

Trabalhos Científicos

Título: Adolescência, Saúde Mental E Redes Sociais: Reflexos Do Autodiagnóstico Digital

Autores: ANALISSA VICTÓRIA SOUZA FERRAZ (UFCSPA), LUANA MEICHTRY MILESI (UFCSPA), ANA CAROLINE MARQUES WEYH (UFCSPA), GABRIELA COELHO MAGNUS (UFCSPA), FERNANDA MALISZEWSKI KAZANOWSKI (UFCSPA), GABRIEL ROCHA (UFCSPA), ALICE POLENZ WIELEWICKI (UFCSPA), RODRIGO PILATO RAMOS (UFCSPA), HENRIQUE BRUSCH NASCIMENTO CZUPRINI (UFCSPA), ANA CRISTINA BITTENCOURT BINSFELD (PUCRS)

Resumo: A expansão das redes sociais transformou como adolescentes compreendem sua saúde mental, expondo-os a relatos e informações sobre transtornos psicológicos. O autodiagnóstico surge como um fenômeno crescente, com incertezas e possíveis impactos no desenvolvimento emocional juvenil. Analisar evidências científicas sobre a influência das redes sociais na tendência de autodiagnóstico de transtornos mentais entre adolescentes. Foram realizadas buscas nas bases PubMed e SciELO com os descritores “adolescent”, “diagnostic self evaluation”, “mental disorders” e “social media”, combinados por operadores booleanos. Incluíram-se estudos originais, publicados entre 2015 e 2025, com texto completo gratuito, que abordassem interações de adolescentes com conteúdos digitais de saúde mental e processos cognitivos ligados ao autodiagnóstico. Excluíram-se revisões, editoriais, estudos sem recorte adolescente, sem relação direta com redes sociais ou com acesso restrito. A literatura indica que a exposição frequente a conteúdos sobre sintomas de ansiedade, depressão, transtorno do déficit de atenção com hiperatividade (TDAH) e transtornos de personalidade favorece o autorreconhecimento, muitas vezes sem avaliação profissional. Algoritmos ampliam essa exposição, criando “bolhas” que reforçam identificações com diagnósticos não confirmados. Adolescentes interpretam emoções comuns, como estresse e oscilações de humor, como sinais de doença após contato repetido com relatos de outros jovens. Estudos experimentais mostram que sugestões visuais e verbais podem alterar a percepção de sintomas, levando a conclusões precipitadas. Além do impacto cognitivo, há aumento da ansiedade relacionada à saúde, medo de tratamento inadequado e buscas por intervenções sem supervisão médica. Efeitos sociais incluem reforço de identidade ligada a transtornos e participação em comunidades que normalizam comportamentos autolesivos. Por outro lado, destacam-se benefícios potenciais: maior visibilidade da saúde mental, redução do estigma e incentivo à busca por apoio especializado. Intervenções sugeridas abrangem programas escolares de uso crítico das redes, capacitação de pais e professores, e envolvimento de profissionais de saúde na produção de conteúdos confiáveis. Estratégias tecnológicas, como filtros e avisos sobre a confiabilidade das informações, também são apontadas como prevenção. A exposição a conteúdos de saúde mental nas redes sociais contribui para o autodiagnóstico entre adolescentes, fenômeno marcado por riscos clínicos relevantes, embora com potenciais efeitos positivos na busca por cuidado. As evidências reforçam a necessidade de educação digital, regulação de conteúdos e intervenções digitais seguras para minimizar danos e apoiar decisões de saúde mais conscientes.