

UNIVERSIDADE FEDERAL DO PIAUÍ
CAMPUS SENADOR HELVÍDIO NUNES DE BARROS
CURSO DE BACHARELADO EM ENFERMAGEM

KAIQUE WARLEY NASCIMENTO ARRAIS

**ADICÇÃO POR INTERNET E REDES SOCIAIS E SUA CORRELAÇÃO COM
SINAIS DE ANSIEDADE EM ACADÊMICOS DE ENFERMAGEM**

PICOS – PIAUÍ
2019

KAIQUE WARLEY NASCIMENTO ARRAIS

**ADICÇÃO POR INTERNET E REDES SOCIAIS E SUA CORRELAÇÃO COM
SINAIS DE ANSIEDADE EM ACADÊMICOS DE ENFERMAGEM**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Bacharelado em Enfermagem, da Universidade Federal do Piauí, como requisito parcial para obtenção do grau de Bacharel em Enfermagem.

Orientadora: Profa. Dra. Andressa Suelly Saturnino de Oliveira

FICHA CATALOGRÁFICA
Serviço de Processamento Técnico da Universidade Federal do Piauí
Biblioteca José Albano de Macêdo

A773u Arrais, Kaique Warley Nascimento.

 Uso abusivo da internet e redes sociais e sua correlação com sinais de ansiedade em acadêmicos de enfermagem. / Kaique Warley Nascimento Arrais. -- Picos,PI, 2019.

 50 f.

 CD-ROM: 4 ¾ pol.

 Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Enfermagem) – Universidade Federal do Piauí, Picos, 2019.

 “Orientador(A): Profa. Dra. Andressa Suelly Saturnino de Oliveira.”

 1. Ansiedade. 2. Internet - Dependência (Saúde). 3. Acadêmicos - Enfermagem. I. Título.

CDD 616.852 23

Elaborada por Rafael Gomes de Sousa CRB 3/1163

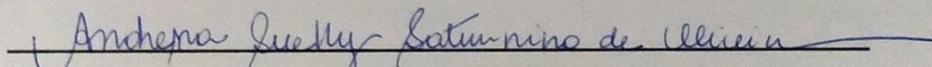
KAIQUE WARLEY NASCIMENTO ARRAIS

**ADICÇÃO POR INTERNET E REDES SOCIAIS E SUA CORRELAÇÃO COM
SINAIS DE ANSIEDADE EM ACADÊMICOS DE ENFERMAGEM**

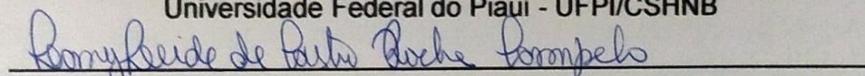
Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Curso de Bacharelado em
Enfermagem, da Universidade Federal do
Piauí, como requisito parcial para obtenção
do grau de Bacharel em Enfermagem.

Data da aprovação: 19 / 06 / 2019

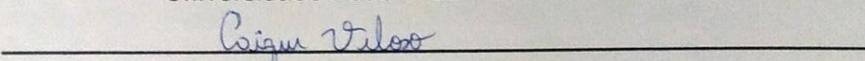
BANCA EXAMINADORA


Profa. Dra. Andressa Suely Saturnino de Oliveira (Orientadora)

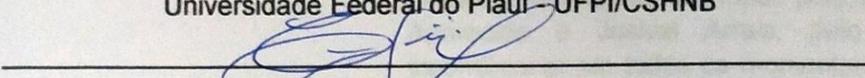
Universidade Federal do Piauí - UFPI/CSHNB


Profa. Dra. Lany Leide de Castro Rocha Campelo (1º Membro Efetivo)

Universidade Federal do Piauí - UFPI/CSHNB


Prof. Me. Caique Veloso (2º Membro Efetivo)

Universidade Federal do Piauí - UFPI/CSHNB


Prof. Me. Eugenio Barbosa de Melo Junior (Membro Suplente)

Universidade Federal do Piauí - UFPI/CSHNB

Dedico este trabalho aos meus pais, Antonia Aparecida e Josival Arrais, pelo apoio incondicional em todos os momentos. E em especial a aqueles, que como eu, enfrentam todos os dias uma batalha interna decorrente desse problema conhecido como ansiedade.

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus, por ter proporcionado este momento ímpar e sobretudo por ter colocado tantas pessoas especiais em minha vida. Por proteger, guiar e iluminar todos os meus passos até aqui.

Aos meus pais, Antonia Aparecida e Josival Arrais, e a minha irmã Kariely Maria por serem a minha base. Por todo o incentivo e por me ensinarem desde ainda criança a lutar pelos meus ideais.

Aos meus familiares pelo apoio durante o curso. Em especial, aos meus avós; Pedro, Isaias (*in memoriam*) e Teresa (*in memoriam*), pelos valores repassados. As minhas tias: Luciana, Luciene, Maria Luzia e Maria de Fátima, por todo cuidado e preocupação. As minhas primas: Antonia, Vanessa, Mônica e Sandy por todo carinho.

Aos meus amigos Larisse, Enio, Ramila, Ablail, Laís e Jéssica por estarem ao meu lado em todos os momentos, sejam bons ou ruins, e por tornarem os meus dias mais felizes.

Ao meu quarteto: Giovanna, Nara e Patrícia, por partilharem os melhores momentos e risadas, por ouvir os meus desabafos e lamentações e por tornarem os meus dias mais leves.

As pessoas especiais que o curso de enfermagem colocou em minha vida, em especial, a Mônica, Erislândia, Wideclênia, Ana Caroline, Caroline Rodrigues, Hilana, Ivan, Jeanderson, Leiliane, Luana, Lucas, Wiliam, Katiane e Maria de Jesus.

Ao grupo de pesquisa em saúde da criança, no nome das professoras Luiza Helena e Edna, pela oportunidade e por todo o carinho.

Aos professores que com todos os seus ensinamentos contribuíram para que me tornasse a pessoa que sou hoje. Em especial a minha orientadora Dra. Andressa Oliveira, pela disponibilidade, paciência e dedicação, que muito acrescentou para o fechamento deste trabalho.

Meu sincero agradecimento, amo muito cada um de vocês.

RESUMO

No contexto do objeto desse estudo, vem surgindo estudos preocupados com as dimensões da ansiedade na era digital, com o intuito de evidenciar a correlação com a problemática e a internet, nas figuras principais das redes sociais. O objetivo desse trabalho foi identificar a dependência de internet e sua correlação com a ansiedade em acadêmicos de enfermagem em uma instituição de ensino superior pública. Trata-se de pesquisa analítica, transversal, de natureza quantitativa, utilizando-se questionários de informações sociodemográficas, Teste de Dependência de Internet de Young e Inventário de Ansiedade de Beck. A amostra foi composta por 63 discentes, cursando o primeiro e último semestre do curso de bacharelado em Enfermagem em uma cidade do Piauí. As análises foram realizadas através dos testes U de Mann-Whitney e Coeficiente de correlação linear de Pearson. O estudo cumpriu os princípios éticos de pesquisas com seres humanos. Foi identificada dependência de internet leve e ansiedade mínima do uso de internet entre os discentes, porém, quando estratificou-se a dependência por semestre, verificou-se que não houve diferença significativa entre o primeiro e último período. Na análise do grau de ansiedade, o primeiro semestre apresentava ansiedade moderada e o último semestre ansiedade leve. Concluiu-se que à medida que a dependência de internet aumentou, na amostra geral e entre os discentes do último período do curso, a ansiedade foi maior e significativa. Estudos explicam que a vida universitária nos cursos da área da saúde é exaustiva relacionado às obrigações ao longo dos anos na universidade, as atividades e provas, elevação da pressão psicológica, tensão, cansaço mental e expectativa com o mercado de trabalho. Ao entrar na vida acadêmica, os acadêmicos são submetidos a um aumento na carga de stress, devido a inúmeras horas de estudo, cobranças pessoais, de professores e familiares. Esse estudo tem por fim contribuir com a cientificidade moderna e dispor sobre um assunto ainda escasso no ramo da enfermagem. Assim, tal pesquisa é fundamental para ratificar essa problemática e, como forma de retorno social, ajudar na compreensão e no combate dessa adversidade.

Palavras chave: Dependência de internet. Ansiedade. Estudantes. Enfermagem.

ABSTRACT

In the context of the object of this study, there are emerging studies concerned with the dimensions of anxiety in the digital age, in order to highlight the correlation with the problematic and the internet, in the main figures of social networks. The objective of this study was to identify internet dependence and its correlation with anxiety in nursing academics in a public higher education institution. This is an analytical, cross-sectional, quantitative research, using sociodemographic information questionnaires, Young's Internet Dependency Test and Beck's Anxiety Inventory. The sample consisted of 63 students, attending the first and last semester of the baccalaureate course in Nursing in a city of Piauí. Analyzes were performed using the Mann-Whitney U tests and Pearson's linear correlation coefficient. The study complied with the ethical principles of human research. It was identified light internet dependence and minimal anxiety of internet use among students, but when the dependency was stratified by semester, it was verified that there was no significant difference between the first and last period. In the analysis of the degree of anxiety, the first semester presented moderate anxiety and the last semester mild anxiety. It was concluded that as internet addiction increased, in the general sample and among the students of the last period of the course, the anxiety was bigger and significant. Studies explain that university life in health care courses is exhaustive related to obligations over the years at university, activities and tests, elevation of psychological pressure, tension, mental fatigue and expectation with the job market. By entering academic life, academics are subjected to an increased stress load due to countless hours of study, personal collections, teachers and family members. This study aims to contribute to the modern scientificity and dispose of an issue still scarce in the nursing field. Thus, such research is fundamental to ratify this problem and, as a way of social return, to help in understanding and combating this adversity.

Keywords: Internet dependence. Anxiety. Students. Nursing.

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

TABELAS

- Tabela 1** Características sociodemográficas e de uso da internet de acadêmicos de enfermagem. Picos, Piauí, Brasil, 2019. (n = 63). **27**
- Tabela 2** Avaliação do número de horas dos acadêmicos de enfermagem dedicadas à internet. Picos, Piauí, Brasil, 2019. (n = 63). **32**
- Tabela 3** Classificação do nível de dependência de internet dos acadêmicos de enfermagem. Picos, Piauí, Brasil, 2019. (n = 63). **35**
- Tabela 4** Classificação do nível de ansiedade dos acadêmicos de enfermagem, com base no Inventário de Ansiedade de Beck. Picos, Piauí, Brasil, 2019. **36**
- Tabela 5** Comparação do grau de dependência de internet e grau de ansiedade entre acadêmicos do primeiro e nono semestre de enfermagem. Picos, Piauí, Brasil, 2019. (n = 63). **36**
- Tabela 6** Relação entre dependência de internet e grau de ansiedade, de acordo com o período letivo em que os acadêmicos de enfermagem estão matriculados. Picos, Piauí, Brasil, 2019. (n=63). **37**

GRÁFICOS

- Gráfico 1** Distribuição dos percentuais de uso do celular entre os acadêmicos de enfermagem para verificar alguma notícia ou conversar na internet. Picos, Piauí, Brasil, 2019. (n = 63) **30**
- Gráfico 2** Distribuição percentual das principais atividades utilizadas em meio virtual pelos acadêmicos de enfermagem. Picos, Piauí, Brasil, 2019. (n = 63) **34**

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	11
2 OBJETIVOS	14
2.1 GERAL.....	14
2.2 ESPECÍFICOS.....	14
3 REVISÃO BIBLIOGRÁFICA	15
3.1 Ansiedade.....	15
3.2 Uso abusivo da internet	16
3.3 Relação internet X Uso da internet e suas implicações nos alunos da enfermagem	18
4 MÉTODO	20
4.1 Tipo de estudo	21
4.2 Local e período do estudo	21
4.3 População e amostra	21
4.4 Coleta de dados.....	22
4.5 Variáveis do estudo	23
4.5.1 Variáveis sociodemográficas	23
4.5.1.1 Variáveis de Informações gerais	23
4.5.1.2 Variáveis para avaliação do número de horas dedicadas a internet e redes sociais	24
4.5.1.3 Variáveis sobre atividades na internet.....	24
4.5.2 Variáveis de dependência da internet.....	25
4.5.3 Variáveis do nível de ansiedade	25
4.6 Análise dos dados.....	25
4.7 Aspectos éticos.....	26
5 RESULTADO E DISCUSSÃO	27
6 CONCLUSÃO	39
REFERÊNCIAS	40
APÊNDICES	46
ANEXOS	51
ANEXO A – Teste de dependência de internet.....	52

ANEXO B – Instrumento para avaliação da ansiedade	54
ANEXO C – APROVAÇÃO DO CEP	55

1 INTRODUÇÃO

Durante a história da humanidade, foram desenvolvidos alguns meios para viabilizar uma comunicação entre os agentes sociais. Desse modo, as pinturas rupestres foram uma das primeiras ferramentas de comunicação registradas (JUSTAMAND, 2019). Nesse sentido, com o advento da escrita, outros meios também foram implementados, destacando-se as cartas, contudo, essas tinham um empecilho de serem demoradas. Por sua vez, a internet surgiu como uma ferramenta de comunicação mais rápida.

