

**LIGA DE ENSINO DO RIO GRANDE DO NORTE  
CENTRO UNIVERSITÁRIO DO RIO GRANDE DO NORTE (UNI-RN)CURSO DE  
GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA - NOTURNO**

**ORIENTADORA:Karina Veras**

**ANSIEDADE E SUA RELAÇÃO COM AS REDES SOCIAIS NA VIDA ADULTA**

Andrea Gabriel F. Rodrigues  
Erivania Xavier de lima  
Emerson Renato Cruz da Silva

**NATAL/2023**

## **ANSIEDADE E SUA RELAÇÃO COM AS REDES SOCIAIS NA VIDA ADULTA**

*Andréa Gabriel F. Rodrigues*

*Erievania Xavier de Lima*

*Emerson Renato Cruz da Silva*

*Orientadora: Karina Veras*

### **RESUMO**

A ansiedade é entendida como um estado emocional necessário para a nossa sobrevivência, funcionando como uma autoproteção na vida humana. Todavia, quando esse nível de ansiedade eleva-se a proporções exageradas, torna-se prejudicial ao sujeito, afetando o modo de viver, gerando angústias contínuas, saindo de um modo adaptativo para um estado persistente de desequilíbrio e passa a afetar negativamente a saúde psíquica. O presente estudo buscou compreender como as redes sociais podem afetar psiquicamente os adultos quanto ao desenvolvimento de processos de ansiedade. Com o propósito de alcançar o objetivo proposto na pesquisa, optamos pela realização de uma pesquisa bibliográfica, considerando a busca pelos significados sobre o tema, entendendo como a literatura existente apresentadas discussões mais recentes, dos últimos cinco anos sobre a temática ansiedade nos adultos e uso das tecnologias. Os resultados da pesquisa sinalizam para algo preocupante quanto ao uso das redes sociais na atualidade, os dados evidenciam que o avanço indiscriminado das mídias sociais apresentou influência sobre o desenvolvimento de Transtornos de Ansiedade e aponta uma estreita relação entre uso excessivo de redes sociais e problemas psicológicos, dentre eles, os transtornos de ansiedade generalizada, síndrome do pânico, fobia social, etc. Portanto, ao interagir com as mídias sociais o sujeito adulto interage também, com distintas representações da realidade; que tanto pode provocar malefícios para a saúde como benefícios se usada com equilíbrios. Quando em níveis elevados de uso, os(os) usuários(as) passa a ser afetado e adoecido mentalmente. A pesquisa aponta para os necessários cuidados preventivos e tratamento terapêutico.

**Palavras-chave:** ansiedade, adultos, psicologia, redes sociais, terapia.

## 1. INTRODUÇÃO

A presente pesquisa versa sobre o tema ansiedade e suas relações com as redes sociais, deu-se devido à observação de como a sociedade em que vivemos na atualidade permeada pelas redes sociais (instagram, facebook, whatsapp), vem aumentando excessivamente a conexão digital em prol de informações, pesquisas, relações interpessoais e como esse excesso de conexão, a falsa impressão de extrema liberdade, independente das consequências, tem trazido consequências a esse sujeito, vários tipos de transtornos psicológicos, inclusive, a ansiedade. Questionamos como as redes sociais (Facebook, WhatsApp, Instagram e Youtube) afetam psicologicamente os adultos deixando-os ansiosos? Entendemos que esse debate elucidará questões importantes para entendermos melhor os estilos de vida e como os adultos operam nas relações interpessoais com o uso das redes sociais.

A opção pelo tema que versa sobre ansiedade e suas relações com as redes sociais, deu-se devido à observação de como a sociedade em que vivemos na atualidade permeada pelas redes sociais, vem aumentando excessivamente a conexão digital em prol de informações, pesquisas, relações interpessoais e como esse excesso de conexão, a falsa impressão de extrema liberdade, independente das consequências, tem trazido consequências a esse sujeito, vários tipos de transtornos psicológicos, inclusive, a ansiedade.

