

**UNIVERSIDADE FEDERAL FLUMINENSE – UFF
CAMPUS UNIVERSITARIO DE RIO DAS OSTRAS - CURO
INSTITUTO DE HUMANIDADES E SAÚDE - RHS
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA
CURSO DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA**

**O “VAZIO” FÍSICO NAS RELAÇÕES
VIRTUAIS**

LUANA RABELLO BENGOCHE



**RIO DAS OSTRAS
2017**

UNIVERSIDADE FEDERAL FLUMINENSE
GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

O “VAZIO” FÍSICO NAS RELAÇÕES VIRTUAIS

LUANA RABELLO BENGOCHE

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Bacharelado em Psicologia da Universidade Federal Fluminense, como requisito parcial para a conclusão do Curso de Psicologia.

Orientadora: Prof^a. Lucia Adriana Salgado Affonso Anhel

RIO DAS OSTRAS
2017

Catálogo na publicação
Universidade Federal Fluminense

BENGOICHE, Luana Rabello.

O “vazio” físico nas relações virtuais / Luana Rabello Bengoiche - Rio das Ostras, 2017.

31 f.

Trabalho monográfico de conclusão de curso (Graduação em Psicologia). Universidade Federal Fluminense. Instituto de Humanidades e Saúde, 2017.

Orientadora: Prof^a. Lucia Adriana Salgado Affonso Anhel

1. Breve história da internet e os adventos das redes sociais.
2. As relações.
3. As conexões.

O “VAZIO” FÍSICO NAS RELAÇÕES VIRTUAIS

Trabalho de conclusão de curso apresentado ao curso de Bacharelado em Psicologia, como requisito parcial para conclusão do curso.

Orientadora: Prof^a. Lucia Adriana Salgado Affonso Anhel

Aprovado em: ___/___/2017.

BANCA EXAMINADORA

Prof^a. Lucia Adriana Salgado Affonso Anhel – UFF/ CURO

Prof^a. Dr^a Fábria Mônica Souza dos Santos – UFF/ CURO

Prof^a. Dr^a. Patrícia Valle de Albuquerque Lima – UFF/ CURO

Rio das Ostras

2017

Ao meu companheiro e amigo, aos meus pais e a para todos aqueles que fazem uso das novas tecnologias.

AGRADECIMENTOS

À Deus por ter me sustentado até aqui.

À meu marido e companheiro Loris, que sempre esteve comigo nesse percurso. Obrigada por todo amor, apoio e suporte ao longo de todos esses anos.

À minha mãe, ao meu pai (em memória) e meu padrasto, por todo amor e cuidado dedicados a mim. Gratidão por tudo que vocês fizeram por mim.

À minha tia Eliete, pela compreensão e carinho dedicados em minha vida, principalmente nestes cinco anos.

Às minhas amigas Suellen e Rafaelly por ter sido meu porto seguro nesses anos de graduação, sem vocês esse percurso teria sido difícil. Obrigada por tudo que foi compartilhado no âmbito da graduação e também no âmbito da vida.

À Silvania, Sergio, Suzane e Crystian, por toda preocupação e apoio, vocês se tornaram minha segunda família.

À Thaisa por ter me ajudado, dado suporte e amizade nesses últimos anos.

Ao meu campo de estágio, por ampliar meus horizontes e ter me desconstruído em diversos momentos.

À professora Lucia, orientadora, supervisora e amiga, que esteve presente em momentos especiais de minha jornada acadêmica. Agradeço por ter acreditado na presente pesquisa e por ter contribuído nesta caminhada.

Às professoras Fábria e Ticha, que gentilmente aceitaram fazer parte da banca examinadora. Agradeço pela disponibilidade.

Aos meus amigos de sala e de estágio pela amizade construída e pela oportunidade de compartilhar estes cinco anos de minha vida com vocês!

“Só depois que a tecnologia inventou o telefone, o telégrafo, a televisão, a internet, foi que se descobriu que o problema de comunicação mais sério era o de perto.”

MILLÔR

RESUMO

O presente trabalho tem como objetivo discutir o vazio nas relações virtuais tendo em vista o grande avanço das redes sociais em direção a vida pessoal dos sujeitos. O que por um lado facilita a comunicação e a interação pode mostrar uma nova face ao extrapolar o limite do uso saudável, transformando-se em um uso patológico e problemático da internet. Para analisar os fatores que contribuem para esse uso problemático será utilizada, neste trabalho, a revisão de literatura dos campos das Ciências Sociais, relações humanas e virtuais. Nesse processo foi utilizada a análise narrativa como metodologia, por permitir interpretações subjetivas do autor sem a pretensão de esgotar o assunto. Além disso, o presente trabalho não utilizou critérios sofisticados para seleção de referências, exigindo apenas que estivesse relacionado com o tema proposto e permitindo a busca de materiais em diferentes meios.

Palavras-chave: Relações virtuais, Vazio físico, Conexões, Internet.

ABSTRACT

The present work has as objective to discuss the emptiness in the virtual relations in view of the great advance of the social networks towards the personal life of the subjects. What on the one hand facilitates communication and interaction can show a new face by extrapolating the limit of healthy use, turning into a pathological and problematic use of the internet. To analyze the factors that contribute to this problematic use will be used, in this work, the literature review of the fields of Social Sciences, human and virtual relations.

Keywords: Virtual relations, Empty physical, Connections, Internet.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 Os anos de lançamento das redes sociais.....	16
Figura 2 Janela do MSN Messenger	17
Figura 3 Modelo neuropsicológico de encadeamento da dependência da internet...22	
Figura 4 Questionário de índice de massa virtual.	23

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	12
1. BREVE HISTÓRIA DA INTERNET E OS ADVENTOS DAS REDES SOCIAIS	14
1.1. História da Internet.....	14
1.2. História da Rede Social.....	15
2. AS RELAÇÕES	19
2.1. A dependência de Internet	22
3. CONVÍVIO SOCIAL.....	25
CONSIDERAÇÕES FINAIS	28
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	30

INTRODUÇÃO

A internet atualmente é uma tecnologia e realidade em ascensão, onde não para de se expandir e está presente cada vez mais na vida dos indivíduos, contribuindo e facilitando o desenvolvimento da sociedade. Sua criação foi dada para tentar criar uma solução para problemas de comunicação do cotidiano dos militares e que nos remete para uma era futura totalmente digital e virtual.