A era tecnológica possibilitou grandes avanços que se tornaram aliados diários no cotidiano de grande parcela da sociedade. Anos após a sua criação, com a chegada das redes sociais, o mundo passou por uma transformação, na qual o contato social passou a ficar menos comum, abrindo espaço para o mundo virtual.

Como visto, a internet não é considerada o primeiro meio de comunicação, pois haviam outras formas capazes de entreter e proporcionar prazer às pessoas. Contudo, foi apenas com o advento da internet que foi permitida uma comunicabilidade mais intensa, acessível e disponível (GREENFIELD, 2011).

Em razão dessa maior acessibilidade, é comum os casos de uso excessivo dessa ferramenta. Não obstante, como a sociedade contemporânea é cada vez mais conectada, assim, as atividades comumente realizadas no meio físico, são cada vez mais feitas no âmbito cibernético. Além disso, seu uso excessivo se deve também aos aparelhos celulares, os quais, no contexto da sociedade do mundo contemporâneo, é extremamente necessário (LOPO, 2019).

Muitos são os sinônimos usados para descrever o uso descontrolado de internet na literatura, entre os quais pode-se destacar: dependência, adicção por internet, uso patológico, vício e uso problemático. Este transtorno é explicado como uma obsessão exagerada com o uso da internet, consumo de tempo demasiado na internet, inaptidão para manusear esse tempo, considerando, ainda, o mundo com ausência de internet sem relevância, nervosismo no caso de ser incomodado quando está navegando e fragilidade nos relacionamentos sociais devido esse uso desordenado (MOROMIZATO, 2017).

Verificar o aparelho móvel inúmeras vezes ao dia, passar horas consecutivas nas redes sociais, não ter calma para passar mais de dez minutos lendo um artigo totalmente textual – todas essas condutas, quando se tornam costume, são por

capacidade de moldagem do cérebro, que passa a refletir diversos padrões de comportamentos coletivos. As proporções espantosas desse problema, conhecido como ansiedade, sobre uma grande parcela da população mundial, é um indício súbito dessas circunstâncias atuais (DENTI, 2016).

Parte do processo evolutivo, a ansiedade tem função adaptativa associando-se com a preparação, de forma a auxiliar os seres, dando estímulos a traçarem estratégia de resposta a um possível perigo. No entanto, por vezes, tal sensação se torna a própria ameaça. Oliveira e Silva (2018), ao conceituar a ansiedade, destacam que momentos ansiosos estão associados à própria condição de desenvolvimento humano e, de modo geral, situações inesperadas podem gerar um grau de ansiedade. De forma que, dada à frequência com que se vivencia esse estado, muitas vezes, usa-se tal termo como sinônimo de medo e estresse, embora sejam conceitos diversos.

Baseada na literatura foi possível encontrar algumas pesquisas onde é notável a correlação existente entre a dependência de internet com os transtornos mentais. Então, pensou-se em desenvolver um estudo em que esse aspecto fosse investigado em acadêmicos de Enfermagem, por se tratarem de pessoas que estão em processo de formação para o cuidado com o outro, mas que, em algumas circunstâncias podem adquirir hábitos que não são compatíveis com o cuidado de si. Para tanto formulou-se a seguinte pergunta-norteadora: a dependência de internet e redes sociais está relacionada com a ansiedade em acadêmicos de Enfermagem?

As estatísticas apontam que a utilização exagerada de internet difere de acordo com costumes e comunidades. Essa discrepância é esclarecida pelo fato dos investigadores usarem instrumentos diversos para determinar a dependência de internet, além de escolherem recursos variados, alguns utilizando informações de levantamento virtual em públicos característicos, o que dificulta a concordância entre os estudos. Concluindo, portanto, que a prevalência da dependência de internet entre os adolescentes é menor, alternando de 4,6% a 4,7%. No momento que se fala de acadêmicos, as estatísticas mudam e a prevalência varia de 13% a 18,4% (PIROCCA, 2012).

Em razão do uso de internet e do acesso às redes sociais ter se mostrado, por vezes, excessivo, e a possível relação com a ansiedade, tornou-se necessário discutir e pesquisar sobre esses elementos no meio acadêmico. Uma vez que tais variáveis podem afetar o bem-estar e a saúde dos usuários. O presente estudo se

direciona a entender esses elementos e como eles podem interferir na realidade acadêmica dos estudantes do curso de Enfermagem.

2 OBJETIVOS

2.1 GERAL

- Identificar o grau de dependência de internet e de ansiedade em acadêmicos de Enfermagem.

2.2 ESPECÍFICOS

- Analisar o nível de ansiedade dos acadêmicos no início e no final do curso;
- Verificar o nível de dependência de internet desses estudantes.

3 REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

3.1 Ansiedade

A ansiedade é um problema mundial e geral, ou seja, atinge a todos os sexos, idades e classes sociais. Nesse ínterim, dentre outras definições, essa adversidade é um sentimento vago e desagradável do medo, causando um temor do desconhecido e do estranho (NANDA-1, 2018). Nisso, entre os acadêmicos de enfermagem ela ainda mais evidente, o que causa sérios problemas que, contudo, ainda são negligenciados.

No Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-IV) e na Classificação de Transtornos Mentais e de Comportamento (CID-10), a ansiedade é considerada um sentimento difuso, vago e desagradável de apreensão, que é gerado em antecipação a algum perigo ou acontecimento. É acompanhada frequentemente de sintomas autônomos, como cefaleias, sudorese, palpitações, sensação de aperto precordial, desconforto abdominal (WHO, 1997)

A definição de ansiedade não envolve um conceito único, principalmente no que refere ao contexto psicopatológico. Considera-se que todos são ansiosos em dado momento de sua existência, sem que isso seja necessariamente uma doença. Mais do que isso, a ansiedade tem papel essencial na preparação do indivíduo para que lide com circunstâncias potencialmente danosas, determinando mudanças nas suas ações.

Nesse processo, a ansiedade ainda é de difícil conceituação, bem como há a dificuldade de delimitar o comportamento normal e o patológico. Sabe-se que a ansiedade, no campo da normalidade, gera mudança comportamental no indivíduo, ao ponto de deixá-lo em estado de alerta. Ao passo que a ansiedade patológica pode levar a situações de congelamento comportamental, afetando o rendimento e a produtividade. Em resumo, a ansiedade pode direcionar a mudanças físicas e psíquicas, com projeção de futuro, por vezes, negativas (ALVES, 2014).

Todavia, não se pode banalizar o trato com este problema quando se converte em algo cotidiano. Até pouco tempo, a ansiedade era considerada o ápice de uma emoção que saiu do controle, considerado drama. Banalizava-se os sentimentos de quem sofria com esse abalo, inclusive os próprios ansiosos se auto negligenciavam.

A ansiedade carece de atenção, atualmente se situa entre as perturbações mais prevalentes do mundo, com elevados números de morbidade por comprometimento dos serviços de saúde e mortalidade relacionada a problemas cardiovasculares. Os clínicos que lidam com esta patologia devem ser capazes de estabelecer o diagnóstico eficazmente e iniciar o tratamento ou estratégias de controle, caso se justifique (SADOCK, B.; SADOCK, V., 2007).

Nesse cenário, é importante destacar que a ansiedade pertence ao ramo de diagnóstico de enfermagem (DE). Nisso, conforme Nanda-I (2018), está entreposto no domínio da confrontação e condescendência ao estresse, definindo como algo que incomoda e tem um sentimento vago de desconforto e temor, junto a uma resposta autonômica, a qual a fonte não é conhecida e inespecífica para o agente que sofre disso. Logo, há um sentimento de apreensão causada pela antecipação do perigo.

Para melhor atuar diante da problemática do distúrbio, é importante saber de onde surgem seus gatilhos. Como já mencionado, a ansiedade é tida como normal, como uma resposta emocional ao estresse do dia-a-dia de uma pessoa. Passa a ser considerada como perturbação ou distúrbio, quando se tornar uma causa de sofrimento que não é mais controlado (ANAES, 2001).

3.2 Uso abusivo da internet

A internet é caracterizada por ser um mecanismo não presencial de comunicação, porém, esta é apenas uma das suas vastas funções. O seu uso comum passou a ser realidade apenas anos depois do seu surgimento, haja vista que a sua criação tinha um fim militar (ROCHA; SOUZA FILHO, 2016).

Desse modo, com a sua disseminação de massa e salientando as suas vantagens frente a outros meios de comunicação, a internet ganhou grande notoriedade social. Na contemporaneidade, o seu uso é ainda mais amplo e democrático, embora ainda não possua um status plenamente universal. Decorrido disso, é possível haver alguns problemas derivado do uso excessivo dessa ferramenta (STUCKEY; ELLIS, 2020).

Nisso, problemas que envolvam a saúde mental dos indivíduos podem ser afetados nesse enredo. Com efeito, a ansiedade, que como visto é um dos principais problemas dessa ordem no mundo, sofre diretamente por esse mal uso.

No contexto do objeto deste estudo, pesquisadores se mostram preocupados com as dimensões da ansiedade na era digital, com o intuito de evidenciar a correlação com a problemática e a internet, nas figuras principais das redes sociais. Estão intrínsecas ao processo de globalização, as influências na qualidade de vida da população, de uma forma dualística, tendo aspectos positivos e negativos, sobretudo envolvendo diretamente a saúde das pessoas (ABÍLIO, 2020)

De um lado, a revolução digital e a internet trouxeram novas possibilidades, facilitando a comunicação e o acesso à informação, em tempo real, advindo de todas as partes do mundo, trazendo grandes avanços para todas as áreas do conhecimento. De outro lado, propiciam cada vez mais o sedentarismo por oferecerem “tudo” através de um “clique”, até mesmo o contato com grande soma de pessoas, sem precisar sair da frente da tela do celular ou computador. Emergem daqui os efeitos nocivos do uso desenfreado, que dá espaço para a nova epidemia da era, a Adicção por Internet (AI), um comum problema de saúde mental, digno também de preocupação mundial (BRITO, 2018).

Odaci e Kalkan (2010) apontam que aqueles que utilizam a web de forma anormal se sentem ansiosos, aborrecidos e irritáveis quando não estão na rede. Pode se deduzir que o sujeito sofre alterações emocionais devido ao descontrole, trazendo transtornos para seu dia a dia. Neste contexto, nota-se que a antecipação (característica da ansiedade) apresenta-se como um dos fatores principais para o vício da internet, posto que mal saem, já carecem e sofrem pelo retorno ao “estado cibernético”.

A dependência se dá ao passo que passam excessivo tempo navegando e acabam por ter maior progressão de horas perdidas na internet, ou seja, quanto mais se utiliza maior é a possibilidade de se tornar um vício. E, ainda, no estudo efetuado por Christakis et al. (2011), as pessoas admitiram que passam mais tempo online do que o que pretendiam (ADIELE; OLATOKUN, 2014).

Ainda apontam que a falta de controle é um dos fatores dominantes na AI, uma vez que existe incapacidade para diminuir o tempo que o utilizador passa online. Além do mais, a situação é agravante quando se remetem aos estudantes. Por terem o acesso facilitado e precisarem estar conectados constantemente para concretizar trabalhos acadêmicos, são destacados como população de risco (AMORIM; MOREIRA; DE SOUSA, 2019).

