

ANÁLISE DO USO PATOLÓGICO DA INTERNET E SUA ASSOCIAÇÃO COM TRANSTORNOS MENTAIS COMUNS NA POPULAÇÃO UNIVERSITÁRIA



<https://doi.org/10.56238/arev6n2-017>

Data de submissão: 02/09/2024

Data de publicação: 02/10/2024

Felício de Freitas Netto

Pós-graduação em Gestão em Saúde
Universidade Estadual de Ponta Grossa

Verônica Queji de Paula

Graduanda em Medicina
Universidade Estadual de Ponta Grossa

Fabiana Postiglione Mansani

Doutora em Ciências Bioquímicas
Universidade Estadual de Ponta Grossa

Carolina Bacila de Sousa

Mestre em Ciências da Saúde
Universidade Estadual de Ponta Grossa

RESUMO

As tecnologias da comunicação estão implicadas na revolução do modo de socialização das pessoas e em suas formas de adquirirem conhecimento. Define-se o uso patológico da internet como aquele que corresponde ao uso negligente e/ou obsessivo. Os transtornos mentais comuns (TMC) representam um importante conceito psiquiátrico para designar sinais e sintomas de insônia, fadiga, irritabilidade, amnésia, dificuldade de concentração e queixas somáticas passíveis de evolução para a incapacidade funcional. Trata-se de um estudo transversal e de abordagem quantitativa, no qual 174 acadêmicos de medicina participaram do estudo, em uma Universidade do Sul do Brasil. Foram aplicados três instrumentos simultaneamente, entre os meses de março e abril de 2024, um questionário sobre os dados sociodemográficos, um para a triagem de transtornos mentais comuns e a escala de uso problemático da internet. O nível de significância adotado foi de 5% e as análises estatísticas utilizadas foram feitas no ambiente R 4.4.1. Dos 174 participantes da pesquisa, 56,32% tinham entre 18 e 24 anos, 60,92% identificaram-se como mulheres cis e 74,14% mencionaram ser heterossexuais. A prevalência de possíveis casos de TMC foi de 72,41%. Permanecer conectado à internet por mais tempo do que deveria ($p=0,01$), deixar de fazer tarefas importantes ($p<0,001$) e perder horas de sono para mexer em redes sociais ($p=0,008$) são os critérios com associação, estatisticamente, significativa à classificação como possíveis casos de TMC. O uso problemático da internet, especialmente em relação ao tempo excessivo de conexão, à priorização das redes sociais em detrimento de tarefas importantes e à perda de horas de sono, demonstrou uma associação estatisticamente significativa com a classificação dos participantes como possíveis casos de TMC, refletindo uma elevada prevalência desses transtornos neste estudo.

Palavras-chave: Uso da Internet, Transtornos Mentais, Estudantes.

1 INTRODUÇÃO

As tecnologias da comunicação estão implicadas na revolução do modo de socialização das pessoas e em suas formas de adquirirem conhecimento^[1]. O primeiro estudo abordando o uso da internet foi publicado em 1992^[2]. Nessa época, em se tratando desse recurso como uma novidade tecnológica, o foco das publicações direcionou-se aos benefícios da internet para os diversos contextos sociais. Contudo, quatro anos após essa publicação, em 1996, foi divulgado o primeiro estudo abordando os aspectos negativos dessa nova tecnologia, associando-a a um “novo transtorno médico”, quando seu uso não pudesse ser controlado pelo usuário^[3].

Atualmente, os benefícios e malefícios relacionados ao uso da internet têm sido ainda mais discutidos, principalmente, nas áreas de comunicação social, educação e saúde. No âmbito da saúde, o desenvolvimento da telemedicina tem se tornado uma alternativa cada vez mais consolidada após a pandemia da COVID-19, evidenciando uma intersecção positiva entre os setores da saúde e tecnologia^[4]. Em contrapartida, também existem vertentes de estudos a respeito do impacto da internet no desenvolvimento de patologias mentais, físicas e psicossomáticas^[5], além de comprovarem a associação entre o uso patológico da internet e o desenvolvimento de estereótipos comportamentais violentos em adultos e, de forma mais proeminente, em crianças e adolescentes^[6].