Devido a esta expansão, a interatividade das pessoas tem crescido bastante. Comunicam-se, trocam mensagens, participam de grupos de opiniões, compram, vendem, estudam, aprendem, ensinam a fazer diversos tipos de coisas, em tempos diversos e conjuntos. Isso é possível devido a grande combinação de tecnologias de informação e comunicação. Um complexo sistema de redes de comunicação e dados trafegam informações, fazendo com que mensagens sejam emitidas, enviadas e recebidas por um destinatário ou mais, em diferentes computadores e smartphones, a qualquer distância.

Com essa grande abrangência, é visto uma grande necessidade de uso e então como consequência, a dependência. Isto tornou-se tema para diversos estudos pelo mundo e como exemplo, temos Kimberly Young, que apresentou em uma conferência anual da Associação Psicológica Americana, em Toronto, uma das primeiras pesquisas sobre o abuso de utilização da internet, intitulado: “Dependência da Internet: o surgimento de um novo transtorno”, transformando-se em um ponto de partida para outros estudiosos.

Com o excesso de tecnologia, as pessoas acham meios muito fáceis e práticos para se comunicar. Em contraponto, a integração virtual gera um distanciamento pessoal e social. Jovens e crianças praticavam no passado, atividades recreativas, brincadeiras infantis e de rua. Hoje a principal fonte de lazer e recreação tornou-se ficar na frente de seus computadores e celulares, muitas vezes sem limites e num meio fora da faixa etária compatível.

Certamente com o passar do tempo, a internet será o centro de tudo. Com a possibilidade dos indivíduos acessarem mais e mais volumes indeterminados de informações, a facilidade para a resolução de seus problemas e necessidades se tornarão cada vez mais fáceis e práticos do que já são. Ao mesmo tempo, devemos nos questionar até que ponto não estaremos ultrapassando os limites saudáveis de navegação e absorção dessas ferramentas.

As relações humanas estão cada vez mais se submetendo às redes sociais, onde cada um pode ser o que deseja ser e mantendo relações isentas de personalidade.

Este trabalho monográfico tem como objetivo analisar os impactos da internet nas relações sociais, identificando os principais meios e ferramentas que estão levando os indivíduos a se aprofundarem mais nesse mundo de relações sem contatos físicos e que estão propiciando o isolamento social, o vazio físico da população do mundo real. Isso será realizado a partir de uma revisão da literatura dessas perspectivas, buscando mostrar as articulações possíveis entre cuidado e dependência. A revisão de literatura é um processo de busca, análise e descrição de um corpo de conhecimento em busca de respostas para as perguntas desejadas. Dentro desse processo existem três tipos de análise: a sistemática, a integrativa e a análise narrativa, que será utilizada como metodologia no presente trabalho. A revisão narrativa consiste em um método onde os critérios não são, necessariamente, explícitos. Essa metodologia permite também que as interpretações estejam submetidas a subjetividade do autor. (MENDES, SILVEIRA, GALVÃO, 2008)

Foi realizado um levantamento bibliográfico das produções de discurso e de pensamento nos campos das relações humanas, virtuais e sociais. Como permite a revisão narrativa, o presente trabalho não esgotou as fontes de informações, e nem teve pretensão disso. Para seleção dessas fontes não foi utilizado nenhum critério sofisticado, tendo como exigência apenas que tenha relação com o tema pesquisado. Desta forma, foram usadas aqui referências retiradas de artigos científicos, cartilhas, teses e livros.

1. BREVE HISTÓRIA DA INTERNET E OS ADVENTOS DAS REDES SOCIAIS

1.1. História da Internet

Nas décadas de 60, 70 e 80, a ARPA juntou seus cientistas norte-americanos, em meio a Guerra Fria entre Estados Unidos e União Soviética, para dar suporte à diversos projetos no setor de informática, principalmente em ideias e projetos relacionados a redes de computadores e sistemas operacionais. A ARPA é uma agência de pesquisas criada pelo Departamento de Defesa dos Estados Unidos pois, em 1962 viu que havia a possibilidade de perda de dados e de comunicação com o Pentágono, caso fosse atingido por uma bomba nuclear pelo inimigo. O Pentágono detinha o controle de todas as ações e instalações norte americanas que estavam espalhadas pelo mundo.

Em meio a incerteza e insegurança foi necessário a contratação da agência Rand Corporation em 1964 para uma consultoria e busca de solução. A partir disso criaram um sistema, de nome ARPAnet, no qual os computadores ficavam interligados e também mantinha a integridade de todas as informações caso uma das redes sofresse um ataque inimigo. Portanto, caso um dos sistemas centrais sofresse alguma interrupção, todos os outros computadores permaneceriam trocando informações entre eles, e de uma base militar para a outra.

A partir de 1969, as universidades começaram a se interessar nesse sistema, onde viam a possibilidade de fazerem pesquisas acadêmicas. Após um início com poucas unidades de conexões, ao decorrer de 2 anos havia saltado de 4 para 15 conexões em Universidades e centros de pesquisas dos Estados Unidos. Depois disso houve aumento de conexões, expandindo-se para outros países, não só com intuitos de pesquisas, mas sim para funcionamento em laboratórios e corporações governamentais.

Outro passo importante nessa evolução foi o envio do primeiro e-mail em 1971, sendo seguido sete anos mais tarde pela criação do Bulletin Board System (BBS), um sistema criado por dois entusiastas de Chicago para convidar seus amigos para eventos e realizar anúncios pessoais. Essa tecnologia usava linhas telefônicas e um modem para transmitir os dados. (DAQUINO, 2012).

Em 1988 houve a criação do ICR – Internet Relay Chat, um fornecedor que permitia a entrada de diversos usuários diferentes, onde foi permitido conversas e compartilhamentos online. O usuário escolhia um canal e ali eles podiam se conectar com outros usuários que estavam no mesmo canal.

