

Os impactos das redes sociais na atividade acadêmica de estudantes da Faculdade Guilherme Guimbala

*The impacts of social medias on the academic activity of students from
Guilherme Guimbala Faculty*

Andreia Duma Blasio
Charles Henrique Voos

Resumo: Considerando que as relações humanas são fundamentais para o crescimento e expansão da espécie humana, as redes sociais têm trazido fortes influências nas relações, ocupações e bem-estar. O acadêmico constrói conhecimento por meio dos mais diversos recursos e as redes sociais se fazem presente, contudo, é necessário compreender os impactos para esta ocupação. Objetiva-se, de forma geral, constatar se o desempenho acadêmico sofre influências, bem como de forma específica explorar as necessidades para uso e tempo disponibilizado para tal ocupação e como a terapia ocupacional pode contribuir. Para tanto, procede-se com pesquisa de caráter hipotético-dedutiva, do tipo quali-quantitativo, com pesquisa teórica e de campo, por meio de questionário eletrônico disponibilizado aos acadêmicos da Faculdade Guilherme Guimbala. Desse modo, observa-se que os resultados comprovam os dados teóricos, quando mostra que os jovens são os maiores usuários das redes, dispõem de duas a cinco horas diárias, percebem efeitos na rotina, atividade acadêmica, descanso e sono, saúde e bem estar, buscam as redes para comunicação, lazer, interação social e aprendizado, concluem que sentem a necessidade de estar conectados enquanto exercem o papel de estudante, onde percebem a influência no desempenho acadêmico quanto a concentração, limiar de atenção, foco e elencam a facilidade de informação como algo positivo para o desempenho. Desta forma se percebe a relevância desta pesquisa para a Terapia Ocupacional, já que há uma escassez de estudos nessa área e o uso dos recursos virtuais se faz cada vez mais presente no cotidiano das pessoas.

Palavras-chave: Redes sociais; Atividade Acadêmica; Terapia Ocupacional.

Abstract: Considering that human relations are fundamental for the growth and expansion of the human species; social medias have brought strong influences on relationships, occupations and well-being. The academic builds knowledge through the most diverse resources and social networks are present, however, it's necessary to understand the impacts for this occupation. The general objective is to verify whether academic performance is influenced, as well and specifically to explore the needs for use

and time available for such occupation and how occupational therapy can contribute. For this purpose, we proceed with hypothetical deductive research, of the quali quanti type, with theoretical and field research, through an electronic survey made available to academics from Guilherme Guimbala Faculty. Thus, it's observed that the results prove the theoretical data, which shows that young people are the largest users of medias, spend two to five hours daily, perceive effects on routine, academic activity, rest and sleep, health and very well, seek networks for communication, leisure, social interaction and learning, conclude that they feel the need to be connected while exercising the role of student, where they perceive the influence on academic performance regarding concentration, attention threshold, focus and list the ease of information as something positive for performance. So, the relevance of this research for Occupational Therapy is perceived, since there is a scarcity of studies in this area and the use of virtual resources is increasingly present in people's daily lives.

Keywords: Social medias; Academic Activity; Occupational therapy.

INTRODUÇÃO

Levando em consideração os impactos das redes sociais na atividade ocupacional acadêmica, a Terapia Ocupacional necessita compreender as relações que envolvem esta questão. Para tal fim, elencamos que algumas situações precisam ser evidenciadas nesta pesquisa, como, por exemplo, em que medida o uso das redes sociais pode ser prejudicial a atividade acadêmica e seu desempenho. Para buscar verificar a Terapia Ocupacional compreende o homem como ser ocupacional, ou seja, desempenha diversas funções dentre os diferentes papéis ocupacionais, sendo assim o acadêmico precisa gerir suas atividades para garantir qualidade e bem-estar.

Acreditamos que tais situações como para desempenhar a atividade acadêmica com excelência dentre outros fatores importantes é preciso ter foco, atenção, interação social, descanso e sono. Visto que as redes sociais podem influenciar a forma de pensar e até agir diante do contexto em que está inserido e socialmente, assim percebe-se a grande importância que exerce na atividade acadêmica, na construção de conhecimento e o no desenvolvimento profissional. Estas evidências serão comprovadas a partir de uma pesquisa de caráter hipotético dedutivo, do tipo quali quanti, com procedimentos ligados a pesquisa de campo por meio de questionário eletrônico disponibilizado a todos os acadêmicos da faculdade

Guilherme Guimbala para compreender os achados teóricos da pesquisa, e elencar possíveis contribuições da Terapia Ocupacional.

