dos sintomas depressivos após 6 meses em comparação ao grupo controle. No entanto, não houve diferenças significativas nos demais desfechos, como satisfação corporal e autoestima. Entre os meninos, observou-se aumento da autoestima após 6 meses no grupo intervenção, o que indica um efeito benéfico. Por outro lado, a redução da restrição alimentar foi menor e o desejo de aumentar a muscularidade chegou a aumentar no grupo intervenção ao longo de 12 meses.
A11	Cynthia 2025.	Osei Estudo transversal.	A maioria dos participantes usava redes sociais, principalmente estudantes do ensino médio, com uso frequente e para comunicação, entretenimento e novas amizades. Muitos relataram interações sexuais online. Mais de 60% foram expostos a conteúdos sexualmente explícitos, o que aumentou o desejo sexual e levou mais da metade ao sexo casual. Os principais fatores associados a comportamento sexual de risco foram: estar no ensino médio, uso de redes sociais e ocupação dos pais

A12	Falcão CSV et al, 2025.	Estudo qualitativo.	A gordofobia é comum e muitas vezes reproduzida sem percepção, por estar normalizada na sociedade, inclusive como “brincadeira”. Os participantes relataram experiências de preconceito no dia a dia, especialmente em ambientes familiares e públicos. Também destacaram que há forte pressão por um “corpo ideal”, associando magreza à beleza e saúde. Por outro lado, alguns questionam essa visão, defendendo que saúde não depende apenas do peso. As redes sociais aparecem como um fator importante, pois reforçam padrões irreais e aumentam a insatisfação corporal.
A13	Jesper Schmidt-Persson et al, 2024.	Estudo transversal	Ha uma diferença média significativa entre os grupos no escore total de dificuldades, favorecendo a intervenção de redução do uso de telas. As maiores melhorias ocorreram nos sintomas internalizantes (como sintomas emocionais e problemas com pares) e no comportamento pró-social. A satisfação geral com a vida sexual e a imagem corporal foi preservada em ambos os grupos; no entanto, a abordagem oncoplástica alcançou ganhos significativamente maiores na percepção da imagem corporal.
A14	Teixeira et al., 2022.	Estudo descritivo-correlacional e transversal.	Prevalência de uso problemático da internet. Identificada correlação negativa entre uso da internet e bem-estar psicológico, com influência de variáveis como idade, sexo, escolaridade e tipo de uso (redes sociais e jogos).
A15	Szlyk et al., 2023.	Estudo transversal observacional.	A relação entre uso de redes sociais e saúde mental é complexa, multifatorial e não linear, envolvendo a interação de aspectos psicológicos, sociais e individuais. Dessa forma, intervenções não devem focar apenas na redução do tempo de uso, mas também em fatores subjetivos, como autoestima e vulnerabilidades individuais