Mas foi a partir de 1990, que foi tomado um rumo diferente, surgindo aí os primeiros provedores de acesso comercial, acarretando no crescimento de ligações de computadores e conexões. A Internet, conjunto de redes interconectadas (LIMEIRA, 2007), passou a ter páginas de emissoras de rádio, de bancos e de outros diversos estabelecimentos para divulgações.

Em 1994 quando completou 25 anos de existência após a criação da ARPAnet, a Internet somava 4 milhões de servidores, com crescimento mensal de 10%:

Só para se ter uma ideia, a eletricidade (criada em 1873) atingiu 50 milhões de usuários; depois de 46 anos de existência o telefone (1876) levou 35 anos para atingir essa mesma marca; o automóvel (1886), 55 anos; o rádio (1906) 22 anos; a televisão (1926), 26 anos; o forno de micro-ondas (1953), 30 anos; o microcomputador (1975), 16 anos; o celular (1983), 13 anos; a internet (1995) por sua vez, precisou de quatro anos (de 1995 a 1998) para atingir 50 milhões de usuários no mundo (MOREIRA, 2010, p. 16).

1.2. História da Rede Social

Hoje, a Internet se tornou um dos maiores meios de comunicação globalmente utilizado entre diversos usuários. Uma das justificativas para isso, foi devido à grande inclusão e investimentos de grandes empresas, com a necessidade de receber *feedbacks*¹ de seus clientes, criando então vários meios de integração como fóruns e grupos de discussões, para assim traçarem um planejamento de marketing. Atualmente, as redes sociais têm como função facilitar a comunicação e interação entre as pessoas. Mas Cazeloto (2009) diz que as redes podem fazer o indivíduo ter um afastamento da experiência imediata no próprio campo do indivíduo.

Segundo Eisenstein E, Bestefenon S. (2011), a internet atravessou fronteiras, quebrou barreiras culturais, adentrou bloqueios políticos, dissolveu diferenças

¹ Feedback é uma palavra inglesa que significa realimentar ou dar resposta a um determinado pedido ou acontecimento.

sociais, superando as expectativas do futuro planejado nos séculos passados e as certezas tecnológicas.



Figura 1 Os anos de lançamento das redes sociais

Conforme pode ser visto acima, as redes sociais começaram a surgir com o Bulletin Board System, em 1978 e alguns anos depois, há a criação das salas de *CHAT*². Local destinado a encontros virtuais onde os indivíduos – internautas – conseguem se comunicar em tempo real através de mensagens de texto, tanto em grupo como em particular com outro usuário, dentro disso, os provedores criaram salas virtuais temáticas, onde cada um poderia escolher sua preferência, encontrando-se entre os temas mais comuns: cinema, arte, música, papo-furado, esporte, amor, entre outros.

Com a facilitação de troca de mensagens via bate papo, eis que temos o surgimento de novas redes de troca de mensagens instantâneas, como o MSN

² Em português significa “conversação” ou “bate-papo”.

Messenger, Skype, ICQ, entre outros. O MSN foi usado por um longo período de tempo pois permitia que os usuários vissem quem estava *online*³ e no meio das mensagens havia troca de figuras ou imagens animadas, conversação por áudio, e diversos outros recursos, como pode ser visto na imagem abaixo:

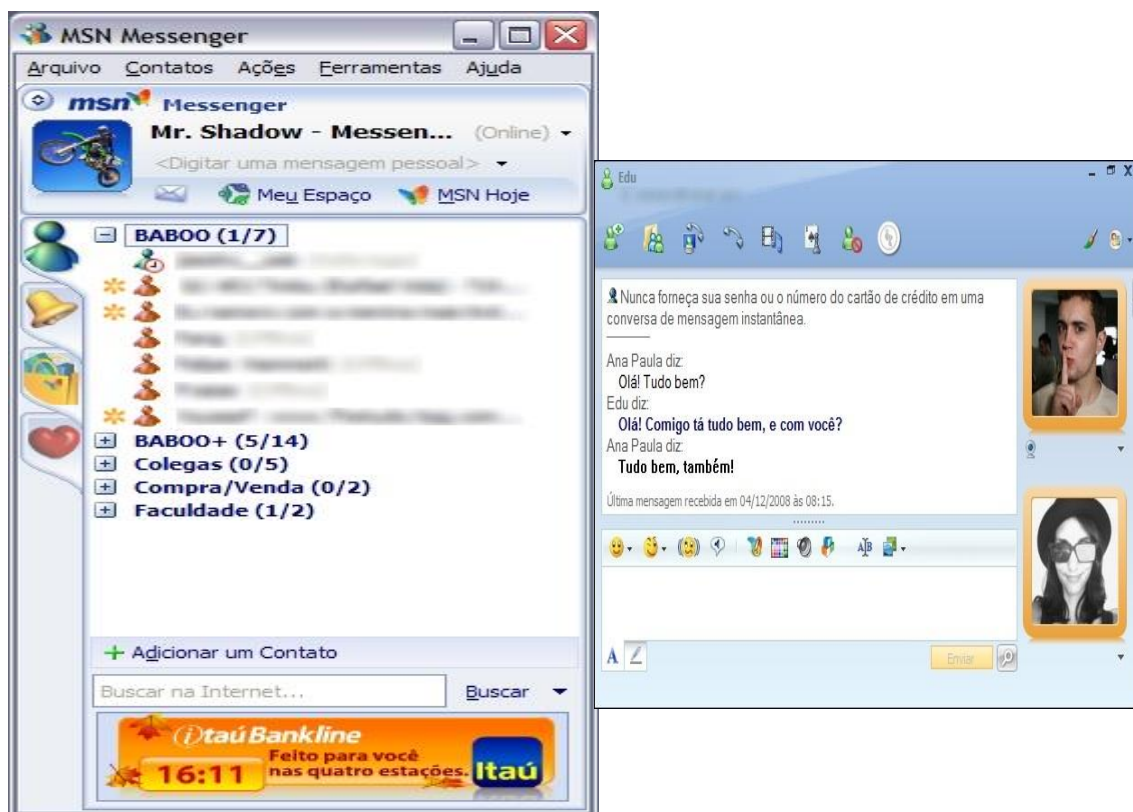


Figura 2 Janela do MSN Messenger

Em meio a tantas novidades de interações e de redes, a internet teve um crescimento significativo de presença tanto no trabalho, como nas casas das pessoas, alavancando infindáveis de serviços.

