

Proposta para MR – Mesas Redondas

1. Proposta de Trabalho

Título: Prevalência de dependência de dispositivos digitais em universitários brasileiros

Objetivo do Trabalho: Investigar a prevalência da dependência de dispositivos digitais entre estudantes universitários no Brasil e suas implicações para o bem-estar e saúde mental.

Desenvolvimento

A população utiliza amplamente dispositivos digitais (como computadores, *smartphones*, videogames, tablets e *smart TVs*) pois eles fornecem acessibilidade, conveniência, entretenimento e portabilidade, permitindo o acesso a informações, vídeos, jogos e comunicação (Villanti et al., 2017). No entanto, o uso excessivo e prejudicial desses recursos pode resultar em uma grave consequência: a dependência de dispositivos digitais.

A dependência de dispositivos digitais é um fenômeno que consiste no uso excessivo e nocivo de dispositivos e aplicações digitais, tais como: (1) relacionamentos on-line, (2) sexo e pornografia virtual, (3) jogos offline, (4) pesquisa e navegação na web e (5) jogos, apostas e compras on-line ou *daytrading* (Rahayu et al., 2020). Este tipo de dependência está relacionado a impactos negativos no bem-estar psicológico (Radesky, 2018; Samaha & Hawi, 2016; Peper & Harvey, 2018), saúde física (Popoola & Atiri, 2021), relações sociais (Tran et al., 2017), qualidade do sono (Alimoradi et al., 2019; Alrobai et al., 2016a) e desempenho profissional (Abu Hassan et al., 2021).

Nas duas últimas décadas houve um aumento do reconhecimento científico da dependência digital. Alguns pesquisadores declararam que um de seus subtipos, a dependência de internet, é uma “epidemia do século XXI” (Christakis, 2010) e uma “pandemia na nova era” (Ho et al., 2014). A crescente prevalência do uso desses dispositivos em todo o mundo tem atraído a atenção de pesquisadores de diversos países, transformando a dependência de dispositivos digitais em uma preocupação emergente de saúde pública (World Health Organization [WHO], 2019) e em um domínio emergente da ciberpsicologia (Singh & Singh, 2019).

Estudantes universitários podem ser especialmente vulneráveis à dependência digitais por fatores como acesso mais fácil e rápido aos dispositivos, horários mais flexíveis, maior necessidade de socialização e mudança para longe de familiares (Griffiths, 1995). No entanto, não há dados sobre esta prevalência da DD de estudantes universitários no contexto brasileiro.

Este estudo transversal avaliou 1098 universitários brasileiros, com idades entre 18 e 81 anos, utilizando a *Digital Addiction Scale* (DAS) para medir o grau de dependência digital. Os participantes foram classificados em quatro níveis de dependência: muito baixo, baixo, médio e alto. Os resultados indicaram uma significativa

prevalência de dependência digital entre universitários brasileiros, sugerindo um potencial impacto negativo no bem-estar psicológico, físico, social, acadêmico e profissional. A pesquisa ressalta a importância do cuidado com a saúde mental dos estudantes e aponta para a necessidade urgente de mais pesquisas sobre o tema e de estratégias preventivas, educativas e interventivas.

Bibliografia:

ABU HASSAN, Lailatul Faizah et al. Digital Addiction and the Academic Performance Among Universities' Students. **Advances in business research international journal**, [S.l.], v. 7, n. 1, p. 189-195, may 2021. ISSN 2462-1838. Disponível em: <<https://myjms.mohe.gov.my/index.php/ABRIJ/article/view/11748>>. doi: <https://doi.org/10.24191/abrij.v7i1.11748>.

ALIMORADI, Zainab et al. Internet addiction and sleep problems: A systematic review and meta-analysis. **Sleep medicine reviews**, v. 47, p. 51-61, 2019.

ALROBAI, Amen et al. Exploring the risk factors of interactive e-health interventions for digital addiction. In: **Substance Abuse and Addiction: Breakthroughs in Research and Practice**. IGI Global, 2019. p. 375-390.