Optamos pelo estudo dos adultos. Esse público, apesar de possuir mais experiências de vida e não ser tão vulnerável a tipos de transtornos como as crianças e adolescentes, vem apresentando nos últimos anos, um aumento considerável de adoecimentos psicológicos, inclusive a ansiedade. Investigar melhor esses adultos é buscar entender que há uma prevalência da ansiedade generalizada nessa categoria e como a interação entre eles via redes sociais, provoca níveis de ansiedade tão alta.

Com o propósito de alcançar os objetivos propostos na pesquisa, optamos pela realização de uma pesquisa bibliográfica, considerando a busca pelos significados sobre o tema, entendendo como a literatura existente sobre o tema tem apresentado discussões mais recentes, dos últimos cinco anos sobre a temática ansiedade nos adultos e uso das tecnologias.

A nossa opção teórico-metodológica para a realização da pesquisa bibliográfica, foi com foco no levantamento da bibliografia já publicada sobre o tema. Essa abordagem da pesquisa possibilitou a realização de reflexões sobre o tema à luz do referencial teórico da abordagem Histórico-cultural. Ainda, na pesquisa qualitativa consideramos que há uma particular complexidade no caminho da busca por respostas no

âmbito da cientificidade, caracterizado por um conjunto de conceitos, proposições, métodos e técnicas (MINAYO, 1994).

A pesquisa realizada foi de natureza básica, com o propósito de buscar o avanço do conhecimento, sem se preocupar com a resolução do problema). Não há intenção de aplicação do objeto de estudo em situações experimentais. Quanto aos objetivos, foram explicativos, onde buscamos explicar fatores que contribuíam para a ocorrência do fenômeno. Esta proposta de pesquisa se inseriu no campo das ciências humanas, isto é, referente a estudos que preconizam pela densa partilha entre sujeito e objeto, a fim de identificar e compreender a complexidade de significados associados a todos os locais, fatos e pessoas que constituem o objeto de pesquisa (CHIZZOTTI, 2003). Sabendo que esta é uma pesquisa no campo das ciências humanas, entendeu-se a dimensão qualitativa deste trabalho, pois “o objeto das Ciências Humanas é essencialmente qualitativo” (MINAYO, 2014, p. 15).

Quanto aos procedimentos usados, esses foram os sistemáticos para a análise e explicação do tema, onde foram utilizados livros e artigos científicos, periódicos que abordavam sobre a temática. Os instrumentos contribuíram para a análise de conteúdo.

No percurso metodológico, durante a realização da pesquisa exploratória sobre o tema, encontramos uma literatura vasta sobre o tema, o que inviabilizou a nossa pesquisa quanto à existência de fontes diversas sobre o tema escolhido. Contudo, tivemos que realizar uma triagem e delimitação dos textos, tendo em vista a necessidade de fazer escolhas de alguns artigos científicos que melhor contribuíram para a elucidação da pergunta-problema. Não recorremos à análise documental, pois optamos por uma pesquisa de natureza teórica da literatura.

Os procedimentos bibliográficos consistiram pois, nesse primeiro momento da pesquisa, de uma revisão da literatura existente nos últimos dez anos sobre o tema. A justificativa pela opção dos textos selecionados para análise teve como critério o tema e os filtros realizados. Ainda há de considerarmos que na nossa metodologia, com a finalidade de responder a pergunta-problema e atingir o nosso objetivo proposto, selecionamos via pesquisa exploratória alguns artigos científicos que versam sobre o tema. Essa triagem inicial foi necessária, mediante a vasta literatura existente sobre o tema e a delimitação do referencial teórico que nos fundamentou teoricamente na nossa análise

## 2. DESENVOLVIMENTO

Na presente pesquisa foram selecionados 5 textos publicados entre os anos 200 e 2022, em língua portuguesa e inglesa. Priorizamos esses cinco artigos, por nos trazer questões relevantes sobre o tema e fazer um relevante entrecruzamento com o referencial teórico da abordagem Histórico-cultural.