Em 2002, nasceram o Fotolog e o Friendster. Esse primeiro produto consistia em publicações baseadas em fotografias acompanhadas de ideias, sentimentos ou o que mais viesse à cabeça do internauta. Além disso, era possível seguir as publicações de conhecidos e comentá-las. (DAQUINO, 2012).

³ Também se usa, em português, a tradução literal do termo em inglês - "na linha" - com sentido metonímico de estar conectado a uma rede ou a um sistema de comunicações.

O ano de 2004 foi o ano que realmente houve a criação das grandes redes sociais. Orkut Büyükkökten, engenheiro de software nascido na Turquia, desenvolveu o site de relacionamento Orkut, filiado ao Google, com objetivo de ajudar usuários em busca de novas amizades e também para manter antigos relacionamentos.

Mas o Orkut tomou proporções enormes fora de seu controle, o que era para ser apenas uma forma de interatividade entre amigos, se tornou além de uma ferramenta de marketing muito utilizada (...) candidatos políticos e até mesmo empresas de nome, vem fazendo um mau uso da propaganda. (MOREIRA, 2010, p.25).

Esta rede foi a mais usada durante anos, inclusive por internautas brasileiros, que ocupavam 50,60% de usuários. Até perder para a criação de Mark Zuckerberg, o Facebook. Esta rede também foi criada em 2004, mas só atingiu grandes massas de usuários, a partir do ano de 2006. E desde então, esta rede social só vem crescendo.

Os usuários desta ferramenta criam perfis com fotos e listas de interesses pessoais, trocando mensagens privadas e públicas entre si e participantes de grupos de amigos. Foi divulgado em junho de 2010, no "Ad Planner Top 1000 sites", onde registra os sites mais acessados do mundo, que o Facebook está em 1º lugar, com 540 milhões de visitas e um alcance global de 35% registrados no mês de abril. (MOREIRA, 2010, p.27)

A partir da análise de uso das ferramentas de integração social, vemos que há muita facilidade e principalmente velocidade na forma como os usuários se comunicam. As redes sociais vêm crescendo cada vez mais e atraindo usuários de diversas gerações para viver neste mundo de atualidades, novidades e compartilhamento de informações de todo o mundo.

2. AS RELAÇÕES

A partir da pesquisa realizada por Schelp (2009) na Unigran - Centro Universitário da Grande Dourados publicada pela Revista Abril (2009) na edição 2120, é possível fazer indagações sobre a exposição da vida pessoal dos usuários na rede. A internet é um meio, onde há a possibilidade de mudança no comportamento das pessoas, com eventos e estímulos que afetam diretamente os indivíduos a todo momento, resultando em como ele concebe ou processa estas informações, sejam elas de modo positivo ou negativos.

A internet tende a mudar o comportamento das pessoas, ao pensar de uma forma sistêmica em que vários eventos e estímulos vão afetar outros e o resultado depende de como se concebe ou se processa esta gama de informações que circulam a todo o momento na vida das pessoas. (SILVA; SILVA; MORAES, 2014, p.8)

Em seu trabalho, Castro (2006) destaca que com o advento da Internet e o desenvolvimento de novas tecnologias, houve alterações nas relações sociais e o fluxo da comunicação científica teve novas estruturas, ou seja, com o surgimento da internet as relações atuais sofreram mudanças significativas, como nos aspectos culturais, pessoais, econômico, entre outros. Em afirmativa a este pensamento de Castro (2006), Guerreiro (2006) destaca que a internet hoje é sem dúvidas um dos veículos de comunicação de massas mais simples, é uma rede de conexões rápidas, que liga universos paralelos e multidimensionais de pessoas, favorece o deslocamento, os serviços, a rotina de organização e até os afazeres domésticos. Mas em contrapartida, Pirolo e colaboradores (2009), dizem que o desenvolvimento da internet e das redes de relações gerou um mundo em que os grupos de interação tomaram escalas globais, até então inimagináveis, fazendo surgir perfis e novos comportamentos em um mesmo sujeito.

Goldberg, foi o primeiro a usar o termo “dependência”, em 1995, classificando-a como um transtorno patológico, que em uso excessivo causa prejuízo no funcionamento físico, psicológico, interpessoal, conjugal, econômico e/ou social. (RAZZOUK, 1998).

Já Young e Abreu (2011) em seus estudos, mostram que a dependência pela internet pode afetar várias culturas e pessoas de todas as idades, prevalecendo

mais na adolescência por ser um período de descobertas, de procura de identificação e de inserção em grupos sociais.

O que mais se evidencia nas ideias dos autores Castro (2006), Guerreiro (2006) e Pirolo (2009), é o fato de novas formas de se comportar e de se relacionar vão surgir, mediante o avanço de novas tecnologias e com o super auxílio da internet. E a ligação e conexão entre si dessas vias de comunicação afetam diretamente o particular da vida dos indivíduos, onde não há uma forma de já dizer qual impacto social estas mudanças irão e podem causar, o que podemos já ver são as mudanças bruscas de comportamento, onde as relações sociais estão se tornando cada vez mais escassas e invisíveis, no sentido de contato humano.

Com os atrativos que a internet oferece, as pessoas estão sendo levadas a passar mais tempo na frente do computador. Esta nova maneira de viver que muitos autores criticam, se dá ao uso excessivo do computador. Segundo Nie e Lutz (2000), a internet está gerando uma onda de isolamento social e alimentando o fantasma de um mundo sem contato humano ou emoções. (MOREIRA, 2010, p.29)

Com essa interação excessiva, o uso da internet deixa de ser uma ferramenta de trabalho e passa a ser usada como fonte de lazer. O tempo que antes era reservado para o convívio social, está sendo usado para estar conectado.