Define-se o uso patológico da internet como aquele que corresponde ao uso negligente e/ou obsessivo. O uso negligente se refere ao período prolongado de conexão à tecnologia, capaz de gerar um impacto negativo nas atividades e relacionamentos cotidianos. O uso obsessivo, por sua vez, remete ao usuário com a necessidade incontrolável em usar a internet, sendo que a sua não utilização pode acarretar sinais e sintomas de abstinência^[7].

Os transtornos mentais comuns (TMC) representam um importante conceito psiquiátrico, postulado por Goldberg e Huxley em 1992, para designar sinais e sintomas de insônia, fadiga, irritabilidade, amnésia, dificuldade de concentração e queixas somáticas passíveis de evolução para a incapacidade funcional^[8]. Além disso, autores atuais preconizam que essas apresentações clínicas podem estar associadas a estresse crônico e a quadros subclínicos de transtorno de ansiedade generalizada (TAG) e transtorno depressivo maior (TDM)^[9]. Os pacientes portadores de algum dos transtornos supracitados possuem maior probabilidade de adquirirem adicção à internet, visto que o uso patológico dessa tecnologia se associa a variados graus de sociabilidade reduzida, uma das características dos TMC e TDM^[10,11].

No que tange ao TAG, sua sintomatologia pode ser intensificada após a exposição prolongada, principalmente, às mídias sociais e jogos *online* presentes no ambiente da internet^[12]. O estresse, por sua vez, propicia a fuga da realidade de seus portadores que tendem a recorrer ao ambiente virtual

como mecanismo compensatório. De tal modo que, nesse ambiente, podem deparar-se com situações mantenedoras desse comportamento, culminando em uma possível adicção^[13]. Além dos transtornos psiquiátricos já mencionados, o uso patológico da internet relaciona-se com maior prevalência de transtornos alimentares^[14], ideação suicida^[15], impulsividade e agressividade^[16].

Justifica-se, pois, a realização deste estudo em decorrência da relevância do tema apresentado e da escassez de pesquisas nacionais e internacionais acerca dos encadeamentos emocionais secundários ao uso patológico da internet, em especial, na população jovem. Além disso, os resultados encontrados nesta pesquisa podem auxiliar na elaboração de políticas de conscientização sobre o referido fenômeno midiático, o qual se encontra em expressiva ascensão global. Por conseguinte, objetiva-se com a execução deste estudo, analisar a prevalência do uso patológico da internet e sua associação com a manifestação de TMC.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

2.1 ASPECTOS ÉTICOS

O projeto foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa, sob protocolo número 6.607.803, CAAE 76806324.2.0000.0105. Todos os participantes do estudo aceitaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) para os sujeitos da pesquisa, conforme a Resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde (CNS).

2.2 DESENHO DO ESTUDO

Trata-se de um estudo transversal e de abordagem quantitativa.

2.3 POPULAÇÃO

O universo amostral foi composto pelo total de 305 acadêmicos do curso de medicina de uma Universidade do Sul do Brasil. O curso é realizado em período integral e com duração de seis anos. Foram elegíveis os acadêmicos do primeiro ao sexto anos, regularmente matriculados, com 18 anos de idade ou mais e que aceitaram participar da pesquisa. Houve 131 recusas (42,95%), assim, 174 (57,04%) acadêmicos participaram do estudo.

2.4 LOCAL DO ESTUDO

O estudo foi realizado em uma Universidade pública da região Sul do Brasil.

2.5 INSTRUMENTOS

Foram aplicados três questionários aos universitários via *Google Forms*, sendo o primeiro referente aos dados sociodemográficos e econômicos, composto por questões sobre a faixa etária, identidade de gênero, orientação sexual, cor e estado civil.