CHRISTAKIS, D. A. (2019). The Challenges of Defining and Studying “Digital addiction” in Children. **JAMA**, 321(23), 2277. <https://doi.org/10.1001/jama.2019.4690> CID-11.

DE AZEVEDO, T. G. Adaptação transcultural da digital addiction scale (DAS) para o contexto brasileiro. 2023. 44p. (Dissertação de mestrado). Universidade Federal de São João del-Rei. **Programa de Pós-Graduação em Psicologia**, São João del-Rei, 2023. Disponível em: <https://ufsj.edu.br/portal2-repositorio/File/ppgpsi/DISSERTACAO%20TIAGO%20FINAL.pdf>

GRIFFITHS, M. (1995). **Technological addictions**. **Clinical Psychology Forum**. 76. 14-19.

GRIFFITHS, M. (1999). Internet addiction: Fact or fiction?. **The Psychologist**, 12(5), 246–250.

HO, Roger C. et al. The association between internet addiction and psychiatric comorbidity: a meta-analysis. **BMC psychiatry**, v. 14, p. 1-10, 2014.

MENG, Shi-Qiu et al. Global prevalence of digital addiction in general population: A systematic review and meta-analysis. **Clinical psychology review**, v. 92, p. 102128, 2022.

PEPER, Erik; HARVEY, Richard. Digital addiction: Increased loneliness, anxiety, and depression. **NeuroRegulation**, v. 5, n. 1, p. 3-3, 2018.

POPOOLA, O. A.; ATIRI, S. O. (2021). Smartphone addiction and employee productivity: The role of self-control. **Journal of Professional Counselling and Psychotherapy Research**, 3(2). Retrieved from <https://journals.aphriapub.com/index.php/JPCPR/article/view/1213>

RADESKY, J. (2018). Digital Media and Symptoms of Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder in Adolescents. **JAMA**, 320(3), 237. <https://doi.org/10.1001/jama.2018.8932>

SAMAHA, Maya; HAWI, Nazir S. Relationships among smartphone addiction, stress, academic performance, and satisfaction with life. **Computers in human behavior**, v. 57, p. 321-325, 2016.

SINGH, Amarjit Kumar; SINGH, Pawan Kumar. Recent trends, current research in cyberpsychology: a literature review. **Library Philosophy and Practice**, p. NA-NA, 2019.

TRAN, Bach Xuan et al. A study on the influence of internet addiction and online interpersonal influences on health-related quality of life in young Vietnamese. **BMC public health**, v. 17, p. 1-8, 2017.

VILLANTI, Andrea C. et al. Social media use and access to digital technology in US young adults in 2016. **Journal of medical Internet research**, v. 19, n. 6, p. e196, 2017.

World Health Organization (2019). **Public health implications of excessive use of the Internet and other communication and gaming platforms**. Recuperado de: <https://www.who.int/news/item/13-09-2018-public-health-implications-of-excessive-use-of-the-internet-and-other-communication-and-gaming-platforms>.

Recursos didáticos e/ou recursos tecnológicos a serem utilizados: computador e software de apresentação de slides.

Indicação do nível técnico do público: todos (estudante, profissional iniciante, profissional experiente).

2. Resumo

Prevalência de dependência de dispositivos digitais em universitários brasileiros