Tivemos que desconsiderar um largo referencial teórico por ser um conteúdo que apontava situações de gênero, faixa etária diferente da optada neste estudo, assim como, não possibilitar focarmos na nossa pergunta-problema. Há uma vasta literatura sobre o tema que selecionamos para a pesquisa e ao optamos pelo estudo dos adultos, percebemos que esse público, apesar de possuir mais experiências de vida e não ser tão vulnerável a tipos de transtornos como as crianças e adolescentes, vem apresentando nos últimos anos, um aumento considerável de adoecimentos psicológicos, inclusive a ansiedade. Investigar melhor esses adultos é buscar entender que há uma prevalência da ansiedade generalizada nessa categoria e como a interação entre eles via redes sociais, provoca níveis de ansiedade tão altos.

Ao instigarmos o debate sobre a ansiedade, a pesquisa elucida que vários são os desencadeadores que impulsionam níveis diversos de ansiedade nos sujeitos, desde os estilos de vida, condições de saúde e trabalho, modos de operar nas relações interpessoais, dentre outros.

A ansiedade é entendida como um estado emocional necessário para a nossa sobrevivência, funcionando como uma autoproteção na vida humana. Todavia, quando esse nível de ansiedade eleva-se a proporções exageradas, torna-se prejudicial ao sujeito, afetando o modo de viver, gerando angústias contínuas, saindo de um modo adaptativo para um estado persistente de desequilíbrio e passa a prejudicar a saúde psíquica.

A ciência biomédica considera que a ansiedade é um estado emocional, sendo que as funções psicológicas superiores, segundo Vygotsky (1987), são produtos da história da humanidade, portanto, não se desenvolvem como processos de maturação biológica. Com isso, ressaltamos que, nas diversas relações sociais, em que se faz presente o aparato midiático, o processo de humanização como processo educativo, dar-se continuamente na produção da cultura, na produção da nossa existência e no consumo dessa cultura. E, algumas funções psicológicas superiores, segundo Andrade Filho (2003, p.124):

Assim, algumas funções psicológicas – que poderiam se constituir por mediações mais apropriadas para lidar com as exigências e as pressões sociais

incitadoras dos estados ansiosos –, devido à ausência ou mesmo às inadequações das mediações, podem culminar na continuidade e/ou intensificação dos estados de medo e ansiedade, por períodos excessivamente longos e para além do que a pessoa/personalidade pode ‘dar conta’, sem grandes prejuízos ao sistema personalidade-atividade. As ameaças reais, sempre sentidas e significadas, suscitam emoções e pensamentos, dentre os quais se destacam medo, preocupação e alerta, os quais podem desorganizar as atividades e as relações.

Quanto à desorganização das atividades psíquicas gerada por ameaças advindas do mundo externo, os debates atuais no campo da psicologia, revelam as redes sociais como elementos estimulantes de comportamentos sociais que representam estereótipos de vida e de desejos que muitas vezes padronizam posições e figuras irreais, gerando representações inatingíveis, como a simbologia da felicidade e do consumo. Esses modelos refletem-se na vida das pessoas, gerando angústias, dores e sofrimento psíquico.

Os Transtornos de Ansiedade podem ser descritos como manifestações de um quadro onde há uma excitação exacerbada do sistema nervoso, produzindo no indivíduo um sentimento de apavoramento expressado por uma preocupação exagerada produzida por uma mistura de informações, pensamentos e antecipação de situações futuras, que juntas geram um quadro de angústia extrema (CASTILLO ARGLE, et al., 2000; PENNINX BW, et al., 2021).

O referencial Vygotskyano (1987), de uma abordagem Histórico- cultura, ressaltamos que esse pesquisador traz a ideia de que por meio das interações sociais o indivíduo desenvolve suas funções psicológicas superiores. E, quando pensamos em interações sociais vemos que essa modalidade nas últimas décadas opera muito de forma online, são produzindo também conexões de relacionamentos vazios, frágeis, onde uma curta te aceita ou não.