O segundo instrumento foi a escala de uso problemático da internet (SPIU) que continha questões específicas acerca dessa temática. Foi desenvolvido na Espanha e validado no Brasil, no ano de 2018, por Fonseca et al.^[17]. Caracteriza-se por perguntas simples, cujas respostas são fornecidas em uma escala Likert: “discordo totalmente”, “discordo”, “neutro”, “concordo” e “concordo totalmente”. Esse instrumento avalia o uso da internet quanto ao comprometimento com tarefas importantes, tempo de sono, percepção de tempo, alterações de humor, relação com familiares e amigos, além da frequência de uso de redes sociais.

O *Self Report Questionnaire* (SRQ-20) foi o terceiro questionário aplicado para avaliar possíveis casos de TMC. Trata-se de uma ferramenta desenvolvida para rastrear distúrbios psiquiátricos menores na atenção primária à saúde, tendo sido validada no Brasil por Mari e Willians, em 1986^[18]. É composto por 20 questões, cada uma valendo 1 ponto, e a cada resposta “sim” atribui-se essa pontuação, possibilitando resultar em um escore final de 0 a 20 pontos. Os acadêmicos do gênero masculino com pontuação igual ou superior a 6 e do gênero feminino com 8 ou mais pontos foram considerados como possíveis casos de TMC.

2.6 COLETA DE DADOS

A coleta de dados foi realizada entre os meses de março e abril de 2024, em ambiente virtual através da aplicação dos questionários via *Google Forms*. Os acadêmicos do primeiro ano participaram da pesquisa quando estavam no início do primeiro ano letivo, ou seja, haviam ingressado no curso havia 2 meses. Dentre os 174 participantes, 50 (89,28%) estavam cursando o 1º ano, 38 (80,85%) o 2º ano, 37 (61,66%) o 3º ano, 36 (60%) o 4º ano, 8 (20%) o 5º ano e 5 (11,62%) o 6º ano. As porcentagens evidenciam a frequência relativa dos acadêmicos em relação ao número total de discentes da respectiva turma.

2.7 ANÁLISE ESTATÍSTICA

Para a análise estatística, inicialmente, foi realizada a análise descritiva dos dados com frequências absolutas e relativas das variáveis qualitativas, além da prevalência de TMC entre os acadêmicos. A análise associativa entre o uso patológico da internet e ser classificado como um possível caso de TMC foi feita pelo teste de qui quadrado de Pearson ou exato de Fisher, considerando-

se as respostas “concordo” e “concordo totalmente”. O nível de significância adotado foi de 5% e as análises foram realizadas no ambiente R 4.4.1^[19].

3 RESULTADOS

Dos 174 participantes da pesquisa, 56,32% tinham entre 18 e 24 anos, 60,92% identificaram-se como mulheres cis, 74,14% mencionaram ser heterossexuais, 89,08% eram brancos e 92,53% eram solteiros (Tabela 1).

Tabela 1. Caracterização sociodemográfica dos participantes da pesquisa.

Variável	Categorias	N	%	IC ^{&} 95%	
				Inf	Sup
Idade	18-24 anos	98	56,32	32,65	69,21
	25-30 anos	35	20,12	11,25	26,39
	31-35 anos	37	21,27	16,12	29,56
	36-40 anos	3	1,72	0,52	4,42
	> 40 anos	1	0,57	0,09	2,85
Identidade de gênero	Homem cis	65	37,36	30,48	54,17
	Mulher cis	106	60,92	45,32	69,21
	Não binário	3	1,72	0,09	2,85
Orientação sexual	Heterossexual	129	74,14	67,19	87,69
	Homossexual	19	10,92	1,75	17,42
	Bissexual	21	12,07	7,19	25,92
	Pansexual	3	1,73	0,52	4,42
	Assexual	1	0,57	0,09	2,85
	Outra	1	0,57	0,09	2,85
Raça	Branca	155	89,08	76,62	97,25
	Preta	5	2,87	2,45	8,54
	Parda	12	6,90	5,75	15,90
	Outra	2	1,15	0,80	5,15
Estado civil	Solteiro	161	92,53	83,61	98,58
	Casado	1	0,57	0,09	2,85
	Outro	12	6,90	5,75	15,90
<i>&Intervalo de confiança de 95% inferior e superior.</i>					

FONTE: Os Autores, 2024.