O anseio de conservar-se constantemente conectado possui conexão com o fato de haver expectativa de surgimento de novas notificações reforçando a sensação de segurança social. Uma verdadeira busca por reafirmação, relacionado ao medo de perder amigos ou *status*, num campo onde todos parecem ser perfeitos e felizes. A impossibilidade de limitar o uso da internet pode levar a diversas consequências, como sentimentos de angústia e comprometimento no rendimento das atividades cotidianas

Tais características requerem mais cuidados, posto que essa agitação que os acometem os deixa mais suscetíveis a sintomas de ansiedade e depressão. É nesse sentido que se torna substancial identificar a correlação entre a dependência de internet e redes sociais com sintomas de ansiedade em acadêmicos de Enfermagem, considerando que é essencial ter domínio sobre a problemática para que, só então, possa trazer soluções a esta (AMORIM; MOREIRA; DE SOUSA, 2019).

Ratificando, as redes sociais são essenciais para entender essa problemática. As chamadas redes sociais são espaços virtuais que são usados para divulgações de fotos, vídeos, textos, dentre outros. Nisso, em razão delas também servirem como uma ferramenta de recordação, em regra, apenas os melhores momentos são postados, causando uma falsa sensação nos interlocutores de “vida perfeita” (AMORIM; MOREIRA; DE SOUSA, 2019).

Os chamados interlocutores são os “seguidores”, que para além de números, são pessoas. Essa vista de vida perfeita que as fotos e vídeos postados causam, pode interferir diretamente no parâmetro da ansiedade nesses indivíduos (MOROMIZATO, 2017). Juntamente com isso, o uso excessivo da internet, pode piorar ainda mais esse quadro. Porém, mesmo frente com essa realidade, ainda pouco se fala sobre isso, sobretudo no âmbito da enfermagem.

3.3 Relação internet X Uso da internet e suas implicações nos alunos da enfermagem

Desde os registros mais remotos, as relações humanas foram pautadas nas comunicações. Com o passar dos tempos, desenvolveu-se ferramentas de aperfeiçoamento desse fenômeno, tais como a escrita. Nisso, após as revoluções iniciadas no século XX, ficou cada vez mais notória a necessidade de um meio mais rápido para essa correspondência.

Nesse ínterim, surgiu a internet. Desenvolvida como uma estratégia de guerra, em um primeiro momento a rede mundial de computadores tinha um uso restrito aos militares. Todavia, observada a sua potencialidade, aos poucos ela foi ganhando os espaços de estudos e, momentos após isso, o uso comum (FERNANDES, 2016).

No mundo moderno, ela é extremamente necessária e utilizada. Com isso, levanta-se a discussão sobre a relação e o uso da internet e como isso atinge os estudantes de enfermagem.

Segundo SPIZZIRRI (2017), no ano de 2007 o Brasil foi o país com o maior índice de usuários domiciliares de internet do mundo, chegando a média de 23h28min gasto mensalmente com o seu uso, onde a maior parcela dessas pessoas eram os jovens. O uso por essa parcela da sociedade é mais intenso por diversos fatores, sendo um dos maiores dele o desejo pelo entretenimento, como os jogos, redes sociais e atividades seculares.

Nesse sentido, outro estudo foi realizado a fim de conferir como o uso da internet poderia provocar danos ao sono. Tal pesquisa foi balizada na população jovem, e tem como um dos principais resultados a confirmação dos danos causados pelo uso desenfreado dos aparelhos eletrônicos, os quais são os principais receptores da internet. Em termos numéricos, mais da metade dos indivíduos estudados afirmaram ter sono desregulado. Além disso, 19% do total de jovens analisados, admitem possuírem dependência da internet, sendo 2% com dependência grave (FERREIRA et al, 2017).

Quando se trata da população universitária, sobretudo os estudantes do curso de Enfermagem, a realidade não é diferente. Empiricamente, o uso da internet por universitários é algo bem acentuado e extremamente necessário, pois é a partir desse meio que as pesquisas acadêmicas são realizadas. Não obstante, esse é um dos principais públicos do chamado *e-commerce*.

O *e-commerce* é uma nova forma de consumir produtos e serviços. Essa relação de consumo é viabilizada pela internet, a qual oferta bens de consumo pelo meio virtual, trazendo praticidade aos consumidores. Nisso, seu principal público são os jovens e adultos, sobretudo os universitários (DINIZ et al, 2017).

Em uma pesquisa realizada por Diniz et al (2017), mostrou com que em média, 41,4% dos universitários possuem uma renda de até 1 salário mínimo e compram por esse meio há mais de 6 anos. Nesse sentido, a ansiedade é um dos principais fatores que levam a essa modalidade de compra.

A compra por impulso é muito comum entre os estudantes do curso de enfermagem. Isso se deve, dentre outros fatores, a forte presença da ansiedade nos agentes que integram a essa área da ciência. Isso se deve ao ritmo de estudos os quais eles enfrentam, a pressão externa e interna que eles são submetidos, etc; ou seja, existem diversas causas em que pode culminar nesse quadro clínico (SILVEIRA, 2019).

Do mesmo modo, a preferência circadiana de cronotipo são outros fatores importante para uma melhor compreensão dessa realidade. A realidade dos estudantes de enfermagem é caracterizada, como visto, por horas de estudos e com bastante uso de internet. De modo consequencial, isso infere-se no seu relógio biológico que, em termos mais simples, é o hábito do organismo para realizar determinadas atividades, como despertar e adormecer (SILVA; DE OLIVEIRA CARDOSO; DOS SANTOS, 2018).

Nisso, em muitos episódios, os estudantes deixam de dormir para estudar ou ficar usando o celular até tarde, o que afeta diretamente os hormônios que são responsáveis pelo sono. Em relação aos cronotipos, eles podem ser matutinos e vespertinos (os quais variam entre moderados e externos) e os intermediários. O vespertino acorda tarde e tem uma menor disposição, a qual vai aumentando ao longo do tempo. O matutino é o oposto, logo, acorda cedo e como uma maior disposição, a qual vai regredindo até o final do dia. O intermediário, por seu turno, tem uma oscilação intermediária (SILVA; DE OLIVEIRA CARDOSO; DOS SANTOS, 2018).

Desse modo, em estudo realizado, foi demonstrado que 43% dos acadêmicos em enfermagem foram identificados como cronotipo intermediário, já 30% dos estudados indicaram maiores tendências vespertinas e, finalmente, 27% maiores tendências matutinas. Os vespertinos foram o que mais apresentaram tendências para desenvolver ansiedade. Por fim, o estudo concluiu que os estudantes com características vespertinas possuem maiores tendência a desenvolver ansiedade quando comparados com outros grupos, sendo o sono e o uso da internet como uma das maiores relações para gerar o caso (SILVA; CARDOSO; SANTOS, 2018).

Portanto, por tudo analisado neste tópico, é possível afirmar que existe uma direta relação entre o uso da internet pelos estudantes de enfermagem e a ansiedade neste grupo. Isso é efeito da pressão, estudos e a própria fase em que eles estão experimentando nos centros de estudos de nível superior.

4 MÉTODO

4.1 Tipo de estudo

Trata-se de pesquisa analítica, transversal, de natureza quantitativa. Para Sampieri, Callado e Lucio (2013), a pesquisa analítica tem como finalidade conhecer a relação ou grau de associação que existe entre dois ou mais conceitos, categorias ou variáveis em um contexto específico e tem, de certa forma, valor explicativo.

Rouquayrol e Almeida Filho (2013) dizem que estudos transversais são investigações que geram resultados momentâneos do contexto de saúde de uma população, conforme a mudança no estado de saúde individual, resultando em indicadores globais de saúde para o grupo investigado.

A abordagem quantitativa é tudo que pode ser mensurado em números, classificado e analisado. Utiliza-se de técnicas estatísticas (DALFOVO; LANA; SILVEIRA, 2008).

4.2 Local e período do estudo

A pesquisa foi realizada em uma instituição de ensino superior pública, localizada no município de Picos - PI no período de março a junho de 2019. Ocorreu nas dependências do Curso de Enfermagem, em sala, ao término das aulas.

Atualmente, a Instituição conta com onze cursos, dos quais seis são de Licenciatura: Ciências Biológicas, Educação no Campo, História, Letras, Matemática e Pedagogia; e cinco de Bacharelado: Administração, Enfermagem, Medicina, Nutrição e Sistemas de Informação.

4.3 População e amostra

No primeiro semestre de 2019, o curso de Enfermagem contava com 339 alunos ativos, distribuídos em nove turmas. O valor disponibilizado foi colhido junto à coordenação do curso. Participaram da pesquisa 27 discentes do primeiro e 36 discentes do último semestre (extremos) do Curso de Bacharelado em Enfermagem, o que resultou em uma amostra de 63 alunos.

O critério de escolha deu-se por se tratarem dos semestres de início e finalização do curso. Os semestres têm extensa carga horária a qual os acadêmicos são submetidos no decorrer da semana. Além de atividades extraclasse, como intervenções na comunidade, relatórios, estudos de caso, preparação para provas e seminários e das atividades extracurriculares, que precisam ser apresentadas ao final do curso. Sobrando-lhes como tempo para serem executadas apenas as noites e os finais de semana, o que os torna sobrecarregados e cansados.

Foram utilizados como critérios de inclusão na pesquisa: estar devidamente matriculado na instituição no Curso de Bacharelado em Enfermagem, ter idade igual ou superior a 18 anos (os estudantes menores de 18 anos foram excluídos da pesquisa pois precisariam da autorização dos pais ou responsáveis e grande parte são naturais de outros municípios e estados, o que dificultaria na adesão a pesquisa), usar internet e ser usuário de alguma rede social. E, como critério de exclusão: entrega do instrumento de coleta com menos de 75% dos itens respondidos.

Não foi realizado cálculo de amostra por se tratar de população pequena e haver a possibilidade de todos participarem da pesquisa, desde que aceitem. A amostragem, portanto, foi do tipo não-probabilística.

4.4 Coleta de dados

A coleta de dados ocorreu durante os meses de março e abril de 2019, a partir três questionários: questionário de informações sociodemográficas, Teste de Dependência de Internet e Inventário de Ansiedade de Beck. Segundo Gil (2011), pode-se definir questionário como a técnica de investigação composta por um conjunto de questões que são submetidas a pessoas com o propósito de obter informações.

O questionário de informações sociodemográficas (Apêndice A) é instrumento estruturado sobre informações como: sexo, idade, informações sobre a família e hábitos de uso de internet, que foi aplicado logo após o preenchimento do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

O Teste de dependência de Internet de Young (Anexo A) é um instrumento usado para verificar o nível de dependência de internet e foi publicado por Young pela primeira vez no ano de 1998. Ele consiste em 20 itens de autopreenchimento, com respostas dadas em uma escala *Likert* de pontos, variando de 1 (raramente) a 5

(sempre). Quanto maior sua pontuação, maior o grau de severidade da dependência. Os sujeitos podem ser alocados em três níveis de dependência: leve (20-49 pontos), moderada (50-79 pontos) e severa (80-100 pontos). Foi elaborado para avaliar quais áreas da vida de um indivíduo podem ser afetadas por uso excessivo da internet (YOUNG, 1996).

O Inventário de ansiedade de Beck (Anexo B) é um instrumento auto-aplicável, composto por 21 itens, com quatro categorias de respostas: absolutamente não, levemente, moderadamente e gravemente. A classificação recomendada para o nível de ansiedade é ansiedade mínima (0-7), ansiedade leve (8-15), ansiedade moderada (16-25) e ansiedade grave (26-63) (BECK; STEER, 1993).

4.5 Variáveis do estudo

As variáveis foram agrupadas em variáveis sociodemográficas, divididas em três sessões: Sessão A – Informações gerais; Sessão B – Questões para avaliar o número de horas na internet e redes sociais; Sessão C - Informações sobre atividades na internet, avaliação sobre a adicção por internet e sobre o nível de ansiedade, que foram realizados através do Teste de Dependência de Internet e do Inventário de Ansiedade de Beck, respectivamente.

4.5.1 Variáveis sociodemográficas

4.5.1.1 Variáveis de Informações gerais

- **Sexo:** Masculino ou feminino.
- **Idade:** Computada em anos.
- **Conexão com à Internet nos últimos dias:** Computadas as respostas: hoje, ontem, faz mais de dois dias.
- **Uso de internet:** controlado ou descontrolado.
- **Faz uso da internet enquanto dirige:** Computadas as seguintes respostas: sim ou não.
- **Faz uso da internet enquanto caminha pela rua:** Computadas as seguintes respostas: sim ou não.