A crescente integração de dispositivos digitais como computadores, smartphones, consoles de videogames e outros aparelhos no dia a dia oferece vantagens como acesso fácil à informação, conexão social, entretenimento e mobilidade. Contudo, o uso excessivo desses dispositivos pode levar à dependência comportamental, prejudicando o bem-estar psicológico, físico, social, acadêmico e profissional. Vários estudos têm associado a dependência de dispositivos digitais (DD) a diversos problemas, incluindo depressão, ansiedade, solidão, ansiedade social, narcisismo, baixa autoestima, baixo desempenho acadêmico, estresse, insônia e irritabilidade. Além disso, a DD tem sido relacionada à impulsividade, déficit de atenção e transtorno obsessivo-compulsivo, problemas com autocuidado, realização de atividades diárias e relações sociais, bem como problemas físicos como enxaquecas, dores e visão turva. A crescente prevalência do uso desses dispositivos em todo o mundo tem atraído a atenção de pesquisadores de diversos países, transformando a dependência de dispositivos digitais em uma preocupação emergente de saúde pública. A dependência de dispositivos digitais incorpora características comuns a outras dependências, como saliência, alteração de humor, tolerância, sintomas de abstinência, conflitos e recaídas. As taxas de dependência de dispositivos digitais podem variar dependendo de como o conceito é definido, medido e do contexto cultural em que se insere. No Brasil, há estudos de prevalência de subcategorias da dependência digital, como dependência de internet e dependência de smartphones. No entanto, ainda não haviam sido realizados estudos sobre a prevalência da dependência de dispositivos digitais de forma geral. Portanto, este trabalho buscou avaliar o nível de dependência de dispositivos digitais entre estudantes universitários brasileiros. Realizou-se um estudo transversal, com coleta de dados entre outubro de 2022 a maio de 2023, envolvendo 1098 pessoas com idades entre 18 e 81 anos (média de idade = 27,2; desvio padrão = 10,3). A maioria dos participantes era branca (52%), solteira (73,7%), com renda familiar mensal entre um e dois salários mínimos (41,8%), cursando graduação (95,4%), aluno de instituições privadas (64,5%) e localizados na região Sudeste (40,3%). Foi aplicado um questionário sociodemográfico junto à *Digital Addiction Scale* (DAS) (em processo de publicação). A DAS contém 16 itens e a pontuação total varia de 16 a 80 pontos, onde pontuações mais elevadas indicam maior grau de dependência. Os participantes foram divididos em estratos iguais considerando a amplitude possível dos valores de respostas e categorizados em quatro níveis de dependência: muito baixo (16%), baixo (39.3%), médio (35.5%) e alto (9.2%). Este estudo pioneiro no Brasil revelou uma preocupante prevalência de dependência de dispositivos digitais entre os universitários. Estes resultados somam-se a um corpo de evidências que sugere que os efeitos sociais e psicológicos das constantes mudanças tecnológicas constituem um desafio para a psicologia enquanto ciência e profissão. A DD é um fenômeno complexo, um tema cada vez mais de âmbito geral, e vem afetando a saúde mental e o bem-estar dos brasileiros, não apenas dos universitários. É necessário, além do esforço conjunto de universidades, ações do governo e da sociedade civil para prevenir e tratar esta dependência.

Abstract

Prevalence of addiction to digital devices in Brazilian university students

The growing integration of digital devices such as computers, smartphones, video game consoles and other gadgets into everyday life offers advantages such as easy access to information, social connection, entertainment and mobility. However, excessive use of these devices can lead to behavioural dependency, damaging psychological, physical, social, academic and professional well-being. Several studies have linked addiction to digital devices (DD) to various problems, including depression, anxiety, loneliness, social anxiety, narcissism, low self-esteem, poor academic performance, stress, insomnia and irritability. In addition, DD has been linked to impulsivity, attention deficit and obsessive-compulsive disorder, problems with self-care, carrying out daily activities and social relationships, as well as physical problems such as migraines, pain and blurred vision. The growing prevalence of the use of these devices around the world has attracted the attention of researchers from various countries, turning digital device addiction into an emerging public health concern. Addiction to digital devices incorporates characteristics common to other addictions, such as salience, mood swings, tolerance, withdrawal symptoms, conflicts and relapses. Rates of addiction to digital devices can vary depending on how the concept is defined, measured and the cultural context in which it is inserted. In Brazil, there have been prevalence studies of subcategories of digital addiction, such as internet addiction and smartphone addiction. However, there have been no studies on the prevalence of addiction to digital devices in general. Therefore, this study sought to assess the level of addiction to digital devices among Brazilian university students. A cross-sectional study was carried out, with data collected between October 2022 and May 2023, involving 1098 people aged between 18 and 81 (mean age = 27.2; standard deviation = 10.3). The majority of participants were white (52%), single (73.7%), with a monthly family income of between one and two minimum wages (41.8%), studying for a degree (95.4%), students at private institutions (64.5%) and located in the Southeast region (40.3%). A sociodemographic questionnaire was applied along with the Digital Addiction Scale (DAS) (in the process of being published). The DAS contains 16 items and the total score ranges from 16 to 80 points, where higher scores indicate a greater degree of dependence. Participants were divided into equal strata considering the possible range of response values and categorised into four levels of dependence: very low (16%), low (39.3%), medium (35.5%) and high (9.2%). This pioneering study in Brazil revealed a worrying prevalence of addiction to digital devices among university students. These results add to a body of evidence suggesting that the social and psychological effects of constant technological change constitute a challenge for psychology as a science and profession. DD is a complex phenomenon, an increasingly widespread issue, and it is affecting the mental health and well-being of Brazilians, not just university students. In addition to the joint efforts of universities, government and civil society action is needed to prevent and treat this addiction.