Inúmeras pesquisas revelam o contínuo aumento do número de pessoas on-line e de indicarem que muitas delas estão passando cada vez mais tempo na internet, mas somente alguns pesquisadores da área de psicologia iniciaram pesquisas mais profundas destinadas a tentar entender as mudanças que esta nova tecnologia está causando na vida das pessoas, com ênfase na alteração de hábitos e padrões comportamentais e nos problemas decorrentes. (MOREIRA, 2010, p.39).

Sendo assim, pode-se levantar um questionamento, com base nas visões dos autores Castro (2006); Guerreiro (2006) e Pirolo (2009), para pensar se os indivíduos estão a caminho de uma individualidade e retrocesso. Nogueira (2013), colunista da Revista Galileu, evidencia que a internet preenche um vazio da solidão do mundo moderno. E ainda pontua que a internet possibilita ao indivíduo se acostumar a ter sempre novidades o tempo todo, de se mostrar e também de ser aceito pelos seus gostos pessoais.

Conforme Cazeloto (2009), a internet causa um distanciamento às pessoas do seu convívio social, o que se assemelha bastante com as ideias de Nogueira (2013), em relação com o aspecto da solidão. Somos indivíduos que vivemos em sociedade e buscamos no outro o equilíbrio nas relações. Havendo um distanciamento, instala-se a solidão causando um adoecimento. Nesse modo, tem de se considerar um aspecto danoso ao uso da internet, tornando-se negativo.

Mas em contrapartida, pode-se destacar os benefícios dessa amplitude que está inserida a internet. Segundo Rodrigues e Araújo (2012), grandes mudanças na educação se tornaram viáveis, devido a simplicidade do universo virtual, considerando que a pressão entre alunos e professores de se adequar ao mundo virtual, se fez necessário, devido ao grande espaço que a tecnologia ocupou na vida cotidiana, havendo então uma grande necessidade de acompanhar essas mudanças e de fazer uso delas para tornar o trabalho mais dinâmico, otimizado e não estático.

A rede social é uma ferramenta que oferece excelentes possibilidades para as instituições de ensino, principalmente pela facilidade de resolver os problemas do dia a dia, dentre elas, divulgar agendas escolares, comunicados aos alunos e muito mais com apenas um celular, porém, de igual forma, também pode causar grandes malefícios se utilizada de forma errada, sem a devida orientação aos seus usuários, abrindo um campo inesgotável de destruição em diversas áreas. (MONTEIRO E BRAGA, 2016, p.2).

Eles também destacam, que a internet possibilitou o tratamento e reabilitação de indivíduos com doenças de longo tratamento, tornando-se de extrema importância não só para distração de sentimentos e pensamentos negativos, mas também para interação social e aumento das funções cognitivas.

Outros pontos positivos, segundo Coleta e colaboradores (2008) é como se torna mais fácil de se relacionar. Em seus estudos, afirmam que o contato por redes sociais é de extrema importância para a construção de uma nova rede de relacionamentos afetivos, pela praticidade de se relacionar mesmo à distância, aproximando as pessoas. Pessoas tímidas, quando no anonimato, se desenvolve melhor na conversação, iniciando assim amizades e vínculos que pode chegar até relacionamentos íntimos.

2.1. A dependência de Internet

Especialistas chineses estão cada vez mais atentos aos problemas da dependência virtual na sociedade chinesa. Em 2005, a China Youth Association for Network Development (CYAND), apresentou em um relatório, pela primeira vez, um padrão para avaliar a dependência de internet. Sendo um pré-requisito e três condições. O pré-requisito é que a dependência de internet deve ferir gravemente o funcionamento social e a comunicação interpessoal do indivíduo/jovem. O indivíduo seria estabelecido como dependente de internet ao se identificar em qualquer uma das três seguintes condições:

1. Sentir facilidade em se auto realizar virtualmente e não na vida real;
2. Experienciar depressão ou disforia sempre que há interrupção ou não funcionamento do acesso à internet;
3. Tentar esconder dos membros da família o tempo real que está conectado.

Ao examinar o impulso primitivo associado à dependência, grande parte das pesquisas parte do comportamento cerebral associado à dependência química. A ativação farmacológica dos sistemas de recompensa do cérebro é grandemente responsável pela produção das potentes propriedades aditivas das drogas. (YOUNG, 2011, p.26).

Em seu trabalho, Young e Abreu (2011), descrevem a cadeia neuropsicológica da dependência da internet, onde descrevem os passos da dependência. São eles:



Figura 3 Modelo neuropsicológico de encadeamento da dependência da internet.

1. Impulso primitivo: o indivíduo tenta buscar o prazer e aliviar a dor.
2. Experiência eufórica: as atividades virtuais estimulam o sistema nervoso central do indivíduo, sentindo-se feliz e satisfeito, impulsionando a pessoa a usar a internet de modo contínuo e prolongado.
3. Tolerância: para continuar sentindo o mesmo prazer, o indivíduo fica cada vez mais tempo na internet. A tolerância em nível alto é o salto para a dependência de internet.
4. Reação de abstinência: síndromes físicas e psicológicas ocorrem quando o indivíduo interrompe ou diminui o uso de internet, tendo como consequência a disforia, insônia, instabilidade emocional, irritabilidade, entre outros.
5. Enfrentamento passivo: o indivíduo se depara e confronta suas frustrações, acarreta em comportamentos passivos, sofrendo assim efeitos colaterais psicológicos.

Conforme descobrimos, novas áreas de processos neuroquímicos no comportamento de dependência, é essencial que se compreendam seus efeitos físicos e psicológicos. Os pesquisadores há muito tempo associam a dependência a mudanças em neurotransmissores no cérebro e alguns teóricos argumentam que toda dependência, seja qual for seu tipo (sexo, comida, álcool, internet), pode ser desencadeada por mudanças semelhantes no cérebro. (YOUNG, 2011, p.28).

O vício nas redes sociais e virtuais é uma realidade que não pode ser ignorada, pois há grandes impactos, conforme a pesquisa e resultados a seguir:

QUAL O SEU ÍNDICE DE MASSA VIRTUAL (IMV)?