Com relação às respostas dadas à SPIU, escala de uso problemático da internet, a Tabela 2 evidencia que a maioria dos participantes considerou ter perdido horas de sono por permanecer conectado e que priorizou o uso da internet em detrimento de realizar tarefas laborais ou pessoais importantes, com a autopercepção de que passam mais horas do que deveriam nas redes sociais, além de considerarem essencial a utilização do *Facebook*, *Instagram* ou *Twitter* todos os dias.

Tabela 2. Caracterização dos universitários quanto ao uso patológico da internet.

Questão	Resposta	N	%	IC ^{&} 95%	
				Inf	Sup
Tenho descuidado de minhas tarefas por conectar-me à internet.	Discordo totalmente	51	29,30	17,35	36,51
	Discordo	40	23,00	9,92	43,40
	Neutro	26	14,94	5,63	19,84
	Concordo	28	16,09	2,96	22,19
	Concordo totalmente	29	16,67	10,27	35,87
Tenho deixado de fazer coisas importantes para poder ficar conectado.	Discordo totalmente	12	6,89	4,12	10,99
	Discordo	10	5,75	2,48	10,85
	Neutro	20	11,50	4,96	21,70
	Concordo	47	27,01	14,77	86,21
	Concordo totalmente	85	48,85	37,84	69,21
Em algumas ocasiões, tenho perdido horas de sono por usar a internet.	Discordo totalmente	8	4,59	1,48	9,87
	Discordo	27	15,52	4,29	19,77
	Neutro	2	1,15	0,84	3,69
	Concordo	99	56,90	49,75	68,24
	Concordo totalmente	38	21,84	17,96	33,27
Às vezes, conecto-me mais do que deveria.	Discordo totalmente	10	5,75	2,48	10,85
	Discordo	3	1,72	1,44	5,96
	Neutro	0	0	0,00	0,00
	Concordo	52	29,89	23,14	41,29
	Concordo totalmente	109	62,64	51,29	73,19
Quando estou conectado (a), sinto que o tempo passa rápido e quando me dou conta fiquei horas na internet.	Discordo totalmente	18	10,34	5,24	19,63
	Discordo	24	13,79	4,16	19,87
	Neutro	9	5,17	1,09	14,78
	Concordo	78	44,84	33,25	57,69
	Concordo totalmente	45	25,86	14,26	31,48
Tem ocasiões que fico de mau humor por não poder me conectar.	Discordo totalmente	97	55,75	42,36	68,19
	Discordo	42	24,14	14,23	29,63
	Neutro	2	1,15	0,84	3,69
	Concordo	18	10,34	5,24	19,63
	Concordo totalmente	15	8,62	1,26	14,25
Existem ocasiões que prefiro ficar conectado (a) à internet ao invés de ficar com minha família ou amigos.	Discordo totalmente	87	50,00	41,69	66,24
	Discordo	36	20,69	11,29	27,22

	Neutro	4	2,30	1,96	6,96
	Concordo	44	25,29	14,89	36,12
	Concordo totalmente	3	1,72	1,44	5,96
Para mim, é importante me conectar diariamente ao <i>Facebook</i> , <i>Instagram</i> ou <i>Twitter</i> , entre outras redes sociais.	Discordo totalmente	0	0	0,00	0,00
	Discordo	0	0	0,00	0,00
	Neutro	0	0	0,00	0,00
	Concordo	6	3,45	1,26	10,27
	Concordo totalmente	168	96,55	82,39	98,57

&Intervalo de confiança de 95% inferior e superior.

FONTE: Os Autores, 2024.