3. Resumos das biografias dos autores

Tiago Geraldo de Azevedo: mestre e graduado em psicologia (UFSJ). Membro do Laboratório de Pesquisa, Ensino e Extensão da Cognição, Cotidiano e Desenvolvimento (CODE.Lapex). Pesquisa dependência digital e fatores associados. No mestrado, realizou a adaptação transcultural de uma escala de dependência digital (Digital Addiction Scale [DAS]) para o contexto brasileiro.

Carollina Souza Guilhermino: Professora do Departamento de Psicologia e Doutoranda em Psicologia: Cognição e Comportamento da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG). Membro do Laboratório de Pesquisa, Ensino e Extensão da Cognição, Cotidiano e Desenvolvimento (CODE.Lapex). Pesquisadora nas áreas de ciberpsicologia, violência por parceiro íntimo, personalidade e tétrede sombria.

Juliana Gabriela Vieira Passos: mestranda e graduada em Psicologia pela Universidade Federal de São João Del-Rei (UFSJ), membro do Laboratório de Pesquisa, Ensino e Extensão da Cognição, Cotidiano e Desenvolvimento (CODE.Lapex) e membro do grupo de pesquisa Núcleo de Estudos em Educação, Trabalho e Saúde (NEETS).

Maria Eduarda de Souza Martins: graduanda em Psicologia pela Universidade Federal de São João Del-Rei (UFSJ), membro do Laboratório de Pesquisa, Ensino e Extensão da Cognição, Cotidiano e Desenvolvimento (CODE.Lapex).

Paulo Gregório Nascimento da Silva: Psicólogo (UFPI); Mestre em Psicologia pela Universidade Federal do Vale do São Francisco (UNIVASF) e Doutor em Psicologia Social pela Universidade Federal da Paraíba (UFPB). Atualmente faz estágio pós-doutoral pelo Programa de Pós-Graduação Psicologia da Universidade Federal de São João del-Rei (UFSJ). É Membro do Laboratório de Pesquisa, Ensino e Extensão da Cognição, Cotidiano e Desenvolvimento (CODE.Lapex). Tem interesse por pesquisas na área da Psicologia Social (valores humanos), construtos de contexto acadêmico e da internet, além de experiência na construção e adaptação de medidas psicológicas.

Marco Antônio Silva Alvarenga: Doutor (2012) e Mestre (2006) em Psicologia, Desenvolvimento Humano, linha de pesquisa em Diferenças Individuais (UFMG). Pós-doutor pela Universidade de Évora (Portugal), área Aconselhamento de Carreira. Professor Adjunto e Permanente do curso de Psicologia da Universidade Federal de São João del-Rei (UFSJ) e do Programa de Pós-Graduação Psicologia.

4. Palavras-chave: dependência comportamental; dependência tecnológica; dependência digital; estudantes universitários.

5. Financiamento: não se aplica.