Assim, para atingirmos nosso objetivo central, o qual é identificar quais impactos as redes sociais trazem para o desempenho acadêmico, dividimos nossas discussões em três momentos: o primeiro capítulo, intitulado “Ocupação humana”, versará sobre os aspectos do fazer humano, dentre eles desempenhar o papel de estudante e uso das redes sociais. Para tal, busca compreender os possíveis impactos na atividade ocupacional e qualidade de vida. Após isso, o segundo momento busca compreender as “influências das redes sociais no desempenho acadêmico” que irá apresentar uma discussão sobre o quanto pode ser positivo agregando ao desenvolvimento do aluno e em outras situações intervindo negativamente nos níveis motivacionais e rendimento do mesmo.

Por fim, a última parte, denominada de “Métodos e resultados”, trará dados práticos que corroboram com a teoria, mostrando que as redes sociais tem influências em áreas importantes como a rotina, atividade acadêmica, descanso e sono, também se percebe influência em seu desempenho como no limiar de atenção e foco, concentração e a facilidade de informação como algo positivo para tal, visando atingir nosso último objetivo específico que é apontar as contribuições da Terapia Ocupacional para com este contexto.

OCUPAÇÃO HUMANA

O ser humano possui uma necessidade inata de criar, transformar, construir, aprender, ensinar e outras infinitas possibilidades de ação. São inúmeras as experiências em que erra, desenvolve, soluciona problemas, busca saber mais e com intuito de encontrar respostas. Essa dinâmica de ações, na prática, interage como um processo de descoberta nas quais as pessoas ora são competentes; ora são desafiadas a se autocorrigir, refletir e solucionar problemas, na ânsia por respostas e eficácia. Viver é ocupação, (CARVALHO, SCATOLINI, 2013).

O termo ocupação é usado para significar tudo o que as pessoas necessitam ou desejam fazer, seja de natureza física, mental, social, cultural, espiritual ou virtual. Ocupação refere-se a todos os aspectos do fazer, ser e tornar-se humano inclui o senso de identidade e pertencimento, e ocorre em diferentes contextos e ambientes podendo envolver outras pessoas e é influenciada pelas interações do indivíduo com fatores dos objetos, ambiente, contexto e da própria pessoa de acordo com a American Occupational Therapy Association (2015)

A interação entre os indivíduos e o espaço que lhes cerca, bem como sua inserção nos contextos e ambientes físicos, culturais, pessoais, sociais, temporais e virtuais, ocorrem por meio das ocupações humanas. Ocupação é um elemento fundamental para construção da identidade e do senso de competência do indivíduo, assim esclarecem Sousa *et al* (2018).

Na busca por exploração de experiências significativas e modificadoras do seu fazer ou da forma de se comunicar; o ser humano torna-se um ser histórico, social e político. Por conseqüências, desenvolve diferentes papéis, relações e responsabilidades que se expressam na evolução pessoal. (SILVA; CARDINALLI; LOPES, 2015)

Cordeiro (2005) reforça que estes papéis envolvem também obrigações e posições que os indivíduos ocupam em grupos sociais e como interagem dentro deles, atendendo às expectativas de comportamento e desempenho próprios de cada papel ou função.

De outra forma, os papéis ocupacionais influenciam a produtividade humana e organizando o comportamento, contribuindo para a constituição da identidade conduzindo as expectativas sociais a uma realização, organizando o uso do tempo e envolvendo os indivíduos na estrutura pessoal.

ATIVIDADE OCUPACIONAL ACADÊMICA E DESEMPENHO

A American Occupational Therapy Association (2015) afirma que a qualidade do desempenho ocupacional é um dos campos centrais de estudo da terapia ocupacional, ligado ao envolvimento orgânico das pessoas em ocupações significativas, como a educação, trabalho e lazer, permitindo a criação de um contexto saudável e promissor, este estudo se refere a ocupação educação. Oliveira e Baldi (2020) frisam que para desempenhar esta ocupação com excelência além de outros fatores, é importante ter um ambiente educacional favorável e os envolvidos nesse processo estar atentos aos determinantes.