Na Tabela 3, é possível verificar a prevalência de TMC entre os universitários participantes do estudo. Observa-se que, no momento da coleta de dados, 72,41% dos participantes foram classificados como possíveis casos de TMC, a partir das respostas fornecidas ao SRQ-20.

Tabela 3. Prevalência de transtorno mental comum na população estudada.

Variável	Categoria	N	%	IC ^{&} 95%	
				Inf	Sup
Classificação TMC	Não	48	27,59	19,82	32,29
	Sim	126	72,41	49,12	82,11

TMC: transtorno mental comum.

&Intervalo de confiança de 95% inferior e superior.

FONTE: Os Autores, 2024.

Para finalizar, a Tabela 4 elucida que permanecer conectado à internet por mais tempo do que deveria ($p=0,01$), deixar de fazer tarefas importantes ($p<0,001$) e perder horas de sono para mexer em redes sociais ($p=0,008$) são critérios com associação, estatisticamente, significativa aos participantes serem classificados como possíveis casos de TMC.

Tabela 4. Análise associativa entre o uso patológico da internet e ser classificado como um possível caso de transtorno mental comum.

Questão	Resposta	TMC		p-valor
		SIM	NÃO	
		N	N	
Tenho descuidado de minhas tarefas por conectar-me à internet.	Concordo	20	8	0,09*
	Concordo totalmente	22	7	
Tenho deixado de fazer coisas importantes para poder ficar conectado.	Concordo	42	5	<0,001*
	Concordo totalmente	62	23	
Em algumas ocasiões, tenho perdido horas de sono por usar a internet.	Concordo	65	34	0,008*
	Concordo totalmente	30	8	
Às vezes, conecto-me mais do que deveria.	Concordo	27	25	0,01*
	Concordo totalmente	40	69	
Quando estou conectado (a), sinto que o tempo passa rápido e quando me dou conta fiquei horas na internet.	Concordo	44	34	0,07*
	Concordo totalmente	17	28	

Tem ocasiões que fico de mau humor por não poder me conectar.	Concordo	10	8	0,29*
	Concordo totalmente	7	8	
Existem ocasiões que prefiro ficar conectado (a) à internet ao invés de ficar com minha família ou amigos.	Concordo	7	37	0,97#
	Concordo totalmente	1	2	
Para mim, é importante me conectar diariamente ao <i>Facebook</i> , <i>Instagram</i> ou <i>Twitter</i> , entre outras redes sociais.	Concordo	1	5	0,45#
	Concordo totalmente	41	127	

TMC: transtorno mental comum.

*Teste qui quadrado de Pearson; #Teste exato de Fisher.

FONTE: Os Autores, 2024.

4 DISCUSSÃO

O uso da internet entre universitários desempenha um papel fundamental na facilitação do acesso a informações acadêmicas, permitindo a busca rápida por conteúdos relevantes e a participação em comunidades de aprendizagem. No entanto, o uso excessivo e inadequado pode levar a consequências negativas, como diminuição do desempenho acadêmico e distrações constantes. Além disso, estudos recentes afirmam que a dependência da internet pode afetar a saúde mental dos estudantes, contribuindo para o desenvolvimento de ansiedade, estresse e distúrbios do sono^[20].

A escala SPIU é uma ferramenta validada para a avaliação do uso patológico da internet e eficaz em contextos acadêmicos. Ela permite a identificação de comportamentos problemáticos relacionados ao uso excessivo da internet, medindo fatores como a compulsão, o impacto na vida cotidiana e a dependência emocional. Sua aplicação auxilia na detecção precoce de padrões de uso prejudiciais, fornecendo dados para intervenções terapêuticas direcionadas, visando reduzir os efeitos negativos do uso disfuncional da internet na saúde mental, no desempenho acadêmico e na qualidade de vida dos estudantes^[21].