Muito embora o nosso dia a dia seja beneficiado, de forma prática, pelos aparatos tecnológicos, a hiperconectividade também apresenta um lado obscuro de negatividade. O Jornal O Globo (2022) publicou recentemente dados de uma pesquisa realizada pelo Ministério da saúde, onde constatou que Natal é a segunda capital do nordeste com maior número de adultos entre 18 anos ou mais, com depressão, com um percentual de 11,8%, atrás apenas da capital Recife, com 12,5%. Pensemos porque tantas “amizades” virtuais, com tanta tecnologia, traz a pauta tanta solidão e adoecimento. Pensemos também que essa “transparência” de atitudes nas redes não traz uma superficialidade em busca dessa felicidade explanada por muitos.

A pesquisa sinalizou para um crescente uso e excessos de estímulos e

conteúdo que são consumidos gradativamente e que cotidianamente geram estresse, insatisfações, também ansiedade e até depressão, pois o medo de estar perdendo algo tem provocado ansiedade nas pessoas adultas. Cada vez mais os adultos estão consumindo tecnologias diversas, incluindo o whatsapp, facebook e instagran. São horas do dia dispendidas ao uso desses recursos midiáticos, acessando as redes sociais e delas construindo uma rede interativa e de amizades virtuais, onde criam largas expectativas de relacionamentos e respostas quanto às postagens feitas.

A Psicologia Histórico-Cultural de Vygotsky (1896-1934) entende a formação da psique humana a partir da gênese do processo histórico-cultural, ou seja, as relações sociais que constituem o sujeito existem através de um desenvolvimento histórico desses fenômenos, a história da psique humana e a história social de sua constituição (CAMBAÚVA; TULESKI, 2007). Com base nessas reflexões que surgiram durante a nossa pesquisa investigamos com mais profundidade, como essas redes sociais estão provocando nas pessoas níveis de ansiedade, deixando-as doentes. Ao analisar essas questões, refletiremos sobre as nossas relações com as redes sociais e a forma de acessá-las de uma forma que consigamos incitar o pensar sobre a qualidade de vida, sobre a saúde mental e nossas formas cotidianas de nos comunicarmos uns com os outros.

O pensamento de Vygotsky (1987) sobre a sociedade, o sujeito e suas relações interpessoais foram tomadas a partir do olhar da linguagem, dos sistemas simbólicos (signos) e dos significados atribuídos a eles. Os processos de aprendizagem que

ocorrem socialmente via o uso dos signos, que agem como instrumentos da atividade psicológica dos sujeitos, produzindo representações mentais, que substituem os objetos do mundo real. Nos processos interativos sociais, o sujeito constrói essas representações, assim se dando, via os diversos aplicativos que conectam as pessoas via o uso das mídias sociais, gerando interações que levam a aprendizados diversos.

Algumas pessoas conseguem, de acordo com as suas singularidades, abstrair desses aplicativos virtuais, aprendizados construtivos, outros, apresentam dificuldade de equilibrar e usar de forma moderada a tecnologia, sofrendo pelo ímpeto e pelo vício e perturbação psíquica quando não consegue equilibrar suas emoções e lidar com o diverso, com as frustrações e um sentimento de isolamento na vida real. Assim sendo,, esses sujeitos tornam-se alvo fácil dessas tecnologias, pois sua fragilidade psíquica abre espaço para o adoecimento mental, ficando então, comprometida a sua saúde.

Vygotsky (1987) ao considerar nos seu estudos o plano genético da sociogênese sem desconsiderar os processos da microgênese, nos leva a analisar as redes sociais e as singularidades de cada sujeito histórico, assim como, entender as teias sócio-históricas que no processo de construção da cultura, foram se construindo e compondo uma rede de comunicação entre as pessoas a partir do desenvolvimento das novas tecnologias da informação e comunicação.