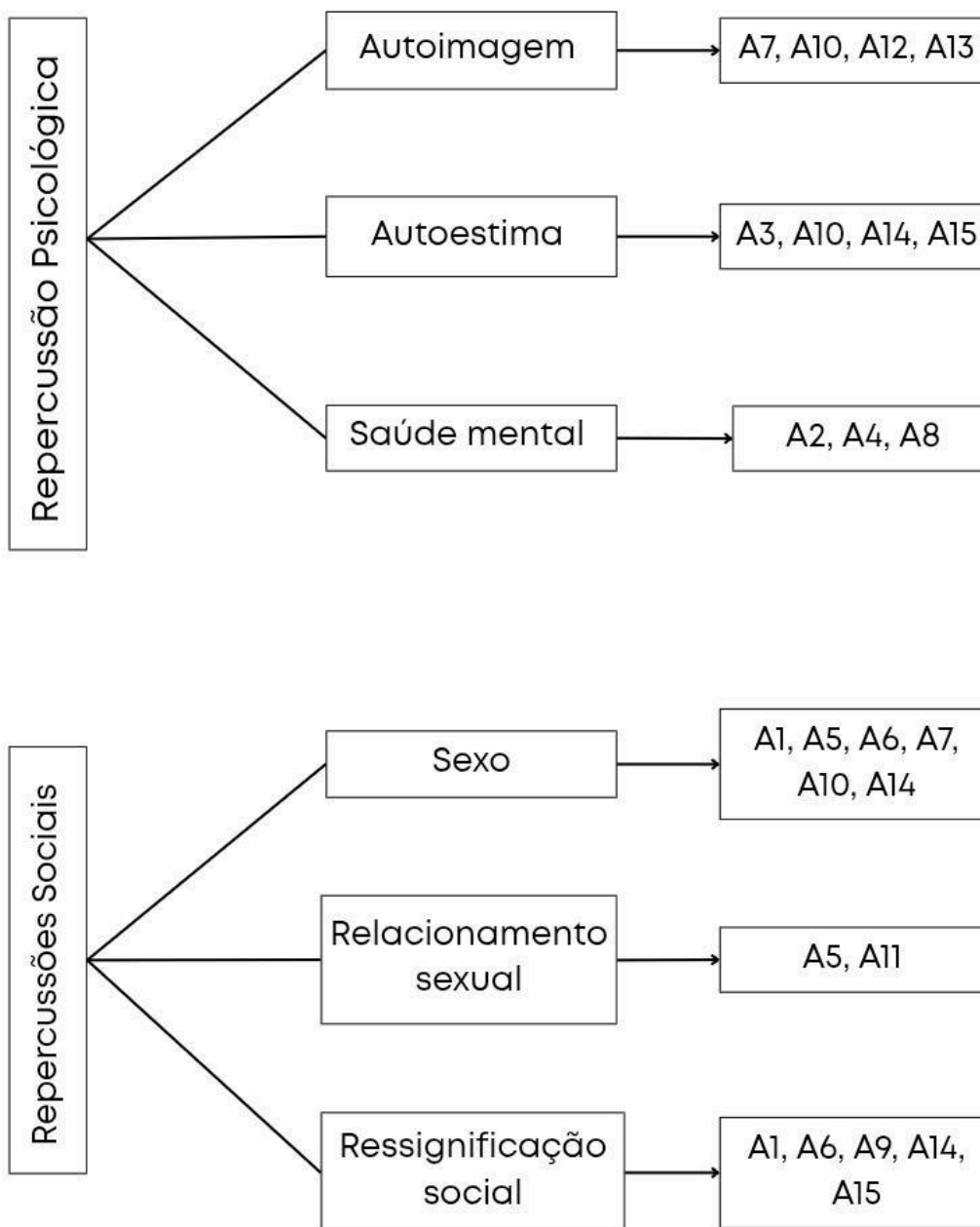
---

**Fonte: autoria própria.**

Os 15 artigos selecionados foram categorizados de acordo com os principais fatores mencionados por esses estudos que possuíam os fatores influenciados pelas redes sociais no

comportamento dos adolescentes. Esses fatores foram divididos em dois: os psicológicos, que foram subdivididos em relacionamento sexual, autoimagem, autoestima, ressignificação social e saúde mental, e os sociais, subdivididos em idade, sexo e escolaridade, os quais estão descritos no fluxograma 2. É importante ressaltar que alguns estudos se repetem nas categorias, sendo assim elencados de acordo com o fluxograma 1.

**Fluxograma 2:** Categorias elencadas de acordo com a similaridade dos artigos estudados.



## DISCUSSÃO

### Fatores Psicológicos

Os fatores psicológicos relacionados ao uso das mídias sociais na adolescência envolvem um conjunto de dimensões, como autoimagem, autoestima, saúde mental, relações interpessoais e construção da identidade. Entretanto, observa-se que, no senso comum, essas plataformas são frequentemente associadas apenas ao entretenimento e à socialização, desconsiderando seus impactos mais profundos no comportamento e no bem-estar emocional dos adolescentes. Nesse sentido, os estudos analisados ressaltam que a influência das mídias sociais vai além da interação virtual, abrangendo a forma como os jovens percebem a si mesmos, interpretam suas relações e lidam com suas emoções, podendo atuar tanto como fator de risco quanto de proteção para a saúde psicológica<sup>1,2,3,4,5</sup>.