Neste estudo, foi identificada elevada prevalência de TMC entre os acadêmicos, com 72,41% classificados como possíveis casos após a aplicação do SRQ-20. Comparativamente, estudos de metodologia e população semelhantes apresentaram prevalências variadas, como 34,7% em Fortaleza^[22], 60,1% em Jundiá durante o período da pandemia de COVID-19^[23], 45,6% em Vila Velha^[24], 40,0% em Foz do Iguaçu^[25], 44,9% em Botucatu^[26], 26,1% no Vale do Paraíba^[27], e 19,3% em Tubarão^[28]. Em âmbito internacional, um estudo realizado na Jordânia encontrou uma prevalência de 65,7%^[29].

As variações na prevalência de TMC entre os estudos podem ser explicadas por diversos fatores contextuais e metodológicos. As diferenças nas características demográficas e socioeconômicas das populações estudadas, como idade, gênero, nível socioeconômico e acesso a serviços de saúde mental, podem influenciar os resultados. Ademais, o impacto da pandemia da COVID-19 pode ter aumentado a incidência de TMC no estudo feito com estudantes na cidade de Jundiá^[23]. Os aspectos culturais e

regionais, como o estigma associado à saúde mental e a disponibilidade de suporte social, também podem contribuir para essas disparidades, como observado nas diferenças entre os estudos conduzidos no Brasil e na Jordânia^[29].

A autopercepção dos universitários sobre o tempo excessivo conectado às redes sociais foi um fator significativo encontrado neste levantamento. Embora a escala SPIU não tenha estabelecido um limite temporal específico para definir esse comportamento, os dados mostraram que muitos participantes priorizam o uso da internet em detrimento de tarefas laborais ou pessoais importantes e, frequentemente, perdem horas de sono por permanecerem conectados. Esses achados sugerem que o uso da internet pode estar sendo utilizado como um mecanismo de escape do estresse cotidiano.

No que se refere à priorização da internet em oposição às atividades relevantes, sejam profissionais, acadêmicas ou pessoais, acredita-se que a conexão digital possa funcionar como uma forma de alívio temporário para o estresse. Um estudo realizado no Japão em 2019, que investigou o vício em internet e depressão entre universitários, revelou uma relação bidirecional entre o uso da internet e o estresse: os estudantes recorrem à internet para aliviar o estresse, o que, por sua vez, pode reduzir a sociabilidade e deteriorar as relações sociais existentes, aumentando ainda mais o estresse e perpetuando o ciclo de dependência^[10]. Essa dinâmica pode ser observada também na procrastinação de responsabilidades acadêmicas, onde o adiamento de tarefas gera mais estresse e reforça o uso da internet como forma de escape, o que se reflete na percepção dos participantes sobre a necessidade de acessar redes sociais diariamente.

Além disso, uma revisão sistemática realizada por Hale e Guan^[30] indicou que a maioria dos estudos aponta para uma relação negativa entre o uso de telas e a qualidade do sono. Essa relação é evidenciada pela redução do tempo total de sono, agitação física e mental devido ao conteúdo consumido e possíveis interações sociais, além da interferência da luz emitida pelos dispositivos no ciclo circadiano. Em conformidade com a revisão sistemática de Hertenstein et al.^[31], a insônia aumenta o risco de psicopatologias, especialmente a depressão, evidenciando a associação entre alterações do sono e TMC.

A amostra deste estudo foi composta apenas por universitários de uma instituição específica, o que pode limitar a generalização dos achados para outras populações ou contextos acadêmicos. Além disso, o uso de questionários autoadministrados pode estar sujeito a viés de relato. A natureza transversal do estudo também impede o estabelecimento de relações causais diretas entre o uso problemático da internet e TMC. Por fim, não foram avaliados outros fatores potencialmente influenciadores, como aspectos culturais, familiares e de saúde pré-existentes, que poderiam impactar a prevalência de TMC e o comportamento patológico de uso da internet.