Descubra se o uso que você faz da internet e das redes sociais ultrapassou os limites saudáveis

1	Quantos smartphones você tem? (X 3)
2	De quantas redes sociais você faz parte? (X 4)
3	Quantos laptops você tem? (X 1)
4	Quantos dispositivos tipo tablet você possui? (X 2)
5	Quantos endereços de e-mail você tem? (X 2)
6	Quantos serviços de mensagem de texto e/ou chat você usa? (X 5)
7	De quantos jogos do tipo RPG (jogo de interpretação de personagem) você participa? (X 7)
8	Quantos computadores de mesa você tem? (X 1)
9	Quantas câmeras digitais você possui? (X 1)
10	Quantos outros eletrônicos que precisam de um carregador você usa? (X 1)
11	Em quantos blogs você escreve

Responda a cada pergunta com um número e o multiplique pelo valor indicado

Some os pontos e identifique seu índice de massa virtual:

RESULTADOS
Veja em que intervalo você se encaixa e o que isso significa

25 pontos ou menos
 Você está dentro da média. O uso que você faz de internet e das redes sociais só lhe traz benefícios

25 a 35 pontos
 Fique atento. Ser mais comedido no uso das ferramentas virtuais pode ajudá-lo

36 pontos ou mais
 Você precisa de uma dieta virtual. Controlar o uso da internet e das redes sociais mudará a sua vida para melhor

Figura 4 Questionário de índice de massa virtual.

Durante uma pesquisa na Universidade de Chicago, 205 pessoas foram testadas por sete dias, tendo como conclusão, assustadora, de que os indivíduos têm dificuldade de resistir às tentações do Facebook e do Twitter e acham mais fácil dizer não ao álcool e ao cigarro.

Em São Paulo, há um programa dentro do Instituto de Psiquiatria do Hospital das Clínicas da Universidade de São Paulo (IPq-HCUSP), que abrange o uso e dependência de internet. Atualmente, 25% dos pacientes que buscam ajuda no programa do IPq se dá para tratar os vícios nas redes sociais.

Segundo Dora Góes, psicóloga do programa: “E esse percentual deve aumentar (...) até o fim do ano queremos ter um modulo específico para tratar essa vertente da dependência de internet”.

Atualmente, a atenção em torno do assunto é tamanha que já há setores defendendo a inclusão da dependência por redes sociais na nova edição do Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais, da Associação Americana de Psiquiatria. (LOES, 2016).

3. CONVÍVIO SOCIAL

Utilizar a internet para trocar *e-mails*, dar opiniões em grupos de discussões (fóruns/grupos), conversar por mensageiros online, onde há interatividade e respostas imediatas, produzem uma sensação de proximidade, de pertencer à um grupo. A ausência de contato físico, no entanto, não acarreta numa ausência de contato emocional, mesmo que há um computador ou smartphone intermediando.

Os comportamentos do remetente são descritos em texto, imagens e sons que peregrinam nas linhas telefônicas, cabos e satélites para serem refletidos para o destinatário das mensagens, os toques que seriam direcionados ao corpo do outro são reproduzidos em entusiasmadas digitações no teclado. Emoções, desejos, fantasias são gerados e motivados, levado a paixões, amizades na vida virtual como também na real.

Para Baudrillard (1991), essa comunicação virtual, estabelece uma quebra no próprio processo comunicativo, levando para as últimas consequências, um caráter autodestrutivo. O virtual requinta a natureza artificial, simulado, do processo de comunicação. A mudança da comunicação, do real para o virtual, submete-se que não somos capazes de vivenciar experiências reais, pois já de antemão vivemos aquilo nas formas virtuais: vemos fotografias de comidas, de roupas, e consumimos aquilo antes de experimentar. Indivíduos se conhecem na internet, trocam informações, se conhecem, antes mesmo de se encontrar. A precocidade das imagens e falas na internet, frente ao real, impede a circulação social do sentido, pondo um fim à comunicação no convívio social. E esse modo gera um esvaziamento da realidade, onde não somos mais capazes de distinguir o real do imaginário. Nossos relacionamentos com os objetos são a partir das imagens associadas a elas, com pessoas falsas ocasionando a desintegração das cidades modernas e o esvaziamento das atividades sociais. (BAUDRILLARD, 1991).

Em contraponto a isso, Lévy (1996) diz que a comunicação virtual é uma parte de um processo que engloba toda a vida social, pois, qual seja o movimento de virtualização atinge hoje não somente a comunicação e sua informação, mas também os corpos, os funcionamentos econômicos, o exercício da inteligência. Afeta os modos do estar junto e a constituição do “nós”, embora as mensagens que

percorrem a extensão do ciberespaço desempenhem uma onda onde vai além da informatização. Para Lévy (1996), a criação e movimentação de mensagens nas redes, é um elemento chave de uma sociedade em mudança e transformação. A virtualização passa a ser um processo articulador de toda a vida social, marcada cada vez mais pela ruptura dos limites espaço-temporais. (MOREIRA, 2010).

De modo que Baudrillard (1991) entende o virtual como esvaziamento do real e o fim da comunicação, o fim dos sentidos, Lévy (1996) interpreta o virtual como o exercício da criatividade e a garantia da continuação dos processos comunicativos, criando novos sentidos.

Face à configuração de estímulos, de coerções e de tensões que o texto propõe, a leitura resolve de maneira inventiva e sempre singular o problema do sentido. A inteligência do leitor levanta por cima das páginas vazias, uma paisagem semântica móvel e acidentada. (LÉVY, 1996, p.35).

Crianças e jovens estão se limitando a se relacionar com outras crianças, há uma preferência em ficar à frente dos smartphones e computadores, esse contato perdido se dá em meios a tantas descobertas, redes, jogos disponíveis na internet.