- **Acorda durante a noite para verificar utilizar a internet:** Computadas as seguintes respostas: sim ou não.
- **Faz uso da internet logo após acordar:** Computadas as seguintes respostas: sim ou não.
- **Faz uso da internet em encontros sociais/ restaurante:** Computadas as seguintes respostas: sim ou não.
- **Faz uso da internet durante o horário de aula:** Computadas as seguintes respostas: sim ou não.

4.5.1.2 Variáveis para avaliação do número de horas dedicadas a internet e redes sociais

- **Tempo gasto na internet e redes sociais:** Computadas as seguintes respostas: 1 hora, até 3 horas, “viro” a noite (passar parte da madrugada conectado), perco a noção do tempo quando estou na internet.
- **Acesso à internet e redes sociais:** Computadas as seguintes respostas: não uso, uso diário de segunda a domingo, somente fins de semana, uso de segunda a sexta, uso uma vez por semana.
- **Noites na internet e redes sociais:** Computadas as seguintes respostas: acontece pelo menos uma vez por semana, acontece nos fins de semana, acontece pelo menos uma vez a cada quinze dias, acontece diariamente, nunca aconteceu.

4.5.1.3 Variáveis sobre atividades na internet

- **Preferência por atividades na internet:** Computadas as seguintes respostas: jogos, arquivos de música, redes sociais, sexo virtual, compras, pesquisas, outro.
- **Utilização das redes sociais:** Computadas as seguintes respostas: utiliza frequentemente o Facebook, Instagram, Twitter, Whatsapp, utiliza igualmente os quatro acima, utiliza mais frequente outro.
- **Tentou diminuir seu uso de internet:** Computadas as seguintes respostas: sim ou não.

- **Buscou ajuda para diminuir seu uso de internet:** Computadas as seguintes respostas: sim ou não.

4.5.2 Variáveis do Teste de Dependência de Internet

Foram utilizadas 20 questões referentes à frequência de acesso à internet para assuntos do cotidiano. Computadas as seguintes respostas: nunca, raramente, às vezes, quase sempre e sempre.

4.5.3 Variáveis do Inventário de Ansiedade de Beck

Foi utilizada uma lista com 21 sintomas comuns de ansiedade, onde o participante identificou o quanto tem sido incomodado por cada sintoma durante a última semana. Computadas as seguintes respostas: absolutamente não, levemente (não me incomodou muito), moderadamente (foi muito desagradável mas pude suporta) e gravemente (dificilmente pude suportar).

4.6 Análise dos dados

Foram tabuladas as respostas dos questionários no Excel. Por meio do IBM SPSS *Statistics* versão 20, o banco de dados do Excel foi importado e os dados nele contidos foram submetidos à estatística descritiva e inferencial.

A análise descritiva se deu por meio de cálculos de frequências absolutas e relativas dos dados e por meio de medida de tendência central (média) e de dispersão (desvio-padrão). A análise inferência se deu pelo uso de testes estatísticos, a saber: U de Mann-Whitney para comparação, entre os dois semestres considerados, das medianas dos somatórios do Teste de Young e do BAI; coeficiente de correlação linear de Pearson para verificar o comportamento dos resultados dos somatórios do BAI em relação aos resultados dos somatórios do Teste de Young.

Todas as variáveis contínuas foram testadas quanto à normalidade de distribuição, usando o teste de Kolmogorov-Smirnov. Adotou-se como significância estatística p-valor menor que 0,05.

Foram gerados gráficos e tabelas que foram utilizados para melhor compreensão dos resultados da pesquisa. Os resultados foram discutidos com base na literatura científica pertinente sobre a temática.

4.7 Aspectos éticos

O projeto de pesquisa foi cadastrado na Plataforma Brasil e posteriormente enviado ao Comitê de Ética em Pesquisa da UFPI, recebendo aprovação 2.344.662 (Anexo C). Foram obedecidos os princípios éticos em pesquisas com seres humanos dispostos na Resolução Nº 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde / Ministério da Saúde. Aos que concordaram em participar da pesquisa, foi entregue um TCLE (Apêndice B) para ser assinado. Nele, foram descritas informações referentes ao estudo, os objetivos, a liberdade por optar a desistir em qualquer momento, a garantia do anonimato e que o estudo não traria prejuízo (BRASIL, 2012).

- Riscos: A pesquisa apresentava o risco de constrangimento em responder a alguma questão, porém a equipe de pesquisa tomou todas as providências necessárias para que houvesse sigilo das informações coletadas.
- Benefícios: Entres os benefícios da pesquisa, ao concluir a coleta de dados, o participante obteve o resultado da aplicação das escalas sobre ansiedade e dependência de internet.

5 RESULTADOS E DISCUSSÃO

As informações descritas neste capítulo correspondem à amostra de 63 discentes, sendo 36 do 9º semestre e 27 matriculados no 1º. A Tabela 1 mostra os resultados referentes às características sociodemográficas e aos dados relacionados ao uso de internet.

Tabela 1 – Características sociodemográficas e de uso da internet de acadêmicos de enfermagem. Picos, Piauí, Brasil, 2019. (n = 63).

Variáveis	f	%	Média ± DP
Idade			22,0 ± 5,2 anos
Sexo			
Masculino	16	25,4	
Feminino	47	74,6	
Semestre do curso			
Primeiro	27	42,9	
Último	36	57,1	
Última vez que conectou-se a internet			
Hoje	60	95,2	
Ontem	03	4,8	
Considera o seu uso de internet			
Controlado	36	57,1	
Descontrolado	27	42,9	

Fonte: dados da pesquisa

f: frequência absoluta; DP: desvio padrão.

A média de idade dos participantes foi de 22,0 ± 5,2 anos, demonstrando que os indivíduos envolvidos no estudo são, predominantemente, adultos jovens. Assim, tal público é objeto dessa pesquisa por serem um dos grupos mais vulneráveis no que diz respeito à saúde mental (ALMEIDA, 2015), problema este que pode estar associado ao uso da internet.

Em um estudo realizado por Angélica et al. (2016), foi analisado um grupo de estudantes recém-ingresso na universidade, a fim de observar os níveis de ansiedade.

Em razão de estarem ingressando no ambiente acadêmico, as idades variavam de 18 a 22 anos. O estudo tentou fazer uma abordagem para identificar os níveis de ansiedade e, assim, fosse possível encontrar estratégia para diminuição desse fenômeno entre os jovens. O estudo constatou que esse público foi o que mais sofreu com a ansiedade em razão da pressão para passar no vestibular. Ao ingressar na universidade, a ansiedade aumentou, em razão do aumento da pressão em obter maiores resultados.

O sexo predominante foi o feminino com 74,6% da amostra. Nisso, COSTA et al. (2017) verificaram que, entre os estudantes da área da saúde, há grande incidência de ansiedade, sendo que o público mais afetado é o feminino, tendo a pressão com os estudos, apreensão com o futuro e o excesso de atividade como as principais causas desse fenômeno.

Foi questionado aos participantes sobre a última vez que tinham se conectado à internet: 95,2% dos entrevistados afirmaram ter acessado a rede no dia em que foram questionados.

Tal fenômeno pode ser explicado por diversos motivos, que podem ser em decorrência da vida acadêmica, como as leituras obrigatórias, as quais normalmente são encontradas na internet, em PDF (*Portable Document Format*). Ainda, é preciso destacar que a universidade, na qual estão matriculados, conta com um sistema acadêmico *online*, o qual permite o gerenciamento de atividades acadêmicas por docentes e discentes. Assim, muitos dos materiais, cujas leituras são recomendadas em sala de aula - ou o resultado de atividades - são disponibilizadas por meio desse sistema. Para acessar, é preciso utilizar a internet, o que é facilmente executado por meio da rede de *Wi-Fi* do campus, a qual é ofertada gratuitamente aos discentes. Essas situações facilitam o acesso à internet e ajudam a explicar esse resultado.

Além disso, a internet oferece uma variedade de fontes de leitura. Na pesquisa de Silva et al. (2016), em comparação a livros, revistas e documentários/jornais, a internet foi a principal fonte de pesquisa para leitura e isso tem relevante importância, pois, no processo de formação do ensino-aprendizagem, a interação dos elementos textuais em diferentes fontes permite maior transformação de dados em conhecimento.

Contudo, o uso dessa rede virtual não se restringe aos deveres acadêmicos. Os estudantes universitários também acessam essa ferramenta como forma de escape da realidade acadêmica. Dentre outros, o uso das redes sociais é um dos principais vetores a serem procurados por eles. Segundo Grossi et al. (2014), nas redes sociais, os indivíduos podem trocar informações, experiências, criar comunidades virtuais ou fóruns de discussão que tratam de temas específicos, bem como divulgar ideias ou conceitos que acreditam ser importantes para si e para as comunidades nas quais estão inseridos.

Essas questões permitem inferir que os estudantes de enfermagem, na sua maioria, estão conectados à internet diariamente, seja para a utilização em prol acadêmico ou para fins de entretenimento. Contudo, o excesso de uso pode culminar em quadros de ansiedade e depressão. Diante disso, também foi questionado sobre o controle que têm com a internet, em relação ao seu uso. Nesse cenário, 57,1% dos entrevistados disseram que possuem controle quanto ao uso da internet, o que permitiu perceber que, mesmo sendo uma pergunta de autoavaliação subjetiva, os participantes se dividiram em sua resposta.

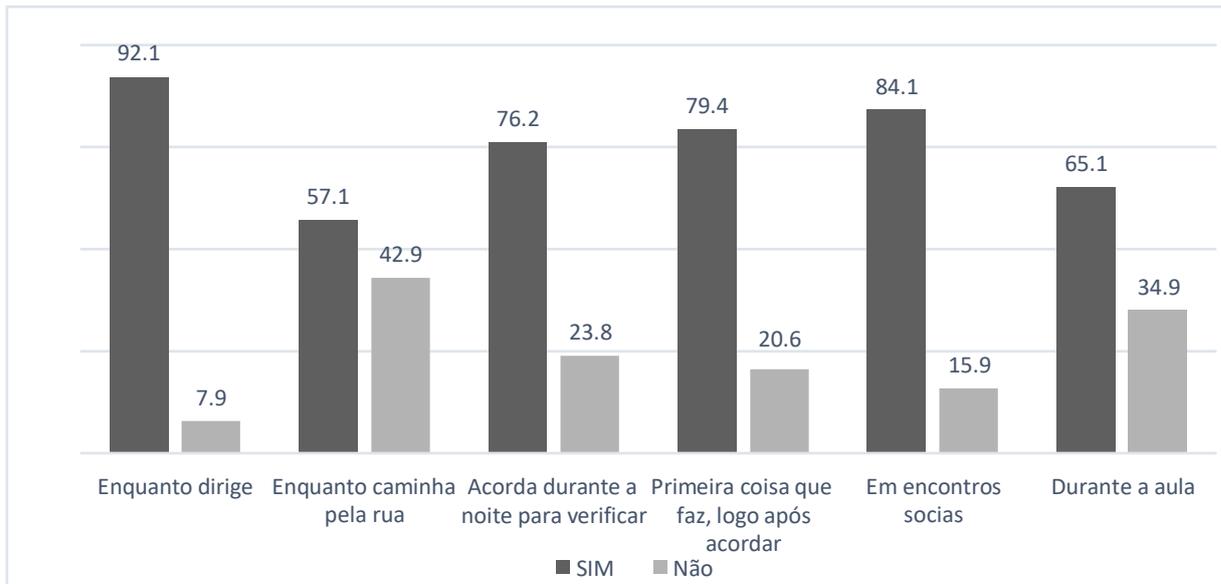
Entretanto, a utilização desenfreada da internet é cada vez mais comum entre os jovens, talvez por essa ser uma forma de aliviar problemas emocionais. Oliveira e Pasqualini (2014) testificam que os usuários de internet usam essa ferramenta para aliviar os estados efetivos disfóricos, como a própria ansiedade. Com efeito, eles preferem o âmbito virtual do que o real, pois é uma forma de minimizar a tensão do encontro pessoal.

Normalmente, a internet é acessada pelos *smartphones*, o que pode levar a sua dependência do uso desse aparelho digital. Desta forma, Oliveira e Pasqualini (2014) ressaltam que pode haver dependência do celular, sendo este fenômeno chamado de nomofobia, termo esse derivado da expressão inglesa *no mobile phobia*, que é um uso excessivo desse acessório.