Para que se obtenha bons resultados o estudante precisa estar ativo quanto as atividades que julga necessário para seu aprendizado, bem como a participação no ambiente acadêmico e assim como manter a rotina educacional que vai desde os processos normativos da sala de aula até momentos de descanso/sono e lazer. Sousa *et al* (2018) ainda apontam que, a atividade educativa e seus processos são importantes meios para o desenvolvimento e o aprimoramento de habilidades e capacidades do sujeito, como de se expressar, criar e manter vínculos, adquirir e promover conhecimentos, etc.

O papel de estudante se aplica aos indivíduos que se envolvem em atividade de ensino formal seja básico, técnico, ou superior; tempo parcial ou integral e desempenha as atividades educativas, que os envolvem em se dedicar as obrigações com o aprendizado, ensino, desempenho, participação no ambiente acadêmico. Todo estudante também ocupa outros papeis ocupacionais, como membro de família, trabalhador, amigo, etc. E para que isso aconteça de forma harmônica é necessário organizar a rotina de forma funcional, (CORDEIRO, 2005).

Quando considerado o estudante do ensino superior, em especial, durante a graduação, os diversos papeis ocupacionais e suas respectivas obrigações, requerem de o estudante manter uma rotina organizada com horários estabelecidos conforme prioridades, além do espaço para lazer, descanso e sono.

Este último, considerado uma atividade reparadora e que impacta no desempenho das demais ocupações, sendo importante que ocorra de modo satisfatório, conforme frisam os autores Sanches e Forte (2019).

Estudar os fatores que influenciam o desempenho acadêmico dos alunos do ensino superior é primordial, pois o ensino superior promove a formação profissional dos estudantes, compatíveis com as exigências do mercado de trabalho e, que num quadro de grande mobilidade, sejam-lhes conferidas capacidades competitivas interna e externamente, como as demais características importantes como cumprir com as obrigações, realizar as atividades propostas com excelência, saber se portar, enfrentar desafios e conflitos do mercado de trabalho e sociedade no geral. Rangel e Miranda (2016) ainda mencionam que é necessário estar abertos as mudanças, influências e possibilidades que a sociedade está suscetível.

A vida das pessoas foi marcado, na última década por influências tecnológicas derivadas do ciberespaço e suas constantes atualizações, segundo Oliveira e Baldi (2020) o cenário virtual produziu e produz novas dinâmicas de relacionamentos e conduz a remodelações estruturais em como diversas ocupações e atividades humanas são desempenhadas, influenciando positiva e negativamente conforme gerência do próprio usuário. Enquanto Sousa *et al* (2018) atentam para a desorganização temporal e desestruturação nas múltiplas ocupações dos sujeitos, decorrentes do desequilíbrio no tempo destinado ao uso da internet e que afeta a atividade acadêmica.

Sanches e Forte (2019) frisam que atualmente o tempo dedicado ao mundo virtual é praticamente integral. O mundo virtual como as redes sociais oferecem muitas possibilidades como de se relacionar, conhecer pessoas, discutir ideias, divulgar informações, aprender e outras tantas possibilidades. Em suma, o mundo virtual torna-se um potente influenciador nas ocupações e que, se não gerenciado com sabedoria, pode prejudicar o desempenho ocupacional do estudante, influxos de energia, tempo atenção que podem minar a qualidade de sua formação.

REDES SOCIAIS

O conceito de rede social é utilizado para analisar interações entre indivíduos, grupos, organizações ou até sociedades inteiras desde o final do século XIX. Correia (2013) lembra que as redes sociais primitivas e presenciais já existiam desde os primórdios da humanidade, quando as pessoas se reuniam em torno da fogueira para compartilhar informações, saberes, interesses etc.