A autoimagem manifesta-se como um dos principais fatores psicológicos influenciados pelo uso das mídias sociais entre adolescentes, estando diretamente relacionada à forma como esses indivíduos percebem o próprio corpo e sua identidade. Nesse contexto, os estudos analisados evidenciam que a constante exposição a padrões estéticos idealizados e a comparação social nas plataformas digitais podem intensificar sentimentos de inadequação e insatisfação corporal. Dessa forma, adolescentes tendem a construir sua autoimagem com base em idealizações irreais e midiáticas, o que pode gerar distorções na percepção de si e maior vulnerabilidade emocional<sup>6,7,8,9</sup>. Ademais, observa-se que intervenções que reduzem a exposição a esses estímulos, como a diminuição do uso de telas, podem contribuir para melhorias na percepção corporal e no bem-estar emocional, indicando a possibilidade de ressignificação da autoimagem ao longo do tempo<sup>8</sup>.

A autoestima também se apresenta como um fator central na forma como as mídias sociais moldam o comportamento dos adolescentes, uma vez que está diretamente relacionada à validação social obtida nesses ambientes virtuais. Os estudos indicam que a busca por aprovação, por meio de curtidas, comentários e interações, pode influenciar negativamente a autovalorização, especialmente quando há baixa reciprocidade ou exposição a conteúdos que reforçam padrões inalcançáveis<sup>3,9,10,11</sup>. Além disso, a baixa autoestima está frequentemente associada a maior suscetibilidade a conteúdos negativos e à intensificação de sintomas depressivos e ansiedade. Nesse sentido, as mídias sociais atuam não apenas como meio de interação, mas também como um fator modulador da autoestima e do comportamento emocional dos adolescentes<sup>3,10,11</sup>.

A saúde mental, por sua vez, configura-se como um eixo central na compreensão de como as mídias sociais moldam o comportamento dos adolescentes. Os estudos evidenciam

elevada prevalência de sintomas depressivos, ansiedade, ideação suicida e comportamentos autolesivos associados ao uso dessas plataformas<sup>2,4,8</sup>. Em especial, o estudo de Silva et al. (2023) demonstrou altos índices de sofrimento psíquico, com grande parte dos participantes relatando sintomas depressivos, ideação suicida e autolesão, associados à forma como percebem e interagem com conteúdos relacionados à depressão nas redes sociais<sup>6</sup>. Nesse sentido, observa-se que o consumo frequente de conteúdos negativos, aliado à comparação social e à busca por validação, pode intensificar quadros de sofrimento emocional. Por outro lado, quando utilizadas de forma equilibrada, as mídias sociais também podem funcionar como espaço de apoio e troca, evidenciando seu papel ambivalente na saúde mental dos adolescentes<sup>2,4,8</sup>.

### Fatores Sociais

O sexo constitui um importante determinante social na relação entre uso de redes sociais, exposição a conteúdos digitais e repercussões psicossociais em crianças, adolescentes e adultos jovens<sup>6,7,10</sup>. Observou-se predominância de participantes do sexo feminino em especialmente naqueles que abordaram sofrimento emocional, autoimagem e exposição a conteúdos depressivos, sugerindo maior vulnerabilidade das mulheres a impactos psicológicos relacionados ao ambiente virtual<sup>1,5,6,7,10,12</sup>.

No estudo longitudinal de Silva et al. (2023), por exemplo, mulheres representaram 73% da amostra, apresentando elevada prevalência de sintomas depressivos, autolesão e ideação suicida, reforçando que o sexo feminino pode estar mais associado à internalização do sofrimento psíquico mediado pelas interações sociais online<sup>6</sup>. De forma convergente, outros estudos apontaram que meninas e mulheres jovens tendem a apresentar maior sensibilidade à comparação social, insatisfação corporal e sofrimento emocional diante de padrões estéticos e sociais disseminados nas plataformas digitais<sup>7,10</sup>

Em contraposição, embora o sexo masculino também esteja exposto aos efeitos negativos das redes sociais, alguns estudos sugerem manifestações distintas, frequentemente mais relacionadas a comportamentos externalizantes ou menor procura por suporte emocional<sup>15</sup>. Essa diferença pode estar associada a construções socioculturais de gênero, que influenciam tanto a forma de consumo das mídias quanto a expressão do sofrimento<sup>10</sup>. Além disso, a presença expressiva de minorias sexuais em parte das amostras amplia a compreensão de que fatores relacionados à identidade de gênero e orientação sexual podem

potencializar vulnerabilidades psicossociais, especialmente quando associados à exclusão, à comparação social e à busca por pertencimento digital. Dessa forma, o sexo, articulado a marcadores sociais mais amplos, interfere significativamente na experiência psicossocial relacionada ao uso de telas e redes sociais.