Portanto, é visível a complexidade de todas essas questões no âmbito delimitado. Com isso, os resultados obtidos demonstram que os participantes estão sujeitos à possuírem forte ligação com a internet e estão sujeitos aos problemas que podem advir do seu uso excessivo.

No Gráfico 1 é apresentada distribuição dos participantes quanto ao uso do celular para averiguar alguma notícia ou conversa na internet, em dadas situações do cotidiano.

Gráfico 1 – Distribuição dos percentuais de uso do celular entre os acadêmicos de enfermagem para verificar alguma notícia ou conversar na internet. Picos, Piauí, Brasil, 2019. (n = 63)



Fonte: dados da pesquisa.

Dos participantes 92,1% afirmam fazer uso do celular para checar informações ou conversar enquanto dirigem. Tendo isso em vista, aumenta-se a preocupação, pois o uso do celular no trânsito diminui a capacidade cognitiva do condutor e aumenta o risco de acidentes (PINTO, 2016), sendo uma das principais causas de morte no trânsito no Brasil.

O uso dos celulares nas mais diversas situações indica um vício e uma compulsão, quando passar alguns minutos longe desse aparelho implica em ataque de ansiedade e euforia (OLIVEIRA; PASQUALINI, 2014), fenômeno este cada vez mais comum. Nesse cenário, 57,1 % afirmaram fazer uso do celular para checar notícia ou conversar enquanto caminham na rua. Esse dado ratifica a informação extraída na primeira pergunta.

É comum vermos nos *campi* universitários jovens com a cabeça baixa olhando para a tela de celular enquanto caminham. Assim, bem como no item anterior, esta

prática maximiza a possibilidade de acidentes, pois o reflexo do indivíduo está diminuído, já que a sua atenção está sendo dividida com a informação vista na tela do *smartphone*.

Dos enfermeiros em formação, 76,2% disseram que despertam a noite para olhar notificações ou informações no celular. Segundo Price (2018), o celular foi feito para nos viciar, em razão disso, são liberados hormônios que além de desregular o nosso cérebro, também prejudicam a saúde mental, emocional e até mesmo o sono.

Tais dados ensejam alerta à desregulação do sono provocado pelo uso deste aparelho e ansiedade advinda com ele. Esse fenômeno pode implicar em complicações acadêmicas e pessoais, visto que tais acessórios são os principais meios para acessar as redes sociais e canais de notícias, sendo que, na maioria das vezes, esses distúrbios no sono são resultado da ansiedade provocada por esse entretenimento.

A maioria dos questionados usam o celular logo quando acordam: 79,4%. Denota-se, então, que uma das prioridades desses indivíduos é olhar as notificações deixadas durante a noite. Quando questionados quanto ao uso do celular em encontros sociais, 84,1% daqueles que participaram do estudo disseram que usam.

Na situação em questão, é possível constatar que há uso constante e compulsivo pelo celular. O pesquisador Sales (2018) analisou a utilização compulsiva pelo *smartphone*. Com efeito, dentre outros resultados, concluiu-se que a característica da dependência e uso compulsivo de *smartphone* são determinados pela perda de controle, conflito, preocupação, sintomas de abstinência, e enfrentamentos. Das questões formuladas, todas remetem ao descontrole da maioria dos participantes quanto ao uso dessa ferramenta tecnológica.

Por fim, quando questionados a respeito do uso do celular durante a aula, 64,1% atestaram utilizar durante esse período. Com o avanço tecnológico, é de suma importância considerar a tecnologia como um aliado no aprendizado, assim, os educadores buscam levar o celular como uma ferramenta de pesquisa. Contudo, esse aparelho é mais usado como distração do que uma ferramenta própria de pesquisa (BATISTA; BARCELOS, 2014). Dessa forma, o número elevado de alunos que usam o celular na sala remonta a um empecilho no estudo acadêmico em lugar de ferramenta benéfica para o estímulo ao aprendizado e da pesquisa.

Todas essas nuances analisadas remetem ao uso indiscriminado pela maioria dos estudantes de enfermagem, visto que mais de 50% dos alunos usam o *smartphone* em horários e lugares inconvenientes, o que pode levar um estado de ansiedade quando impossibilitado seu uso.

Na Tabela 2, apresenta-se a avaliação do tempo que os discentes dedicam ao uso da internet no decorrer do dia.

Tabela 2 – Avaliação do número de horas dos acadêmicos de enfermagem dedicadas à internet. Picos, Piauí, Brasil, 2019. (n = 63).

Variáveis	f	%
Quanto tempo você passa na internet		
1 hora	04	6,3
Até 3 horas	26	36,5
“Viro” a noite	02	3,2
Perco a noção do tempo	34	54,0
Em relação ao seu uso à internet		
Uso diário de segunda a domingo	63	100
Para você “virar a noite” na internet (passar parte da madrugada conectado)		
Acontece pelo menos uma vez por semana	07	11,1
Acontece nos fins de semana	09	14,3
Acontece pelo menos uma vez a cada 15 dias	16	25,4
Acontece diariamente	05	7,9
Nunca aconteceu	26	41,3
Tentou diminuir o uso de internet		
Sim	44	69,8
Não	19	30,2
Buscou ajuda para diminuir o uso de internet		
Sim	06	9,5
Não	57	90,5

Fonte: dados da pesquisa.

f: frequência absoluta.

A maioria dos estudantes (54%) dizem que perdem a noção do tempo quando usam a internet. Com efeito, o aumento na ansiedade e, conseqüentemente, palpitações por estar longe do aparelho telefônico, irritabilidade, dentre outros, são alguns dos sintomas característicos daqueles que usam celular e redes sociais com maior frequência (ROSA et al., 2017).

Todos os participantes afirmam fazer uso da internet todos os dias da semana e quase metade dos acadêmicos dizem nunca ter virado a noite na internet (46,1%). Tal ferramenta é usada para fins de maximizar o seu aprendizado, sendo que segundo

Nascimento, Salviato e Dell'agli (2019), os alunos tiveram seus rendimentos aumentados quando se aliou o mundo digital com o acadêmico. Contudo, quando a internet é ligada ao uso compulsivo e, sobretudo, ao uso excessivo das mídias de entretenimentos, as quais, quase sempre, são as redes sociais, isso muda de tom, visto que poderá levar a um estado de ansiedade, dependência, dentre outros males.

Dos participantes, 69,8% afirmam ter tentado diminuir o tempo dedicado à internet. Com base nesse fato, é provável que a busca pela diminuição do uso da internet seja por autoanálise ou sugestão de terceiro. Como visto nesse estudo, a utilização da rede virtual de conexão acontece em vários momentos do dia, assim, poderá ocorrer incômodo por parte do círculo de amigos ou familiares, o que leva o indivíduo a repensar quanto ao volume de uso dessa ferramenta.

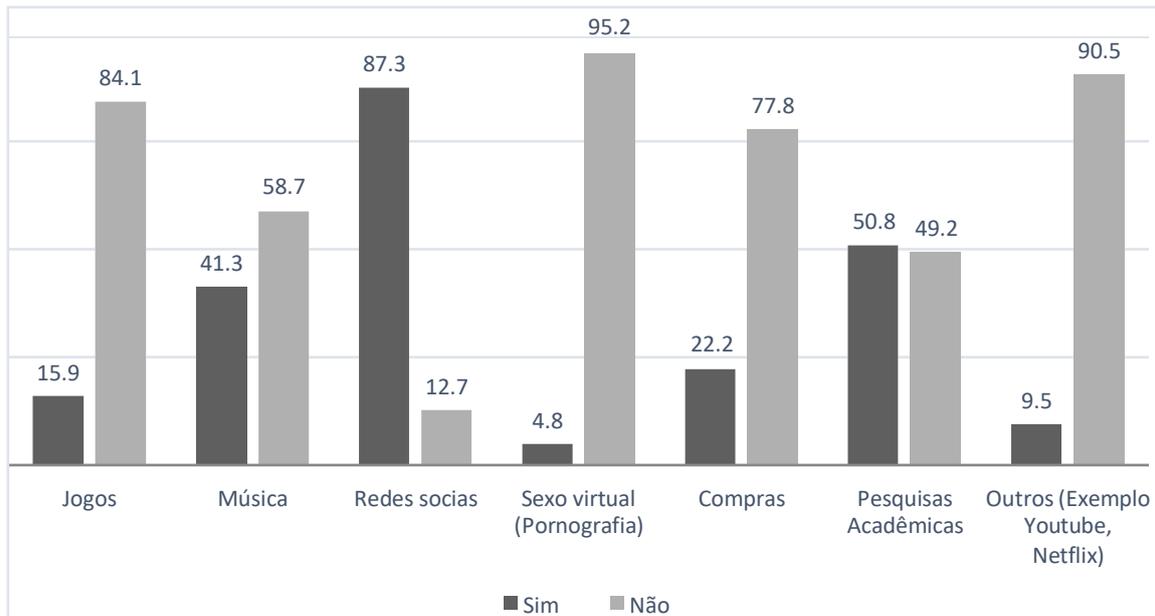
Questionou-se, também, quanto a busca por ajuda para conseguir diminuir esse uso. Segundo Sousa et al (2019), 57,5% dos sujeitos pesquisados no trabalho realizado por eles, consideravam que navegavam na internet mais do que o necessário. Isso permite dizer que há uma compulsividade quando utilizam essa rede virtual. Tal ação prejudica a saúde como todo, seja ela a saúde física, com problemas no punho pelo excesso de uso (OLIVEIRA, 2016) ou mental, como a ansiedade.

Nesse sentido, 90,5% dos participantes disseram que não precisaram pedir esse tipo de auxílio para conseguir diminuir o tempo dedicado à internet. Com isto, Oliveira e Pasqualini (2014) colocam que, embora essa dependência não cause lesão estrutural, há forte resultado no desequilíbrio da vida. Em complemento disso, para Klinger (2017), há uma forte propensão ao vício no uso da internet entre os jovens dos centros universitários brasileiros. Pode-se pensar que os jovens não reconhecem que o uso excessivo da internet é um problema de saúde, por isso não buscam ajuda profissional.

Portanto, observa-se que os acadêmicos em enfermagem dedicam parte do seu dia ao uso da internet, no qual as redes sociais são o principal fator que contribui para esse uso. O acesso ocorre todos os dias.

O Gráfico 2 estratifica as principais atividades acessadas pelos acadêmicos de enfermagem na internet.

Gráfico 2 – Distribuição percentual das principais atividades utilizadas em meio virtual pelos acadêmicos de enfermagem. Picos, Piauí, Brasil, 2019. (n = 63)



Fonte: dados da pesquisa.

Dos estudantes, 41,3% utilizam a rede virtual para ouvir música. Tal prática é uma forma de aliviar o estresse cotidiano, os quais são promovidos pela instituição de ensino o qual fazem parte e/ou o local de trabalho. Em vista disso, a música se mostra como uma válvula de escape. Assim, os serviços de músicas *online* investem nesse público, seja através de publicidade voltada para eles, ou por promoções exclusivas para universitários, cobrando um valor menor na mensalidade.

Quanto às redes sociais, 87,3% dos participantes responderam utilizar a internet com esse fim. O interesse excessivo pelas redes sociais também pode mascarar outros problemas como depressão, busca excessiva por ser reconhecido pelo outro (muitas postagens), baixa auto-estima e isolamento do convívio real para dedicar-se ao convívio virtual embora possam não estar correlacionados com a ansiedade diretamente, podem ser indícios de problemas de saúde mental.

Segundo Klinger (2017), as redes sociais não possuem um volume de viciados como são os casos dos *games*. Contudo, diariamente, o número de pessoas que dedicam boa parte do dia para acessar essas ferramentas de comunicação e entretenimento aumenta. Não obstante, quando se trata de vício, acarreta danos à saúde mental dos universitários e prejudica o rendimento.

A internet também é importante ferramenta de pesquisa e estudos, itens fundamentais para a graduação. Sendo assim, 50,8% dos estudantes disseram que utilizam a internet para realizá-las. O fato é que, na universidade, incentiva-se a pesquisar, e o principal meio é a internet, que tem vasto acervo e torna viável pesquisas bibliográficas, dentre outras modalidades.

Dos discentes, 90,5% disseram que fazem outras atividades fora as que foram listadas. Estas atividades podem envolver o uso de aplicativo para assistir filmes e séries, como em provedores via *streaming*, para acessar aplicativos de namoro e encontros, dentre outros que podem servir de distração ou lazer.