E é justamente desse interesse interior por se comunicar com os demais indivíduos e com o meio que se insere, que surgem as redes sociais, ou seja, vem do desejo de compartilhar informações, criar laços sociais, com o surgimento da internet isso passou a ser possível através do ciberespaço, que permite conectar com pessoas independente das proximidades, (CORREIA, 2013).

Kakushi (2018) enfatiza que redes sociais baseadas na web podem ser definidas como sites na internet que oferecem uma série de serviços com base livre, tais como a criação de perfis, o upload de fotos e vídeos, comentar, compartilhar, criar conteúdo, entre outros. Neste estudo, o termo redes social remete as ferramentas tecnológicas que permitem com que os relacionamentos sociais ocorram virtualmente. Exemplo: WhatsApp, Facebook, Instagram, You Tube, Tik Tok, Twitter, etc.

Dessa forma, ciberespaço trata-se de um espaço que não existe fisicamente, mas virtualmente. Como destaca Favero (2016), é um ambiente possibilitado pela interligação de computadores, que não tem um local fixo ou um espaço físico para existir, e é essa fluidez que torna este espaço um mundo virtual, conectado com a realidade, em que pessoas se encontram e podem interagir, coabitar, conviver, de maneira muito simples já que os aparelhos celulares estão cada vez mais tecnológicos e atende cada vez mais demandas das ocupações humanas como trabalhar e estudar por exemplo.

Sendo assim se percebe que as redes sociais virtuais apresentam crescente popularidade, Azizi, Soroush e Khatony (2019) mostram que em 2018 somavam-se 4.021 bilhões de indivíduos com uso regularmente, é provável que este índice tenha aumentado.

Os dados são alarmantes visto que cada vez mais cedo os indivíduos tem contato com o cenário virtual e para isso os smartphones são os mais procurados, conforme mostram os autores Wegman et al (2020), em 2016 havia cerca de 216 bilhões de usuários em todo o mundo, estima-se que até 2021 esses números cheguem a 301 bilhões. Haja visto que permite o acesso ao mundo virtual onde quer que esteja.

Oliveira e Baldi (2020) salientam que as redes sociais virtuais viabilizam a maneira das pessoas se comunicarem e interajam através de linguagens e suportes facilmente conectáveis à rede web de internet, possibilita a comunicação por voz, vídeo, imagens, textos e uma hibridação destas linguagens.

Diante disso as redes sociais têm sido utilizadas globalmente como os principais veículos de comunicação, e a sua inserção tem trazidos fortes modificações na vida cotidiana das pessoas, influenciando horários de descanso e sono, atividades de auto cuidado, lazer, participação, interação social, educação e outras. Kakushi (2018) frisa que o uso das redes sociais virtuais sem gerenciamento, influência no desenvolvimento e desempenho das habilidades de participação social, bem como em habilidades de processo por exemplo em estudantes que demanda foco, atenção, escolhas, ações, etc.

As redes sociais fazem parte do cotidiano numa amplitude e aceleração que muitas das vezes o indivíduo não percebe, quando estas ferramentas começam a interferir em seu dia a dia e em como se dedica em suas ocupações, (SANCHES E FORTE, 2019).

Rangel e Rocha-Filho (2018) alertam que o vício de internet/ redes sociais compromete o funcionamento da vida diária de maneira geral. Os prejuízos físicos são os mais variados, conforme o estudo e se estendem a problemas de visão,

privações de sono, fadiga, problemas com alimentação e desconforto músculo esquelético.

POSSÍVEIS IMPACTOS DAS REDES SOCIAIS NAS ATIVIDADES OCUPACIONAIS E A QUALIDADE DE VIDA DOS INDIVÍDUOS

Compreender a saúde e o bem-estar diante da digitalização requer uma investigação do uso da internet. Atualmente, a internet faz parte de diversos domínios do ser humano seja para o trabalho, estudo, entretenimento, etc. Ela molda as experiências diárias das pessoas, incluindo a percepção de qualidade de vida (GAO et al., 2020).

Qualidade de vida é um julgamento pessoal, onde estabelece um padrão de satisfação, de acordo com Gao *et al.* (2020), muitos fatores podem contribuir para melhorar ou piorar a qualidade de vida. Sentimento negativos, estresse, rotina desorganizada, distúrbios do sono, etc. São indicadores desfavoráveis. Já sentir-se satisfeito, apresentar um bom rendimento em suas ocupações, ter momentos saudáveis com familiares e amigos, assim como sentir-se descansado com boa saúde física, mental e emocional, São indicadores que apresentam potencial para viver melhor.