Atualmente as crianças e os adolescentes vivem em dois mundos: aquele que todos conhecemos, o mundo real, e o mundo digital ou virtual, que parece muito mais interessante e surpreendente, oferecendo aventuras, oportunidades, a busca pela autonomia, mas também, perigo e riscos à saúde. O espaço cibernético, o mundo da internet e a velocidade da comunicação se tornaram o "lugar vivo de verdade" onde todos se encontram, aprendem, jogam, brincam, brigam, trocam fotos, ganham dinheiro, começam e terminam amizades e namoros. (EISENSTEIN; BESTEFENON, 2011).

A piora de problemas mentais, assim como o aumento das frustrações, angústias e decepções corrobora para a dependência ao mundo virtual. Muitos indivíduos deturpam a vida real com virtual ou confundem mensagens impessoais como mensagens de perseguição. Não conseguem diferenciar quando estão falando com pessoas que realmente existem ou com perfis *fakes*⁴, criados somente na intenção de perturba-los. Vivenciam uma realidade paralela afastando-se cada vez mais do contato social. Dialogam com estranhos, trocam intimidades, produzindo uma sensação irreal de distância segura. O uso excessivo do computador pode,

⁴ *Fake* ("falso" em inglês) é um termo usado para denominar contas ou perfis usados na Internet para ocultar a identidade real de um usuário.

entre outras coisas, estimular transtornos de ansiedade, condutas antissociais, depressão, transtornos obsessivos-compulsivos e em casos mais graves até o suicídio. Muitas vezes o excesso de envolvimento com o meio virtual entra como uma válvula de escape para dificuldades preexistentes. Além disso, é preciso ressaltar que o problema não reside na internet em si ou no contato com a mesma, mas sim na forma como ela é utilizada.

Diante da grande oferta de opções e informações disponíveis na rede, é preciso haver um pensamento crítico a respeito do que está disponível e o que pode ser usado positivamente, sem que o sujeito se torne passivo e submisso a padrões virtuais e a alienações.

E é por isso, que cada vez mais, esses jovens devem estar cientes de como aproveitar, essas várias possibilidades oferecidas pelo mundo virtual, como por exemplo, conhecer e buscar informações, a fim de se distinguir o que realmente é importante para uma atuação social ativa, como sujeito crítico e reflexivo da sociedade em que vive, atuando como formadores de opinião. (PIROLO, 2018, p.11)

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir dos estudos apresentados é possível perceber que a tecnologia ocasionou mudanças de comportamentos, onde os indivíduos nessa era moderna e globalizada estão em busca de facilidades e agilidade para realizar suas tarefas diárias e cotidianas. Ainda é cedo para se ter uma posição definitiva em relação ao impacto social provocado pela internet. Uma afirmativa é que este foi e continua sendo um dispositivo fundamental na evolução e aproximação das pessoas, aonde quer que elas estejam. Outro ponto inegável é o distanciamento físico a medida em que as redes vão se ampliando. Ampliação essa que não se dá por questões de luxo, mas sim por necessidades e comodidades da praticidade.

Através dessas necessidades e comodidades, o uso dos aparelhos tecnológicos é muito grande, onde tornam-se propensos à dependência. Sentimos a necessidade de estar sempre com eles e como exemplo disso, temos o telefone celular/smartphone, que nos acompanha em qualquer lugar que vamos hoje.

O equilíbrio para a utilização da internet se deve ao grau de consciência na utilização e acesso a um site ou uma rede social, pois estamos expostos a várias influencias.

Os acontecimentos vivenciados nas cidades, fazem com que os indivíduos se afastem e se isolem de maneiras que preferem se comunicar pelas redes sociais, pois além de conseguir fazer isso a distância, traz a possibilidade das pessoas serem o que elas quiserem ser, sem medo do que a sociedade vai exigir ou já exige. Sendo assim, há uma compensação das partes, pois onde havia fronteiras geográficas ou culturais, atualmente já não existem mais. E onde havia a proximidade, o contato e a integração pessoal houve a substituição pela virtualidade.

Em relação ao que foi proposto neste estudo e de acordo com os autores que foram mencionados, há dois aspectos que a internet apresenta: o lado positivo, onde ela auxilia a sociedade em seu contexto social, tanto nos âmbitos da educação ou da saúde e o lado negativo que é de quando o sujeito se torna vulnerável nas redes sociais, ocasionando muitas vezes em um comportamento de afastamento e isolamento social. E podemos perceber atualmente essa falta de comunicação entre os indivíduos em relação ao contato, nos restaurantes, bares, shoppings, lugares que há um fortalecimento de relacionamentos afetivos e de contato, mas que as

pessoas permanecem presas aos aparelhos eletrônicos, estando conectados o tempo inteiro.

Um fato que se evidencia ao decorrer da pesquisa é de que a internet transforma os padrões de comportamentos, causando afastamento social, solidão, ansiedade, tanto nas crianças, nos adolescentes, nos adultos e também dos idosos.

Este trabalho monográfico teve como intuito fazer uma reflexão sobre o assunto, como um primeiro movimento. Não se sabe até onde as redes sociais irão chegar e quais mudanças mais irão ocorrer, mas já sabemos que hoje ela nos dá a possibilidade de estabelecer conexões com os outros de forma interativa e que também é preciso uma atenção voltada ao seu uso para que este não seja utilizado de modo exagerado trazendo consigo prejuízos na vida social e pessoal do sujeito.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AMARAL, A.; MONTARDO, S. P. Pesquisa em cibercultura e internet: estudo exploratório-comparativo da produção científica da área no Brasil e nos Estados Unidos - **Conexão – Comunicação e Cultura**, UCS, Caxias do Sul, v. 9, n.18, jul./dez.2010. Disponível em <<http://www.ucs.br/etc/revistas/index.php/conexao/article/viewFile/618/457>>. Acesso em 01 de Junho de 2017;

BAUDRILLARD, J. **Simulacros e Simulação**. Lisboa, Relógio D'água Editores, 1991;

CASTRO, R. C. F. Impacto da Internet no fluxo da comunicação científica em saúde. **Rev. Saúde Pública**, São Paulo, v. 40, n. spe, ago. 2006. Disponível em <<http://www.scielo.br/pdf/rsp/v40nspe/30623.pdf>>. Acesso em 01 de Junho de 2017;