A Tabela 3 contém a classificação da dependência de internet entres os jovens que participaram da pesquisa, baseada na classificação adotada por Young.

Tabela 3 – Classificação do nível de dependência de internet dos acadêmicos de enfermagem. Picos, Piauí, Brasil, 2019. (n = 63).

Variáveis	f	%
Dependência leve	41	65,1
Dependência moderada	22	34,9

f: frequência absoluta

A maioria dos discentes apresentou dependência de internet leve. Em pesquisa realizada por Oliveira e Pasqualini (2017), foi analisado um grupo de universitários, no qual 25,5% dos alunos foram identificados como usuários leves de internet. Nesse mesmo estudo, foi constatado que esse tipo de usuário, embora de grau mais brando, ainda passava mais tempo na internet do que gostariam.

A Tabela 4 traz resultados referentes à classificação do grau de ansiedade dos acadêmicos, com base no BAI.

Tabela 4 – Classificação do nível de ansiedade dos acadêmicos de enfermagem, com base no Inventário de Ansiedade de Beck. Picos, Piauí, Brasil, 2019. (n = 63).

Variáveis	f	%
Ansiedade mínima	20	31,7
Ansiedade leve	18	28,6
Ansiedade moderada	11	17,5
Ansiedade grave	13	20,6
Sem classificação (questões em branco)	01	1,6

Fonte: dados da pesquisa.

f: frequência absoluta.

A maioria dos participantes apresentou graus de ansiedade leve e mínima (31,7% e 28,6% respectivamente). Em estudo desenvolvido por Costa et al.(2017), constatou-se que, dos 308 alunos avaliados, 30% apresentaram grau mínimo de ansiedade, 34% ansiedade leve, 24% moderada e 12% ansiedade considerada grave. A satisfação e não satisfação em relação ao curso predispõe para a ansiedade. Sendo possível que essa seja uma decisão que determina a trajetória da história de vida e quais perdas e ganhos se tem no decorrer dos anos de curso, o que aumenta o risco para ansiedade.

Com isso, pretende-se esclarecer que não se pode afirmar que os níveis de ansiedade (mesmo os menores da escala) sejam em resposta direta ao uso da internet, mas pode-se predizer que esse uso pode contribuir para tal, justamente por compreender que outras variáveis podem estar envolvidas nesse resultado, como as avaliações as quais os discentes estão constantemente submetidos. Pelo estudo realizado por Karino e Laros (2014), em período de prova, esses sintomas se agravam, fazendo diferença no resultado dos estudantes.

A Tabela 5 apresenta os resultados das médias dos somatórios das duas escalas utilizadas, referentes ao grau de dependência de internet e grau de ansiedade, entre discentes do primeiro e nono período do curso de enfermagem.

Tabela 5 – Comparação do grau de dependência de internet e grau de ansiedade entre acadêmicos do primeiro e nono semestre de enfermagem. Picos, Piauí, Brasil, 2019. (n = 63).

Variáveis	Média ± DP	
	Dependência de internet	Ansiedade
Primeiro semestre (n=27)	47,3±9,9	20,7±14,0
Último semestre (n=36)	44,2±10,3	12,0±9,6
p-valor*	0,237	0,013

DP: desvio padrão.

* Significância estatística obtida por meio do teste U de Mann-Whitney

Ao analisar a diferença estatística entre as médias dos somatórios dos dois instrumentos na amostra, verifica-se que não houve diferença estatisticamente significativa entre os resultados dos alunos de ambos os semestres. Entretanto foi identificada diferença estatística entre as médias do somatórios do BAI ($p = 0,013$), ou seja, os discentes do último semestre possuem nível de ansiedade menor do que os discentes do primeiro. A diferença se trata da seguinte: de acordo com a classificação do BAI, os discentes do primeiro período tiveram média indicativa de ansiedade moderada; os do nono de ansiedade leve.

Segundo Santos (2014), a vida universitária nos cursos da área da saúde é exaustiva pelas obrigações ao longo dos anos na universidade, as atividades e provas, elevação da pressão psicológica, tensão, cansaço mental e expectativa com o mercado de trabalho. Ao entrar na vida acadêmica, os discentes são submetidos à aumento na carga de stress, devido a inúmeras horas de estudo, cobranças pessoais, de professores e familiares.

Na Tabela 6, foram apresentados resultados da análise do cruzamento do grau de dependência de internet com o grau de ansiedade entre os acadêmicos do curso de enfermagem.

Tabela 6 – Relação entre dependência de internet e grau de ansiedade, de acordo com o período letivo em que os acadêmicos de enfermagem estão matriculados. Picos, Piauí, Brasil, 2019. (n=63).

Variável	Somatório do BAI	p-valor
Total do somatório do teste de Young (n=63)	$r = 0,287$	0,024
Primeiro semestre (n=27)	$r = 0,149$	0,460

Último semestre (n=36)	r = 0,380	0,024
------------------------	-----------	-------

r: coeficiente de correlação linear de Pearson

Considerando os alunos de modo geral (independente do semestre de matrícula), à medida que a dependência de internet aumentou, na amostra, a ansiedade foi maior e significativa ($r=0,287$; $p=0,024$). De acordo com Cereja e Nobre (2018), a internet não é algo novo na vida desses jovens, entretanto o seu uso tem se tornado cada dia mais intenso, devido ao atrativo das evoluções tecnológicas. Ela se faz vigorosamente presente em todos os ambientes, até mesmo nos momentos de intimidade. Realizar tarefas e permanecer sempre conectado, tudo muito veloz e ao mesmo tempo, sempre tendo que dar conta de responder mensagens e atualizar status nas redes sociais pode contribuir com o aumento dos sintomas de ansiedade.

Através da estratificação dos dados por semestre é possível perceber que o último período foi o responsável pela relação entre a dependência de internet e a ansiedade ter sido significativa ($r= 0,380$; $p= 0,024$). Porém como observado na Tabela 5, ambos os períodos possuem dependência leve de uso da internet e que o primeiro período apresenta grau de ansiedade maior do que o último.

Denota-se, portanto, que a explicação para esse resultado se dá pelo fato do quantitativo de discentes do último semestre ser maior, na amostra, quando comparado ao primeiro. Conseqüentemente por estarem em maioria, podem ter apresentado um maior número de estudantes com um grau de dependência de internet e ansiedade maior, interferindo no resultado. Isso ocorre pela alta sensibilidade do coeficiente de correlação linear de Pearson.

6 CONCLUSÃO

O objetivo deste estudo foi identificar a correlação entre a dependência de internet e a ansiedade em acadêmicos de enfermagem matriculados no primeiro e no último semestre do curso. Os participantes do estudo estavam, em média, na segunda década de vida, eram, em sua maioria, do sexo feminino, haviam acessado internet no mesmo dia em que os dados foram coletados e consideraram o próprio uso de internet controlado. Fazem uso diário de internet e costumam perder a noção do tempo quando conectados. Grande parte dos discentes utilizam o *smartphone* em horários e lugares inconvenientes e, entre os principais acessados, estavam redes sociais e ferramentas de pesquisa.

Foi identificada dependência de internet leve e ansiedade mínima do uso de internet entre os discentes, porém quando estratificou-se a dependência por semestre, verificou-se que não houve diferença significativa entre o primeiro e último período. Na análise do grau de ansiedade, o primeiro semestre apresentava ansiedade moderada e o último semestre ansiedade leve. Ainda, encontrou-se que à medida que a dependência de internet aumentou, na amostra geral e entre os discentes do último período do curso, a ansiedade foi maior e significativa.

A maior dificuldade encontrada foi devido o estudo ter sido realizado em formato de questionário, o que pode ter levado algumas pessoas a não responderem de forma fidedigna a pesquisa. A limitação identificada é que a comparação do primeiro e último semestre foi realizada com pessoas diferentes. Sugere-se, para fins de generalização dos resultados, que seja desenvolvido estudo com acompanhamento do mesmo grupo no primeiro e no último semestre (prospectivo). Outra sugestão é o desenvolvimento de pesquisa com amostra maior, incluindo na amostra estudantes de faculdades públicas e privadas, a fim de verificar se existe diferença nos resultados.

Portanto, como foi possível verificar, a internet pode influenciar no desenvolvimento de ansiedade. Ademais, esse trabalho tem a finalidade de contribuir com os resultados ainda pouco discutidos na literatura científica de enfermagem. Assim, tal pesquisa ratifica essa problemática e, como forma de retorno social, ajuda na compreensão e no combate dessa adversidade.

REFERÊNCIAS

ABÍLIO, Ludmila Costhek. Plataformas digitais e uberização: a globalização de um Sul administrado?. **Revista Contracampo**, v. 39, n. 1, 2020.

ADIELE, I.; OLATOKUN, W. Prevalence and determinants of Internet addiction among adolescents. **Computers in Human Behavior**, v. 31, p. 100-110. 2014.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION - APA. **DSM-IV:Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais**. Tradução de D. Batista. 4ª ed. Porto Alegre: Artes Médicas, 1995.

AMORIM, Rebeca Cavalcanti Nunes; MOREIRA, Junnia Maria; DE SOUSA, Murilo Ribeiro. Coleta de dados do projeto sobre uso da internet em universitários. In: **SCIENTEX-2019**. 2019.

BATISTA, S. C.F.; BARCELOS, G. T. **Análise do uso do celular no contexto educacional**. Rio Grande do Sul: Renote, 2017. Disponível em:< <https://seer.ufrgs.br/renote/article/view/41696/26448>>. Acesso em: 01 de junho de 2019.

BECK, A.; EMERY, G.; GREENBERG, R. **Anxiety Disorders and Phobias**. New York: Basic Books, 1985.

BECK, A.T; STEER, R.A. Beck Depression Inventory (Inventário de Depressão de Beck). San Antônio (Texas): **PsychologicalCorporation**, 1993.

BRITO, Alexandre Botelho et al. Internet addiction in high school students: prevalence and correlations. **Unimontes Científica**, p. 214-228, 2018.

CONTI, M. A. *et al.* Avaliação da equivalência semântica e consistência interna de uma versão em português do *Internet Addiction Test* (IAT). **Revista de Psiquiatria Clínica**, São Paulo, v. 39, n. 3, p. 106-110, 2012.

COSTA, K. M. V. et al. **Ansiedade em universitários na área da saúde**. In: II Congresso Brasileiro das Ciências da saúde. Campina Grande, 2017. Disponível em: <http://www.editorarealize.com.br/revistas/conbracis/trabalhos/TRABALHO_EV071_MD1_SA13_ID592_14052017235618.pdf>. Acesso em 09 de junho de 2019.

CUNHA, J.A. **Manual da versão em português das Escalas de Beck**. São Paulo: Editora Casa do Psicólogo. 2001

DALFOVO, M. S.; LANA, R. A.; SILVEIRA, A. Métodos quantitativos e qualitativos: um resgate teórico. **Revista Interdisciplinar Científica Aplicada**, v.2, n.4, p.1-13, Sem II, 2008.

DE ALMEIDA, J. S. P. A saúde mental global, a depressão, a ansiedade e os comportamentos de risco nos estudantes do ensino superior: **estudo de prevalência e correlação**. Lisboa: Universidade nova de Lisboa, 2015.

DE LACERDA, A. N. **Indícios de estresse, ansiedade e depressão em estudantes universitários**. Brasília: Universidade de Brasília, 2016.

DINIZ, T. C. G. et al. Perfil de Uso da Internet e Motivações Para Compra Online de um Grupo Universitário. **Revista Brasileira de Gestão e Engenharia| RBGE|**, n. 15, p. 41-65, 2017. Disponível em:
<http://www.periodicos.cesg.edu.br/index.php/gestaoeengenharia/article/view/294>.
 Acesso em: 22 de set.

DENTI, R. **Ansiedade, 2016**: Uma reflexão sobre o relacionamento de uma geração com a internet. 2016. 58f. Monografia (Especialização: Programação visual) – Departamento de Desenho industrial, Universidade de Brasília, 2016.

FERREIRA, C. et al. Epidemiologia do Uso de Internet numa População Adolescente e Sua Relação com Hábitos de Sono. **Acta médica portuguesa**, v. 30, 2017. Disponível em:
<http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&profile=ehost&scope=site&authType=crawler&jrnl=0870399X&AN=125088513&h=28pEGdJYA4eo6WiOFnje%2BAUD0x8kqReV0jg5wE%2BxL6eALSqIsTeQAz%2FTRjY3TZkGG2q84pLT279tdYo%2FYoVnA%3D%3D&crl=c>. Acesso em: 01 de setembro de 2020.