No que tange à ressignificação social, observa-se que as mídias sociais desempenham papel fundamental na forma como os adolescentes interpretam e constroem suas relações interpessoais. Os estudos evidenciam que o ambiente digital pode tanto favorecer o sentimento de pertencimento quanto intensificar a percepção de isolamento, dependendo da qualidade das interações estabelecidas<sup>1,6,9,13,14</sup>.

Nesse contexto, que adolescentes com maior sofrimento psíquico tendem a perceber as interações online como menos significativas, o que se associa à ideação suicida e a impactos negativos nos relacionamentos (6). Além disso, a exposição frequente a conteúdos relacionados à depressão pode influenciar a forma como esses indivíduos interpretam suas próprias emoções e reagem ao sofrimento alheio, reforçando padrões de vulnerabilidade emocional. Dessa forma, a ressignificação social no ambiente digital depende tanto do contexto quanto da forma como o adolescente atribui significado às suas experiências online<sup>1,6,9,13,14</sup>.

Em relação ao relacionamento sexual, observa-se que as mídias sociais também influenciam a construção da sexualidade na adolescência, especialmente por meio da exposição a conteúdos que moldam expectativas, comportamentos e padrões de intimidade. Os estudos analisados indicam que inseguranças relacionadas à autoimagem e à autoestima podem interferir na vivência da sexualidade, impactando o desejo, a satisfação e o envolvimento afetivo<sup>5,11</sup>. Além disso, o contato precoce com conteúdos sexualizados pode influenciar percepções distorcidas sobre relações afetivas e sexuais, contribuindo para comportamentos de risco ou dificuldades no estabelecimento de vínculos saudáveis. Assim, a sexualidade dos adolescentes passa a ser influenciada não apenas por experiências reais, mas também pelas representações construídas no ambiente digital<sup>5,11</sup>.

## CONCLUSÃO

A revisão integrativa realizada permitiu responder como as mídias sociais podem moldar o comportamento dos adolescentes, evidenciando que essas plataformas exercem influência significativa sobre fatores psicológicos e sociais. Os estudos analisados demonstraram que a

exposição constante a padrões estéticos irreais e à busca por validação digital impacta diretamente a autoimagem e autoestima, intensificando sentimentos de inadequação, insatisfação corporal e vulnerabilidade emocional. Além disso, verificou-se associação entre uso excessivo das redes sociais e sintomas de ansiedade, depressão, ideação suicida e comportamentos autolesivos, confirmando o papel ambivalente das mídias sociais na saúde mental dos adolescentes.

No âmbito social, observou-se que o sexo, a ressignificação social e o relacionamento sexual modulam os efeitos do uso das mídias sociais. Adolescentes do sexo feminino apresentaram maior sensibilidade à comparação social e internalização de padrões estéticos, enquanto meninos demonstraram maior internalização de ideais de muscularidade. Crianças e adolescentes mais jovens mostraram maior suscetibilidade a alterações emocionais e comportamentais, reforçando a necessidade de estratégias preventivas nessa faixa etária.

Dessa forma, conclui-se que as mídias sociais moldam o comportamento dos adolescentes de maneira multifatorial, interligando aspectos psicológicos e sociais que influenciam a construção da identidade, a vivência da sexualidade e a saúde mental. Os resultados apontam para a necessidade de intervenções educativas e preventivas, voltadas à promoção de um uso consciente e equilibrado das redes sociais, capazes de reduzir vulnerabilidades e potencializar experiências positivas no ambiente digital.

## REFERÊNCIAS

<sup>1</sup>SMOUT, S. *et al.* Scrolling, chatting, and posting: longitudinal changes in distinct social media behaviors and their relationship with psychological distress and mental wellbeing in adolescents. **Journal of Adolescence, London**, v. 101, e70055, 2025. DOI: <https://doi.org/10.1002/jad.70055>. Acesso em: 13 maio 2026.

<sup>2</sup>VAN DER WAL, A.; BEYENS, I.; JANSSEN, L. H. C.; VALKENBURG, P. M. Diverse platforms, diverse effects: evidence from a 100-day study on social media and adolescent mental health. **Current Psychology, Cham**, v. 45, n. 1, art. 36, 2026.