Por conseguinte, o uso problemático da internet, especialmente em relação ao tempo excessivo de conexão, à priorização das redes sociais em detrimento de tarefas importantes e à perda de horas de sono, demonstrou uma associação estatisticamente significativa com a classificação dos participantes como possíveis casos de TMC, refletindo uma elevada prevalência desses transtornos neste estudo. Esses achados ressaltam a necessidade de promover intervenções voltadas para o uso consciente da internet, assim como estratégias de apoio psicológico e prevenção de problemas de saúde mental entre os estudantes universitários.

REFERÊNCIAS

- Fernanda S, Rodrigues N. Tecnologias 2.0 E Novas Cidadanias Emergentes. *Rev Interdiscip em Cult e Soc São Luís*. 2017;3:1–20.
- Guardabasso V, Angeli G. Some Tools for the Diffusion of Biomedical Information Using Research Networks. *Ann N Y Acad Sci*. 1992;670(1):215–28.
- O'Reilly M. Internet addiction: A new disorder enters the medical lexicon. *C Can Med Assoc J*. 1996;154(12):1882–3.
- Humphreys J, Schoenherr L, Elia G, Saks NT, Brown C, Barbour S, et al. Rapid Implementation of Inpatient Telepalliative Medicine Consultations During COVID-19 Pandemic. *J Pain Symptom Manage [Internet]*. 2020;60(1):e54–9.
- Elhai JD, Yang H, Montag C. Síndrome de FOMO: síntese, fundamentos teóricos e revisão de literatura sobre relações com a gravidade da afetividade negativa e o uso problemático da tecnologia. *Revista Debates em Psiquiatria*. 2022; (12): 1-28.
- Brown RC, Plener PL. Non-suicidal Self-Injury in Adolescence. *Curr Psychiatry Rep*. 2017;19(3):1–8.
- Kelley KJ, Gruber EM. Psychometric properties of the Problematic Internet Use Questionnaire. *Comput Human Behav [Internet]*. 2010;26(6):1838–45.
- Gundim VA, Encarnação JP da, Fontes SKR, Silva AAF, Santos VTC dos, Souza RC de. Transtornos Mentais Comuns e rotina acadêmica na graduação em Enfermagem: impactos da pandemia de COVID-19. *Rev Port Enferm Saúde Ment*. 2022;(27):21–37.
- Pereira RC, Souza S De, Simeão S. Artigo original Transtornos Mentais Comuns (TMC): um estudo com estudantes de cursos técnicos Common Mental Disorders (CMD): a study with students from technical courses Trastornos Mentales Comunes (TMC): un estudio con estudiantes de cursos técnico. *Rev Psicol Divers Saúde*; 12(1). 2023.
- Seki T, Hamazaki K, Natori T, Inadera H. Relationship between internet addiction and depression among Japanese university students. *J Affect Disord [Internet]*. 2019;256(June):668–72.
- Association AP. Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais - DSM-5-TR: Texto Revisado. (5th edição). Porto Alegre: Grupo A; 2023.
- Xie X, Zhu K, Xue Q, Zhou Y, Liu Q, Wu H, et al. Problematic Internet Use Was Associated With Psychological Problems Among University Students During COVID-19 Outbreak in China. *Front public Heal*. 2021;9(June):675380.
- Wan Ismail WS, Sim ST, Tan KA, Bahar N, Ibrahim N, Mahadevan R, et al. The relations of internet and smartphone addictions to depression, anxiety, stress, and suicidality among public university students in Klang Valley, Malaysia. *Perspect Psychiatr Care [Internet]*. 2020;56(4):949–55.