FERNANDES, E. A.. A evolução da comunicação impactada pela tecnologia. **Ideias e Inovação-Lato Sensu**, v. 3, n. 2, p. 93-102, 2016. Disponível em:
<https://periodicos.set.edu.br/ideiaseinovacao/article/view/2973>. Acesso em: 01 de setembro de 2020.

FRENCH NATIONAL AGENCY FOR ACCREDITATION AND EVALUATION IN HEALTH - ANAES. **Diagnosis and outpatient of generalised anxiety disorder in adults**. 2001.

GIL, A. C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2011.

GREENFIELD, D. As propriedades de dependência do uso de internet. In. YOUNG, K.S.; ABREU, C. N. **Dependência de Internet**: Manual e guia de avaliação e tratamento. Porto Alegre: Artmed, 2011. Cap. 8, p. 169-190.

GROSSI, M. G. R. et al. **A utilização das tecnologias digitais de informação e comunicação nas redes sociais pelos universitários brasileiros**. Florianópolis: Texto digital, 2014. Disponível em: < file:///C:/Users/jacks/Downloads/33829-115543-1-PB.pdf>. Acesso em: 29 de maio de 2019.

JUSTAMAND, M. O BRASIL DESCONHECIDO AS PINTURAS RUPESTRES DE SÃO RAIMUNDO NONATO TÊM MUITO A REVELAR. **Somanlu: Revista de Estudos Amazônicos**, v. 19, n. 1, 2019. Disponível em:
<http://periodicos.ufam.edu.br/index.php/somanlu/article/view/5854>. Acesso em: 31 de agosto de 2020.

KAPLAN, H. I.; SADOCK, B. J.; GREBB, J. A. **Compêndio de psiquiatria: Ciências do comportamento e psiquiatria clínica**. 7ª ed. Porto Alegre: Artes Médicas, 1997.

KARINO, C. M.; LAROS, J. A. Ansiedade em situações de prova: **evidências de validade de duas escalas**. São Paulo: Psico-USF, 2014. Disponível em: <<https://www.redalyc.org/pdf/4010/401041441004.pdf>>. Acesso em: 09 de junho de 2019.

KERSHAW, S. **Hooked on the Web: Help Is on the Way**. Disponível em: <http://www.nytimes.com/2005/12/01/fashion/thursdaystyles/01addict.html?pagewanted=1&sq=internet%20addiction&st=nyt&scp=9>. Acesso em: 02 fev. 2019.

KLINGER, E. F. et al. Propensão à dependência da internet: **um estudo com acadêmicos de um centro universitário**. Tocantins: Revista Cereus, 2017. Disponível em: < <http://ojs.unirg.edu.br/index.php/1/article/view/1577/534>>. Acesso em: 29 de meio de 2019.

LOPO, I. F. F. **Smartphone inteligente, utilizador dependente**: relações entre o uso excessivo da internet e das redes sociais, a solidão e o desempenho acadêmico. 2019. Tese de Doutorado. ISPA - Instituto Universitário para obtenção de grau Mestre na especialidade de Psicologia Clínica. Portugal. 2019.

MOROMIZATO, M. S. et al. O uso de internet e redes sociais e a relação com indícios de ansiedade e depressão em estudantes de medicina. **Revista Brasileira de Educação Médica**, Brasília, v. 41, n. 4, p. 497-504, 2017.

NANDA. **Diagnósticos de enfermagem da NANDA**: definições e classificação 2017-2018. NANDA Internacional. Porto Alegre: Artmed, 2018.

NASCIMENTO, W. R. D.; SALVIATO-SILVA, A. C.; DELL'AGLI, B. A. V. **O desempenho em tecnologias digitais para aprendizagem: um estudo com universitários**. São Paulo: ETD-Educação Temática Digital, 2019. Disponível em: < <https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/etd/article/view/8651482/19008>>. Acesso em: 28 de maio de 2019.

NUNES, M. F. O. et al. **Satisfação e autonomia nas atividades de lazer entre universitários**. São Paulo: Psicologia: teoria e prática, 2014. Disponível em: < http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-36872014000100008>. Acesso em: 01 de junho de 2019.

ODACI, H.; KALKAN, M. Problematic Internet use, loneliness and dating anxiety among young adult university students. **Computers e Education**, v. 55, p. 1091-1097. 2010.

OLIVEIRA, A. J. da S. **Associação entre o uso excessivo de smartphones e as lesões de punho e dedos em estudantes de ensino superior da área de saúde**. Pernambuco: Inspirar, 2016. Disponível em: <http://repositorio.asc.es.edu.br/bitstream/123456789/533/1/ARTIGO%20FINAL%20-%20ASSOCIA%C3%87%C3%83O%20ENTRE%20O%20USO%20EXCESSIVO%20>

DE%20SMARTPHONES%20E%20AS%20LES%C3%95ES%20DE%20PUNHO%20E%20DEDOS%20EM%20ES.pdf. Acesso em: 29 de maio de 2019.

OLIVEIRA, F.; PASQUALINI, K. C.. Os dependentes de internet no Brasil: **realidade ou mito entre os universitários**. Bauru: Mimesis, 2014. Disponível em: <https://secure.usc.br/static/biblioteca/mimesis/mimesis_v35_n1_2014_art_06.pdf>. Acesso em: 31 de maio de 2019.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE - OMS. **CID-10 Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde**. São Paulo: Universidade de São Paulo, 1997.

PADOVANI, R. C. et al. **Vulnerabilidade e bem-estar psicológicos do estudante universitário**. Rio de Janeiro: Revista brasileira de terapias cognitivas, 2014. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872014000100002>. Acesso em: 09 de junho de 2019.

PINTO, L. W. et al. **Atendimento de urgência e emergência a pedestres lesionados no trânsito brasileiro**. Rio de Janeiro: Ciência & Saúde Coletiva, 2016. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232016001203673&lng=en&nrm=iso&tlng=pt>. Acesso em: 31 de maio de 2019.

PIROCCA, C. **Dependência de Internet, definição e tratamento**: revisão sistemática da literatura. 2012. 39f. Monografia (Especialista em Terapia Cognitiva e Comportamental) – Instituto de Psicologia, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2012.

PRICE, C. **Celular: como dar um tempo: O plano de 30 dias para acabar com a ansiedade e retomar a sua vida**. São Paulo: Fontanar, 2018.

ROCHA, G. C. da; SOUZA FILHO, V. B. Da guerra às emoções: história da internet e o controverso surgimento do Facebook. **IV Encontro Regional Norte de História da Mídia. Rio Branco. Anais eletrônicos [...]–Recife: ALCAR**, 2016. Disponível em: http://www.alcarnorte.com.br/wp-content/uploads/alcar2016_da_guerra_as_emocoes_historia_da_internet_e_o_contraverso_surgimento_do_facebook.pdf. Acesso em: 01 de agosto d 2020.

ROSA, A. L. M. et al. O uso de tecnologias digitais em uma instituição de ensino superior: **apontamentos sobre a saúde do jovem**. Maringá: Saúde e Pesquisa, 2017. Disponível em: <<http://docs.bvsalud.org/biblioref/2017/04/833003/15.pdf>>. Acesso em: 27 de maio de 2019

ROSA, P. J. Enfermeiro: Terapia de relaxamento. **Enfermagem e o cidadão**, Coimbra, jul. 2014.

ROUQUAYROL, M. Z.; ALMEIDA, F.N. **Epidemiologia e saúde**. 6ªed. Rio de Janeiro: MEDSI, p. 708, 2013.

SADOCK, B.; SADOCK, V. A. **Compêndio de psiquiatria: ciência do comportamento e psiquiatria clínica**. Tradução de Claudia Dornelles et al. 9ª ed. Porto Alegre: Artmed, 2007.

SALES, H. F. S. et al. Escala de Uso Compulsivo de Smartphone: **construção e evidências psicométricas**. Colômbia: urosario, 2018. Disponível em: <<http://www.scielo.org.co/pdf/apl/v36n1/1794-4724-apl-36-01-00155.pdf>>. Acesso em: 30 de maio de 2019

SANTOS, R. M. D. Perfil de ansiedade em estudantes universitários de cursos da área da saúde. Dissertação (Mestrado em saúde pública) - Universidade Estadual da Paraíba, Campina Grande - PB, 2014. Disponível em: Acesso : 08 de junho 2019.

SILVA, M. F. et al. **O hábito da leitura dos universitários**. Alagoas: Leitura, 2016. Disponível em: <<http://www.seer.ufal.br/index.php/revistaleitura/article/view/2336/2039>>. Acesso em: 01 de junho de 2019

SILVA, V. C. **VALIDADE E CONFIABILIDADE DA VERSAO BRASILEIRA DO TESTE DE DEPENDÊNCIA DE INTERNET (TDI)**. 2016. 59f. Dissertação (Mestrado em em Saúde e Desenvolvimento Humano) - Faculdade Mestrado Profissional em Saúde e Desenvolvimento Humano, Centro Universitário La Salle, Canoas, 2016.

SILVA, V; DE OLIVEIRA CARDOSO, P. T S.; DOS SANTOS, A. C. M. Sono e ansiedade no contexto do estudante de enfermagem: relação entre preferência circadiana, índice de estado ansioso e desempenho acadêmico. In: **Congresso Nacional de Enfermagem-CONENF**. 2018.

SILVEIRA, Daiane Sant'Ana. **Revisão integrativa: ansiedade, depressão e suicídio em estudantes de Enfermagem**. 2019.

SOARES, C. B et al. Revisão integrativa: **conceitos e métodos utilizados na enfermagem**. São Paulo: Rev. Esc. Enferm.USP. 2014. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v48n2/pt_0080-6234-reeusp-48-02-335.pdf>. Acesso em 29 maio 2019.

SOUSA, L. L. et al. **Dependência de Internet e o desempenho ocupacional de estudantes**. Rio de Janeiro: REVISBRATO, 2018. Disponível em: <<https://revistas.ufrj.br/index.php/ribto/article/view/18473/pdf>>. Acesso em 31 de maio de 2019.

SPIZZIRRI, R. C. P. et al. Adolescência conectada: Mapeando o uso da internet em jovens internautas. **Psicologia Argumento**, v. 30, n. 69, 2017. Disponível em: <<https://periodicos.pucpr.br/index.php/psicologiaargumento/article/view/23288>>. Acesso em: 01 de setembro de 2020.

STUCKEY, Kent D.; ELLIS, Robert L. **Internet and online law**. Law Journal Press, 2020.

YOUNG, K. S. Internet addiction: **the emergence of a new clinical disorder**. Cyberpsychol Behavior. Canadá: CyberPsychology, 1998. Disponível em: < <http://www.netaddiction.com/articles/newdisorder.pdf> >. Acesso em 30 de junho de 2019.

APÊNDICES

APÊNDICE A – Questionário de informações sócio-demográficas



UNIVERSIDADE FEDERAL DO PIAUÍ
CAMPUS SENADOR HELVÍDIO NUNES DE BARROS
CURSO DE BACHARELADO EM ENFERMAGEM

PARTE 1

Registro nº _____

Sexo: () masculino () Feminino

Semestre: _____

Seção A - Informações Gerais**A1-Data do preenchimento:** ____ / ____ / ____**A2-Qual sua idade?** _____**A3 – Quando foi a última vez que o você se conectou à Internet seja através do celular ou tablet, netbook, ou outro facilitador?** () Hoje () Ontem () Fazem mais de dois dias**A4 – Você considera seu uso de Internet?** () Controlado () Descontrolado**A5 – Quando você usa o celular para “teclar” ou verificar algo na internet?**

- a) Enquanto dirige (sem estar parado) () Sim () Não
- b) Enquanto dirige (parado na sinaleira ou engarrafamento) () Sim () Não
- c) Enquanto caminha pela rua () Sim () Não
- d) Acorda durante a noite para verificar () Sim () Não
- e) É a primeira coisa que faz, logo após acordar () Sim () Não
- f) Em encontros sociais, restaurantes () Sim () Não
- g) Durante a aula () Sim () Não

Seção B - Questões para avaliar número de horas dedicadas a Internet**B Considerando as seguintes ferramentas: Computador, Smartphone (celulares com conexão para internet em geral), Tablet, Outro Instrumento:****B1 Quanto tempo você passa na internet?**

() 1 hora () Até 3 horas () “Viro” a noite () Perco a noção do tempo quando uso Internet

B2 Em relação ao seu acesso à Internet

- () Não uso () Uso diário de 2ª à domingo () Somente fins de semana (sáb/dom)
 () Uso cinco dias na semana, de 2ª à 6ªfeira () Uso 1X p/semana

B3 Para você “virar a noite” na internet” (passar parte da madrugada conectado):

- () Acontece pelo menos uma vez por semana
 () Acontece nos fins de semana
 () Acontece pelo menos uma vez a cada quinze dias
 () Acontece diariamente
 () Nunca aconteceu

Seção C – Informação sobre atividades na Internet**C1 Em relação às atividades na Internet, você prefere:**

- () Jogos () Arquivos de música () Redes sociais () Sexo virtual
 () Compras () Pesquisas Acadêmicas () Outro (Exemplo: Youtube, Netflix).