<sup>3</sup>VIEIRA, Y. *et al.* Uso excessivo de redes sociais por estudantes de ensino médio do sul do Brasil. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 40, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1984-0462/2022/40/2020420>. Acesso em: 13 maio 2026.

<sup>4</sup>ELKIN, N. *et al.* Mediating factors in the relationship between smartphone addiction and sleep quality: depression, stress, and anxiety. **Revista da Associação Médica Brasileira**, São Paulo, v. 71, n. 7, e20242069, 2025. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1806-9282.20242069>. Acesso em: 13 maio 2026.

- <sup>5</sup>LUCCHETTI, S. *et al.* How are different levels of social media engagement associated with mental distress and quality of life in young people living in deprived urban areas? A cross-sectional study in Bogotá, Buenos Aires and Lima. **BMJ Open**, London, v. 15, n. 9, e102466, 2025. PMID: 40967657. Acesso em: 13 maio 2026.
- <sup>6</sup>NAGATA, J. M. *et al.* Social media use and depressive symptoms during early adolescence. **JAMA Network Open**, Chicago, v. 5, n. 12, e2246124, 2022. Acesso em: 13 maio 2026
- <sup>7</sup>HASTUTII, P. *et al.* The correlation between social media use, peer influence, and sexual behaviour among adolescents. **Journal of Pakistan Medical Association**, Karachi, v. 73, n. 2, p. 367-371, 2023. Acesso em: 13 maio 2026.
- <sup>8</sup>VUONG, A. T. *et al.* Social media use and body dissatisfaction in adolescents: the moderating role of thin- and muscular-ideal internalisation. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, Basel, v. 18, n. 24, p. 13222, 2021. Acesso em: 13 maio 2026.
- <sup>9</sup>LITT, D. M. *et al.* Experimental test of abstaining-and-drinking social media content on adolescent and young adult social norms and alcohol use. **Journal of Studies on Alcohol and Drugs**, New Brunswick, v. 84, n. 5, p. 706-715, 2023. Acesso em: 13 maio 2026.
- <sup>10</sup>BRAGG, M. *et al.* How food marketing on Instagram shapes adolescents' food preferences: online randomized trial. **Journal of Medical Internet Research**, Toronto, v. 23, n. 10, e28689, 2021. Acesso em: 13 maio 2026.
- <sup>11</sup>GORDON, C. S. *et al.* Outcomes of a cluster randomized controlled trial of the SoMe social media literacy program for improving body image-related outcomes in adolescent boys and girls. **Nutrients**, Basel, v. 13, n. 11, p. 4016, 2021. Acesso em: 13 maio 2026.
- <sup>12</sup>GYANE, C. O.; GMAYINAAN, V. U.; OSEI, E. Association between social media use and adolescents' sexual behaviours: a cross-sectional study among high school students in Drobo, Ghana. **BMC Public Health**, London, v. 25, n. 1, p. 537, 2025. Disponível em: <https://doi.org/10.1186/s12889-025-21585-y>. Acesso em: 13 maio 2026.
- <sup>13</sup>FALCÃO, C. S. V. *et al.* Fatphobia among adolescents: how future health professionals perceive weight-related violence and the influence of social media. **BMC Medical Education**, London, v. 26, n. 1, p. 379, 2026. Disponível em: <https://doi.org/10.1186/s12909-026-08747-1>. Acesso em: 13 maio 2026.
- <sup>14</sup>SCHMIDT-PERSSON, J. *et al.* Screen media use and mental health of children and adolescents: a secondary analysis of a randomized clinical trial. **JAMA Network Open**, Chicago, v. 7, n. 3, e240672, 2024. Acesso em: 13 maio 2026
- <sup>15</sup>Teixeira C *et al.* Bem-estar Psicológico e Utilização Problemática da Internet em Adolescentes / Psychological Well-Being and Problematic Use of the Internet in Adolescents. **Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental** acesso em 13 mai 2026]
- <sup>16</sup>Szlyk HS *et al.* How do teens with a history of suicidal behavior and self-harm interact with social media **Journal of Adolescence** [Internet] 2023 jun [acesso em 13 mai 2026