Entender como o sujeito individual incorpora e dá sentido a essas formas de comunicação, é entender também, o funcionamento psicológico do sujeito, que tem como base as relações sociais num contexto histórico e cultural. Os conceitos de interação e mediação defendidos por Vygotsky passam a dar sentido ao nosso estudo, a partir da análise sobre a aprendizagem social que implica muito mais do que a ação do indivíduo no meio, os processos de interação. E nesses processos de interação, os indivíduos se comunicam em atividades diversas, sejam profissionais, de lazer, nas interações sociais diversas.

O público adulto, apesar de possuir mais experiências de vida e não ser tão vulnerável a tipos de transtornos como as crianças e adolescentes, vem apresentando nos últimos anos, um aumento considerável de adoecimentos psicológicos, inclusive a ansiedade, pois há uma prevalência da ansiedade generalizada nessa categoria e como a interação entre eles via redes sociais, provocando níveis de ansiedade tão alta.

Numa abordagem mais holística, onde compreendemos que as suas ações no mundo não se dão apenas de forma isolada e individualizada, há de considerarmos o sujeito e suas relações, o sujeito e suas relações com as tecnologias. A sociedade é um fenômeno histórico-cultural, onde indivíduos produzem cultura, fazem parte,



apropriam-se e a difundem nas constantes conexões que são dinâmicas e sofrem pois são configurações contínuas num processo dialético. Assim ocorre com o usufruto e produção dos aparatos midiáticos que assim produzem simbologias diversas e linguagens compartilhadas, que no âmbito mais global e singular, atinge de forma singular cada sujeito histórico. Entendemos esse fenômeno e também interpretarmos a cultura à luz dos usos e impactos das redes sociais na vida cotidiana dos sujeitos históricos.

No livro intitulado: Pensamento e linguagem, do autor Vygotsky (1987) sintetizamos o conceito de linguagem e pensamento e fizemos conexões com o conceito de ansiedade. Essa relação foi relevante para entendermos o conceito de ansiedade numa abordagem histórica e cultural, sendo os sujeitos que sendo afetados, vivenciam situações diversas nas diversas relações sociogenéticas e microgenéticas.

O livro intitulado: A produção social dos transtornos de ansiedade: reflexões a partir da Psicologia Histórico-Cultural, do autor FILHO, Andrade José Alberto Lechuga (2022) possibilitou uma leitura sobre o conceito de ansiedade a partir dos pressupostos da Psicologia Histórico-cultural entendendo esse conceito a partir de determinantes sociais que contribuem para o processo saúde-doença. Esse autor problematiza concepções hegemônicas e seus possíveis desdobramentos à respeito da ansiedade, especificando a construção de sentidos para entendermos como a ansiedade afeta o sujeito e que não se trata apenas de pensar esse tema sob um olhar hegemônico biomédico, mas, a partir de sentidos construídos historicamente decorrente das diversas relações interpessoais que se dão na sociedade.

O conceito de ansiedade abordado pelo Ministério da saúde que trata a ansiedade como um termo que tem várias definições nos dicionários não técnicos: aflição, angústia, perturbação do espírito pela incerteza, relação com qualquer contexto de perigo, etc. Considerando o aspecto técnico, devemos entender a ansiedade como um fenômeno que ora nos beneficia ora nos prejudica, dependendo das circunstâncias ou intensidade, podendo tornar-se patológica, isto é, prejudicial ao nosso funcionamento psíquico (mental) e somático (corporal). A ansiedade estimula o indivíduo a entrar em reação, porém, em excesso, faz exatamente o contrário, impedindo reações. (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2023.).