Pesquisas também mostraram que a Internet pode ajudar as pessoas a obter uma maior qualidade de vida, pois pode promover de forma satisfatória o trabalho, educação, comunicação etc. Gao *et al.* (2020) ainda ressaltam que as redes sociais podem fornecer estímulos positivos como de acolhimento e assistência mental, assim como amplia as formas de interagir, criar conteúdo, compartilhar momentos, encontrar pessoas, divulgar informações e entre outras possibilidades. Porém para ser saudável como tudo na vida deve haver equilíbrio.

Os autores Azizi, Soroush e Khatony (2019) afirmam que quando o uso das redes sociais é mal gerenciado, elas podem ter consequências negativas nos níveis individual e social. As consequências disso incluem sofrer com falta de sono a longo prazo, deterioração da saúde física, dificuldades de concentração, baixo rendimento em atividades como trabalho e educação (GAO et al., 2020).

A falta de sono pode estar relacionada ao tempo destinada a esta ocupação, assim como, a preparação e participação no sono, ou se dedica a ficar online o que demanda atenção elevada, comprometendo essa atividade reparadora. Sendo assim, devido a importância de se manter uma boa qualidade no desempenho desta ocupação, ressalta-se que perturbações do sono podem acarretar em alterações significativas no funcionamento físico, ocupacional, cognitivo e social do indivíduo (SOUZA, 2018).

De acordo com Kuss e Griffiths (2017, s/p), o uso excessivo das redes sociais assim como a dependências das tecnologias traz sérias consequências ao indivíduo quanto suas habilidades sociais.

A dependência excessiva da tecnologia levou a um empobrecimento das habilidades sociais, deixando os indivíduos incapazes de se envolver em conversas significativas, porque essas habilidades estão sendo sacrificadas por uma conexão constante, resultando em curto atenção a longo prazo e menor capacidade de reter informações. Os indivíduos passaram a ser descritos como "sozinhos": sempre conectados via tecnologia, mas de fato isolados.

Muitos estudos apontam para a relação da dependência virtual e algumas comorbidades psiquiátricas e sintomas somáticos, os autores Rangel Rocha-Filho (2018) observam os sinais como: depressão, problemas nas relações interpessoais, diminuição nas atividades cotidianas e na comunicação social, solidão, transtorno do humor bipolar e de ansiedade, associações com os diferentes tipos de cefaleia e TDAH.

Khoury (2018) coloca em evidencia que o smartphone, assim como as redes sociais podem se tornar uma fonte intensa de recompensas imediatas que ativam o sistema de recompensa cerebral de maneira similar às drogas e a outros comportamentos aditivos. Ao se tornarem dependentes destes meios os indivíduos acabam negligenciando outras áreas da vida seu repertório é estreitado assim

passam a apresentar dificuldade para administrar o uso e conseguir focar em suas atividades cotidianas como de educação.

INFLUÊNCIA DAS REDES SOCIAIS NO DESEMPENHO ACADÊMICO

As redes sociais desempenham um papel crucial nos ambientes de aprendizagem como um canal de comunicação essencial e uma fonte de apoio social. As redes sociais oferecem muitas vantagens, pois fornecem amplo acesso a informações, reduzem barreiras à interação em grupo e telecomunicações, apoiam atividades de aprendizagem colaborativa, incentivam os alunos a aprender mais, favorece a comunicação e troca de materiais com colegas e professores, como mostraram os autores Azizi, Soroush e Khatony (2019).

Alnjadat et. al. (2019) destacam que o uso das redes sociais pode melhorar sabiamente o desempenho acadêmico bem como sua socialização, mas se falhar em regular o tempo gasto e a frequência, terá consequências acadêmicas, sociais e de saúde.