DA MATA, D. F. **O Impacto das Redes Sociais na Sociedade Digital**. Faculdade de Tecnologia de São Paulo – FATEC-SP, 2012. Disponível em <<http://www.fatecsp.br/dti/tcc/tcc00062.pdf>>. Acesso em 27 de Maio de 2017;

DAQUINO, F. **A história das redes sociais: como tudo começou**. Tecmundo, 2012. Disponível em <<https://www.tecmundo.com.br/redes-sociais/33036-a-historia-das-redes-sociais-como-tudo-comecou.htm>>. Acesso em 25 de Maio de 2017;

EISENSTEIN, E.; BESTEFENON, S. B. Geração digital: riscos das novas tecnologias para crianças e adolescentes. **Revista Hospital Universitário Pedro Ernesto**. Rio de Janeiro, v. 10, n. 2, p. 42-52, 2011. Disponível em <http://revista.hupe.uerj.br/detalhe_artigo.asp?id=105#citar>. Acesso em 01 de Junho de 2017;

FERREIRA, R. **Excesso de internet traz problemas físicos e psicológicos**. Jornal gazeta digital. Cuiabá, v.07, n.20, 2008. Disponível em <http://www.atlaspsico.com.br/ENTREVISTAS_2008_agosto_gazeta_digital_excessos_internet_traz_problemas_psico_fisicos.html>. Acesso 07 de Junho de 2017;

LÉVY, P. **O que é virtual?** São Paulo: Editora 34, 1996;

_____. **Cibercultura**. São Paulo: Editora 34. 1999;

LÓES, J. **Viciados em redes sociais**. Isto é Independente, nº 2217. Disponível em: <http://www.istoe.com.br/reportagens/204040_VICIADOS+EM+REDES+SOCIAIS>. Acesso em: 05 de Junho de 2017;

MENDES, K. D.S.; SILVEIRA, R. C. C. P.; GALVAO, C. M. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto contexto - enferm.**, Florianópolis, v.17, n.4, p.758-764, 2008. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S010407072008000400018&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 25 de junho de 2017;

MONTEIRO, S. S.; BRAGA, B. P. S. **Os riscos das redes sociais para adolescentes e a importância de sua abordagem na educação**. XIV Congresso Internacional de Tecnologia na Educação, 2016. Disponível em: <<http://demo.cubo9.com.br/senac/pdf/comunicacao-oral/077.pdf>>. Acesso em 05 de Junho de 2017;

MOREIRA, P. S. **O impacto da internet nas relações humanas**. Universidade Candido Mendes, 2010 – Disponível em

<http://www.avm.edu.br/docpdf/monografias_publicadas/t206277.pdf>. Acesso em 02 de Junho de 2017;

NOGUEIRA, D. Nossa vida exposta na internet. **Rev. Galileu**, São Paulo, 2013. Disponível em <<http://colunas.revistagalileu.globo.com/colunistas/2013/03/26/nossa-vida-expostana-internet/>>. Acesso 02 de Julho de 2017;

PIROLO, M. A. M. et al. **As redes de relacionamento digital e a interação social entre estudantes do ensino médio da cidade de Londrina**. Disponível em <<http://www.ufrgs.br/alcar/encontros-nacionais-1/encontros-nacionais/7o-encontro-2009-1/AS%20REDES%20DE%20RELACIONAMENTO%20DIGITAL%20E%20A%20INTERACAO%20SOCIAL.pdf>>. Acesso 01 de Junho de 2017;

RAZZOUK, D. Dependência de Internet: uma nova categoria diagnóstica?. **Psychiatry Online Brazil**, V. 3, n. 3, mar. 1998. Disponível em <<http://www.polbr.med.br/ano98/dpnet.php>>. Acesso em 01 de Junho de 2017;

RODRIGUES, M. P. C.; ARAUJO, T. C. C. F. Internet como suporte à pessoa com lesão medular: padrões de uso e reabilitação. **Paidéia** (Ribeirão Preto), Ribeirão Preto, v. 22, n. 53, dez. 2012. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103863X2012000300013&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 08 de Junho de 2017;

SCHELP, D. Nos laços (fracos) da internet. **Revista Veja**, São Paulo, Ed. 2120, jul. 2009. Disponível em <<http://www.oficinadegerencia.com/2009/07/nos-lacos-fracos-da-internet-revista.html>>. Acesso em 27 de Maio de 2017;

SILVA, L. M.; SILVA, M. F.; MORAES, D. C. **A internet como ferramenta tecnológica e as consequências de seu uso: aspectos positivos e negativos**. UNIRG, Gurupi-TO, 2014 Disponível em <https://semanaacademica.org.br/system/files/artigos/artigo_sobre_internet_corrigido_0.pdf>. Acesso em: 10 de Junho de 2017;

TRIVINHO, E.; CAZELOTO, E. (Org.). **A cibercultura e seu espelho: campo de conhecimento emergente e nova vivência humana na era da imersão interativa**. São Paulo: ABCiber; Instituto Itaú Cultural, 2009. Disponível em: <http://abciber.org/publicacoes/livro1/a_cibercultura_e_seu_espelho.pdf>. Acesso em 02 de Junho de 2017;

YOUNG, K.S.; ABREU, C. N. **Dependência de Internet: Manual e Guia de Avaliação e Tratamento**. 2011 ed. sênior São Paulo. Disponível em <<https://books.google.com.br/books?id=8avU3ygQ7ToC&pg=PA13&lpg=PA13&dq=ABREU.+Yung.+Depend%C3%Aancia+de+Internet:+Manual+e+Guia+de+Avalia%C3%A7%C3%A3o+e+Tratament&source=bl&ots=vXt46polXb&sig=ugO2vINNB8la0RmkWpTgYEFzi7U&sa=X&ei=W1SWUs2MLcXZkQelp4CADg&hl=en#v=onepage&q=ABREU.%20Yung.%20Depend%C3%Aancia%20de%20Internet%3A%20Manual%20e%20Guia%20de%20Avalia%C3%A7%C3%A3o%20e%20Tratament&f=false>>. Acesso 02 de Junho de 2017.