Um estudo realizado pela Universidade Federal de Pelotas, objetivou entender a prevalência de Ansiedade e os fatores que estão relacionados nos adultos. Na pesquisa realizada entre adultos de 18 a 35 anos de idade, 27% da amostra sinaliza para algum transtorno relacionado a Ansiedade. Constatou-se alguns fatores que estão

influenciando nessa problemática, o sexo feminino foi maioria das pessoas que sofrem desse distúrbio. A maioria das pesquisas ressaltam que quanto menos oportunidades de estudo o indivíduo possui, maior será a possibilidade de adoecimento, entendendo que na maioria dos casos, o sujeito que possui maior engajamento acadêmico terá conseqüentemente maior qualidade de vida e terá maior capacidade de conseguir bons trabalhos e rendimentos financeiros. O lado socioeconômico também foi destacado como fator decisivo para transtornos de Ansiedade, logo quando o indivíduo é bem remunerado, ele amplia suas possibilidades de vida, tendo em parte aquilo que é essencial para uma existência com qualidade, tendo acesso a serviços de saúde, bons empregos não precisando se preocupar tanto se algo vai faltar ou não para ele, possibilitando menos estresses e inquietações que são características desse Transtorno.

Ademais, é importante salientar que outro fator considerável para Ansiedade nos adultos está no uso de drogas ilícitas, muitos deles se recorrem das bebidas e cigarros para diminuir seus estresses e cumprir com suas atividades sociais os levando a dependência dessas substâncias, podendo ter abstinência com o não uso delas tendendo a ter complicações nas suas atividades rotineiras.

O estudo intitulado: Impacto das mídias sociais no desenvolvimento de Transtornos de Ansiedade, publicado recentemente na Revista Eletrônica Acervo Saúde (2022) evidenciou que o avanço indiscriminado das mídias sociais apresentou influência sobre o desenvolvimento de Transtornos de Ansiedade e aponta uma estreita relação entre uso excessivo de redes sociais e problemas psicológicos, dentre eles, os transtornos de ansiedade generalizada, síndrome do pânico, fobia social, etc. São muitos os danos causados devido a vasta exposição do sujeito aos conteúdos influenciadores do pensar, sentir e se comportar, causando de fato, uma dependência de uso dessas mídias. O estudo pois, ressalta a íntima relação entre desenvolvimento da ansiedade que passa a ser afetada na pessoa pelo forte impacto da conjuntura atual, onde circulam diversos meios acessíveis nas redes sociais, gerando desconfortos e influências na vida dos sujeitos de forma um tanto negativa.

A pesquisa de Bueno (2018) apresenta uma revisão de literatura relevante onde o autor objetivou identificar associações entre o uso das mídias sociais e ansiedade e depressão. Considerou que ao interagir com as mídias sociais o sujeito interage também com distintas representações da realidade que tanto pode provocar malefícios para a

saúde como benefícios se usada com equilíbrios. Quando em níveis elevados de uso, o usuário passa a ser afetado e adoecido mentalmente. O instigante na pesquisa desse autor é a chamada para os cuidados preventivos e tratamento terapêutico.

A pesquisa nos trouxe algumas elucidações sobre o tema que também possibilitou entender como as redes sociais (Facebook, WhatsApp, Instagram e Youtube) afetam psicologicamente os adultos quanto ao desenvolvimento de processos de ansiedade; de um modo geral, como o uso um tanto abusivo desses dispositivos midiáticos transformam e dão vida a novos estilos de vida e de adoecimento psíquico.

### **3. CONCLUSÕES**

Ensejamos no presente estudo contribuir de forma significativa para um debate importante e atual, que atinge de forma expansiva muitos adultos, um olhar para o sujeito de forma mais integral.

Concluimos a partir do estudo bibliográfico que não existe apenas um único fator provocativo da ansiedade, contudo, a pesquisa evidenciou que quanto menos oportunidades de estudo o indivíduo possui, maior será a possibilidade de adoecimento, entendendo que na maioria dos casos, o sujeito que possui maior engajamento acadêmico terá conseqüentemente maior qualidade de vida e terá maior capacidade de conseguir bons trabalhos e rendimentos financeiros.