- Banna MH Al, Akter S, Kabir H, Brazendale K, Sultana MS, Alshahrani NZ, et al. Internet addiction, depressive symptoms, and anxiety symptoms are associated with the risk of eating disorders among university students in Bangladesh. *Sci Rep [Internet]*. 2023;13(1):1–12.
- Herruzo C, Sánchez-Guarnido AJ, Pino MJ, Lucena V, Raya AF, Herruzo FJ. Suicidal Behavior and Problematic Internet Use in College Students. *Psicothema*. 2023;35(1):77–86.
- Terroso LB, Pante M, Krimberg JS, de Almeida RMM. Prevalence of internet addiction and its association to impulsivity, aggression, depression, and anxiety in young adult university students. Terroso, L. B., Pante, M., Krimberg, J. S., & de Almeida, R. M. M. (2022). Prevalence of internet addiction and its . *Estud Psicol*. 2022;39:1–13.
- Nunes Da Fonsêca P, Neves Couto R, Cândido Do Vale Melo C, De Oliveira Silva Machado M, Farias De Souza Filho J. Escala de uso problemático de internet en estudiantes universitarios: evidencias de validez y fiabilidad. *CienciasPsi*. 23 de outubro de 2018;223–30.
- de Jesus Mari J, Williams P. A Validity Study of a Psychiatric Screening Questionnaire (SRQ-20) in Primary Care in the city of Sao Paulo. *British Journal of Psychiatry*. 1986;148(1):23–6. doi:10.1192/bjp.148.1.23.
- R Core Team (2021). R: a language and environment for statistical computing. R Foundation for Statistical Computing, Vienna, Austria.
- Amponsah KD, Aboagye GK, Narh-Kert M, Commey-Mintah P, Boateng FK. The Impact of Internet Usage on Students' Success in Selected Senior High Schools in Cape Coast metropolis, Ghana. *EJES*. 30 de junho de 2022;9(2):1–18.
- Boubeta A, Gómez P, Manuel IF, Gallego M, Varela-Mallou J. PIUS-a: Problematic Internet Use Scale in adolescents. Development and psychometric validation. *Adicciones*. 17 de abril de 2015;27:47–63.
- Sousa AR, Reis DMD, Vasconcelos TMD, Abdon APV, Machado SP, Bezerra IN. Relação entre Transtornos Mentais Comuns e a ingestão dietética de universitários da área da saúde. *Ciênc saúde coletiva*. setembro de 2021;26(9):4145–52.
- Perissotto T, Silva TCRPD, Miskulin FPC, Pereira MB, Neves BA, Almeida BC, et al. Mental health in medical students during COVID-19 quarantine: a comprehensive analysis across year-classes. *Clinics*. 2021;76:e3007.
- Melado AS de SG, Vitorino FAC, Szpilman ARM, Poton WL. Prevalence and risk factors associated with common mental disorders among medical students. *Revista Brasileira de Medicina de Família e Comunidade*. 31 de dezembro de 2019;14(41):1911–1911.
- Gomes AC. Universidade de São Paulo Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto. 2019.
- Silva AG, Cerqueira ATDAR, Lima MCP. Social support and common mental disorder among medical students. *Rev bras epidemiol*. março de 2014;17(1):229–42.

Cunha MAB, Neves AADF, Moreira ME, Hehn FJ, Lopes TP, Ribeiro CCF, et al. Transtornos psiquiátricos menores e procura por cuidados em estudantes de Medicina. Rev bras educ med. setembro de 2009;33(3):321-8.

Baldisserotto CM, Filho ES, Nedel F, Sakae TM. Problemas psiquiátricos menores e indicadores do uso problemático de álcool entre os estudantes de medicina da Universidade do Sul de Santa Catarina - UNISUL.

Abuhamdah SMA, Naser AY, Abdelwahab GM, Alqatawneh A. The prevalence of mental distress and social support among university students in Jordan: A cross-sectional study. Int J Environ Res Public Health. 2021;18(21).

Hale L, Guan S. Screen time and sleep among school-aged children and adolescents: a systematic literature review. Sleep Med Rev. 2015 Jun;21:50-8. doi: 10.1016/j.smr.2014.07.007. Epub 2014 Aug 12. PMID: 25193149; PMCID: PMC4437561.

Hertenstein E, Feige B, Gmeiner T, Kienzler C, Spiegelhalder K, Johann A, et al. Insomnia as a predictor of mental disorders: A systematic review and meta-analysis. Sleep Med Rev [Internet]. 2019;43:96-105. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.smr.2018.10.006>