C2 sobre as redes sociais na Internet, você:

- () Utiliza mais frequentemente o Facebook () utiliza mais frequentemente o Whatsapp
 () Utiliza mais frequentemente o Instagram () Utiliza igualmente os quatro acima
 () utiliza mais frequentemente Twitter () Utiliza mais frequentemente outro.

D1 Você já tentou diminuir seu uso de internet? () Sim () Não**D2 Você já buscou ajuda para diminuir seu uso de internet?** () Não () Sim**D3 Se você respondeu sim à pergunta acima , com quem procurou ajuda:**

- () Buscando informações sobre abuso de internet () Pediu ajuda para seus familiares

*Adaptado de SILVA, 2016.

APÊNDICE B – Termo de consentimento livre e esclarecido

UNIVERSIDADE FEDERAL DO PIAUÍ
CAMPUS SENADOR HELVÍDIO NUNES DE BARROS
CURSO DE BACHARELADO EM ENFERMAGEM

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Título do projeto de monografia de graduação: Adicção por internet e redes sociais e sua correlação com sinais de ansiedade em acadêmicos de enfermagem
Pesquisador responsável: Andressa Suelly Saturnino de Oliveira
Discente responsável pela coleta de dados: Kaique Warley Nascimento Arrais
Instituição/Departamento: UFPI/CSHNB/Curso de Bacharelado em Enfermagem
Telefone para contato (inclusive a cobrar): (85) 999289695 (Andressa)
E-mail: andressasuelly@hotmail.com

Você está sendo convidado(a) a participar, como voluntário(a), de uma pesquisa de um trabalho de conclusão de curso. Para tanto, precisa decidir se aceita ou não participar. Por favor, não se apresse em tomar a decisão. Leia cuidadosamente o que se segue e peça esclarecimentos ao responsável pelo estudo sobre as dúvidas que você vier a ter. Este estudo está sendo conduzido pela Dr^a Andressa Suelly Saturnino de Oliveira e a coleta de dados está sendo realizada pelo aluno do Curso de Enfermagem Kaique Warley Nascimento Arrais. Após obter as informações necessárias e desejar participar do estudo, assine o final deste documento, que se apresenta em duas vias; uma delas será sua e a outra pertencerá ao pesquisador-responsável. Em caso de recusa, você não será penalizado (a) de forma alguma.

ESCLARECIMENTO SOBRE O ESTUDO:

Pesquisadora responsável: Andressa Suelly Saturnino de Oliveira

Instituição/Departamento: UFPI/CSHNB/Curso de Bacharelado em Enfermagem

Telefone para contato: (85) 999289695

Aluno que fará a coleta de dados: Kaique Warley Nascimento Arrais

Telefone para contato: (89) 999332546

O objetivo do estudo é: Identificar a correlação entre a dependência de internet e redes sociais com sintomas de ansiedade em acadêmicos de Enfermagem.

Riscos: Constrangimento em responder a alguma questão, porém a equipe de pesquisa tomará todas as providências necessárias para que haja total sigilo das informações coletadas. Os participantes poderão, ainda, desvincular-se em qualquer momento do estudo.

Benefícios: Ao concluir a coleta de dados, você obterá o resultado da aplicação da escala sobre ansiedade e dependência de internet. Os resultados de todos os participantes, de modo sigiloso, serão repassados à academia para que a equipe de trabalho possa conhecer a relação entre essas duas variáveis e planejar ações que possam contribuir com sua saúde.

Procedimentos: Você responderá a um instrumento (preenchido por você, em papel), que contém três partes: perguntas sobre suas características sócio demográfica, Teste de Dependência de Internet e o Inventário de Ansiedade de Beck. O preenchimento leva cerca de quinze minutos.

Consentimento

Eu, _____, RG: _____, CPF: _____, abaixo assinado, concordo em participar do estudo como participante. Fui suficientemente informado a respeito das informações que li e que foram lidas para mim, descrevendo os objetivos da coleta dos dados para um trabalho de conclusão de curso. Ficaram claros para mim quais são os propósitos do estudo, os procedimentos a serem realizados, riscos, garantias de confidencialidade e de esclarecimentos importantes. Ficou claro, também, que minha participação é isenta de despesas e que tenho garantia do acesso a tratamento de saúde quando necessário. Concordo voluntariamente em participar deste estudo e poderei retirar o meu consentimento a qualquer momento, antes ou durante o mesmo, sem penalidades, prejuízo ou perda de qualquer benefício que eu possa ter adquirido, ou no meu atendimento nesta academia.

Local e data: Picos-PI, _____ de _____ de 2019.

Assinatura do participante

Declaro que obtive de forma apropriada e voluntária o Consentimento Livre e Esclarecido deste participante de pesquisa.

Local e data: Picos-PI, _____ de _____ de 2019.

Assinatura do pesquisador

<p>Observações complementares: Se você tiver alguma consideração ou dúvida sobre a ética da pesquisa entre em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa – UFPI - Campus Senador Helvídio Nunes de Barros localizado no seguinte endereço: Rua Cícero Duarte, SN. Bairro Junco, Picos – PI. Telefone: 089-3422-3003 - email: cep-ufpi@ufpi.edu.br / web: http://www.ufpi.br/orientacoes-picos</p>
--

ANEXOS

ANEXO A – Teste de dependência de internet

Com que frequência (você)		Nunca	Raramente	Às vezes	Quase sempre	Sempre
1	Acha que passa mais tempo na Internet do que pretendia?					
2	Abandona as tarefas domésticas para passar mais tempo na internet?					
3	Prefere a emoção da internet à intimidade com seu/sua parceiro/a?					
4	Cria relacionamentos com novo(a)s amigo(a)s da internet?					
5	Outras pessoas em sua vida se queixam sobre a quantidade de tempo que você passa na internet?					
6	Suas notas ou tarefas da escola pioram por causa da quantidade de tempo que você fica na internet?					
7	Acessa seu e-mail antes de qualquer outra coisa que precise fazer?					
8	Piora o seu desempenho ou produtividade no seu trabalho por causa da Internet?					
9	Fica na defensiva ou guarda segredo quando alguém lhe pergunta o que você faz na Internet?					
10	Bloqueia pensamentos perturbadores sobre sua vida pensando em se conectar para acalmar-se?					
11	Se pega pensando em quando vai entrar na internet novamente?					

12	Teme que a vida sem a internet seria chata, vazia e sem graça?					
13	Explode, grita ou se irrita se alguém o(a) incomoda enquanto está na internet?					
14	Dorme pouco por ficar conectado(a) até tarde da noite?					
15	Se sente preocupado(a) com internet quando está desconectado(a) imaginando que poderia estar conectado(a)?					
16	Se pega dizendo "só mais alguns minutos" quando está conectado?					
17	Tenta diminuir o tempo que fica na internet e não consegue?					
18	Tenta esconder a quantidade de tempo em que está na internet?					
19	Opta por passar mais tempo na internet em vez de sair com outras pessoas?					
20	Se sente deprimido(a), mal humorado(a) ou nervosa(a), quando desconectado(a) e esse sentimento vai embora assim que volta a se conectar á internet?					

Fonte: CONTI et al, 2012.

ANEXO B – Instrumento para avaliação da ansiedade

INVENTÁRIO DE ANSIEDADE DE BECK (BAI)

Abaixo está uma lista de sintomas comuns de ansiedade. Por favor, leia cuidadosamente cada item da lista. Identifique o quanto você tem sido incomodado por cada sintoma durante a **última semana, incluindo hoje**, colocando um “x” no espaço correspondente, na mesma linha de cada sintoma.

Nome: _____ Data: ____ / ____ / ____

	Absolutamente não	Levemente Não me incomodou muito	Moderadamente Foi muito desagradável mas pode suportar	Gravemente Difícilmente pode suportar
1. Dormência ou formigamento				
2. Sensação de calor				
3. Tremores nas pernas				
4. Incapaz de relaxar				
5. Medo que aconteça o pior				
6. Atordoado ou tonto				
7. Palpitação ou aceleração do coração				
8. Sem equilíbrio				
9. Aterrorizado				
10. Nervoso				
11. Sensação de sufocação				
12. Tremores nas mãos				
13. Trêmulo				
14. Medo de perder o controle				
15. Dificuldade de respirar				
16. Medo de morrer				
17. Assustado				
18. Indigestão ou desconforto no abdômen				
19. Sensação de desmaio				
20. Rosto afogueado				
21. Suor (não devido ao calor)				

Fonte: CUNHA, 2001.

ANEXO C – Aprovação do CEP

UFPI - UNIVERSIDADE
FEDERAL DO PIAUÍ - CAMPUS
SENADOR HELVÍDIO NUNES



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: ADICÇÃO POR INTERNET E REDES SOCIAIS E SUA CORRELAÇÃO COM SINAIS DE ANSIEDADE EM ACADÊMICOS DE ENFERMAGEM

Pesquisador: Andressa Suelly Satumino de Oliveira

Área Temática:

Versão: 1

CAAE: 77723517.1.000.8056

Instituição Proponente: Universidade Federal do Piauí Campus CSHNB, Picos

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 2.344.662

Apresentação do Projeto:

Trata-se de pesquisa analítica, transversal, de natureza quantitativa, a qual será realizada em uma instituição de ensino superior pública, localizada no município de Picos - PI no período de agosto de 2018 a junho de 2019.

Ocorrerá nas dependências do Curso de Enfermagem, em sala, ao término das aulas.

A amostra será de discentes do primeiro e nono períodos (extremos) do Curso de Bacharelado em Enfermagem:

63 alunos. Os alunos foram por se tratarem dos semestres de início e finalização do curso. Será utilizado como critérios de inclusão na pesquisa: estar devidamente matriculado na instituição no Curso de Bacharelado em Enfermagem, ter idade igual ou superior a 18 anos, usar internet e ser usuário de alguma rede social. E, como critério de exclusão: entrega do instrumento de coleta com menos de 75% dos itens respondidos.

A coleta de dados ocorrerá durante os meses de março e abril de 2019, com três questionários: questionário de informações sociodemográficas, Teste de Dependência de Internet e Inventário de Ansiedade de Beck.

Endereço: CICERO DUARTE 905

Bairro: JUNCO

CEP: 64.807-670

UF: PI

Município: PICOS

Telefone: (89)3422-3003

E-mail: cep-picos@ufpi.edu.br



TERMO DE AUTORIZAÇÃO PARA PUBLICAÇÃO DIGITAL NA BIBLIOTECA
"JOSÉ ALBANO DE MACEDO"

Identificação do Tipo de Documento

- () Tese
() Dissertação
(X) Monografia
() Artigo

Eu, Karley Wesley Nascimento Assis,
autorizo com base na Lei Federal nº 9.610 de 19 de Fevereiro de 1998 e na Lei nº 10.973 de
02 de dezembro de 2004, a biblioteca da Universidade Federal do Piauí a divulgar,
gratuitamente, sem ressarcimento de direitos autorais, o texto integral da publicação
Adicção por internet e redes sociais e sua conexão com sinais
de ansiedade em acadêmicos de engenharia
de minha autoria, em formato PDF, para fins de leitura e/ou impressão, pela internet a título
de divulgação da produção científica gerada pela Universidade.

Picos-PI 01 de dezembro de 2021

Karley Wesley Nascimento Assis
Assinatura

Karley Wesley Nascimento Assis
Assinatura