O lado socioeconômico foi destacado como fator decisivo para transtornos de Ansiedade, logo quando o indivíduo é bem remunerado, ele amplia suas possibilidades de vida, tendo em parte aquilo que é essencial para uma existência com qualidade, tendo acesso a serviços de saúde, bons empregos não precisando se preocupar tanto se algo vai faltar ou não para ele, possibilitando menos estresses e inquietações que são características desse Transtorno.

No quesito uso dos dispositivos de comunicação: instagran, watsappe e facebook, constatamos que esses, quando acionados de forma abusiva, geram angústias contínuas, saindo o sujeito de um modo adaptativo, para um estado persistente de desequilíbrio que passa a prejudicar a sua saúde psíquica. As redes sociais como elementos estimulantes de comportamentos sociais que representam estereótipos de vida e de desejos que muitas vezes padronizam posições e figuras irreais, gerando representações inatingíveis, como a simbologia da felicidade e do consumo. Tanto as ditas amigas virtuais, com tanta tecnologia, traz a pauta tanta

solidão e adoecimento. Uma possível transparência de atitudes nas redes não traz uma superficialidade em busca dessa felicidade explanada por muitos. Ao pensarmos sobre todas essas questões, pensemos sobre o sentido da qualidade de vida, sobre a saúde mental e nossas formas cotidianas de nos comunicarmos uns com os outros.

#### 4. REFERÊNCIAS

BUENO, Luíz Antônio Feitosa. Uso de mídias sócias, ansiedade e depressão: revisão integrativa e interface. São Luíz, 2018. **Monografia de curso**. São Lúiz: Faculdade de medicina da UFMA, 2018.

CAMBAÚVA, L. G.; TULESKI, S. C. A pseudo-concreticidade do conceito de subjetividade na psicologia. **Revista de Educação**, n. 23, pp. 79-89, 2007. Disponível em: <http://periodicos.puc-campinas.edu.br/seer/index.php/reeducacao/article/view/171>

CHIZZOTTI, Antônio. a pesquisa qualitativa em ciências humanas e sociais: evolução e. desafios. **Revista Portuguesa de Educação**, año/vol. 16, número 002, 2003. 17 páginas.

LECHUGA FILHO, Andrade José Alberto. **A produção social dos transtornos de ansiedade**: reflexões a partir da Psicologia HistóricoCultural. PPGPsico. UFMS: 2022.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. **Pesquisa social**. Sao Paulo; Hucitec; 14. ed;2014.

OLIVEIRA, Marta Kohl de, Vygotsky. **Aprendizado e desenvolvimento: um processo Sócio-histórico**. São Paulo: editora Scipione, 1995.

RICHIT, A. **Implicações da teoria de vygotsky aos processos de aprendizagem e desenvolvimento em ambientes mediados pelo computador**. disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/343836675> . Acesso em: 27 de março de 2023.

RIO GRANDE DO NORTE. Natal é a segunda capital do Nordeste com maior número de adultos com depressão... **Jornal O Globo**. Rio Grande do Norte. Disponível em: 7/04/2022.

SANTOS, Caroline Macêdo de Figueiredo; OLIVEIRA, Isabela Rocha Lacerda; RODRIGUES, Rebecca et. all, Impacto das mídias sociais no desenvolvimento de Transtornos de Ansiedade. **Revista Eletrônica**. Acervo Saúde ISSN 2 178 - 2091. 2022. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/11254/6697>. Acesso em: 26.04.23.

SILVA, Claci Clair Röpke da; MEDEIROS, Marcelo Duarte Porto Wilton de Araújo. A teoria vygotskyana e a utilização das novas tecnologias no ensino aprendizagem: uma reflexão sobre o uso do celular. **Revista online de Magistramento de Filosofia**. Rio de Janeiro. Set. 2017.

TOASSA, Gisele. Relações entre comunicação, vivência e discurso em vigotski: observações introdutórias. **Revista Psicologia da Educação**. Universidade Federal de Goiás. Vol. 39, São Paulo: 2014.

VIGOTSKY, L.S. **Pensamento e Linguagem**. São Paulo: Martins Fontes, 1987