O desempenho discente está relacionado ao rendimento dos alunos, ou seja, ao resultado da sua avaliação, evidenciado por meio de notas ou conceitos, portanto, é um dos resultados da aprendizagem, suscitado pela atividade educativa feita em sala de aula e em outros ambientes. Rangel e Miranda (2016) reforçam que o desempenho acadêmico, está intimamente ligado com aspectos da inteligência, habilidade e competências necessárias para que o acadêmico consiga realizar as ações necessárias para produzir conhecimento.

Sabe-se que o cérebro não possui a capacidade de apreender todos os estímulos perceptivos que recebe constantemente, para tanto, possui na atenção um mecanismo que realiza esta ação, selecionando as informações que são importantes e dispensando outras não relevantes. Ramos *et al.* (2019) realçam que a atenção envolve a concentração da atividade mental, relacionada a “ativação aumentada, inibida ou a uma combinação de ambas as ações”. Essa habilidade

relaciona-se a capacidade dos seres humanos de atender seletivamente a certos estímulos do ambiente, ignorando ou inibindo o processamento de outros, menos relevantes.

Salientam Wegmann *et al*, (2020) apontam que os déficits no processamento da atenção e da informação interagem com maior impulsividade atencional, o que acaba resultando em níveis mais altos para busca pelo uso das redes sociais. Ainda sugerem que a impulsividade atencional está relacionada a uma maior gravidade dos sintomas, e ao longo do tempo pode apresentar déficits de atenção, assim como também depressão, ansiedade, aumento da impulsividade e declínio do funcionamento cognitivo e social.

Os smartphones geralmente geram sinais auditivos para informar sobre novas mensagens ou notificações, de suas redes sociais, sinais estes que são gerado várias vezes ao dia; o tempo todo e faz com que o indivíduo de atenção a aquele sinal, em busca de novidades, recompensas e assim muitas vezes perde o foco para realizar tarefas importantes (WEGMANN *et. al*, 2020).

Khoury (2018) frisa que esses sinais sonoros impactam na concentração e atenção faz com que reduza as capacidades mentais para absorver e reter as informações, assim como faz um mau aproveitamento do tempo disponível para estudo.

Considerando os recentes avanços tecnológicos, Silva *et al*. (2012) atentam para a suposta relação entre o uso de redes sociais e o rendimento acadêmico. Eles discorrem que cada vez mais jovens ingressam em alguma página de rede social, devido ao seu fácil acesso e várias funções que oferecem. Rangel e Miranda (2016) levantam que o uso destes recursos influência nos níveis motivacionais, do acadêmico em relação a atividade que desempenha, além de causar desatenção, prejudicando seu rendimento acadêmico, e corrobora para a falta de interesse pela atividade.

CONTRIBUIÇÕES DA TERAPIA OCUPACIONAL

Um dos principais objetivos da Terapia Ocupacional é promover a autonomia e a participação do usuário em contextos de desempenho, proporcionando a ele maior qualidade de vida. Para a ocupação educação não é diferente busca ações onde favoreça a aprendizagem e autonomia não somente no contexto escolar, mas também fora dele. Visto que o processo de aprendizagem não ocorre somente no ambiente escolar, e para tal, demanda ao menos uma rotina organizada, onde consiga realizar todas suas funções que lhe cabe conforme seus papéis ocupacionais (SOUZA, 2017).

Souza (2017) salienta que ao perceber dificuldades de aprendizagem é essencial fazer uma investigação mais a fundo para identificar o que de fato está interferindo nesta ocupação, e então formular ações junto não somente ao indivíduo mais a família e o contexto escolar. Como visto, as redes sociais podem impactar de forma positiva e negativa não só o desempenho, mais toda atividade acadêmica, desta forma se faz importante debater e levantar estas questões junto aos acadêmicos para que tenham consciência e melhor gerenciamento.

Mota (2016) preocupa com a questão de que os jovens universitários passam grande parte do seu dia fora de casa, e encaram as redes sociais como uma forma de escape, um meio para se distrair, para ficar informado e também resolver questões. Fato esse que vem de encontro com a fala de Kuss e Griffiths (2017), em que os indivíduos passaram a ser descritos como "sozinhos" sempre conectados via tecnologia, mas de fato isolados, fato esse que causa um empobrecimento das habilidades sociais, aspecto este essencial para as relações, sendo assim se faz importante pontuar que além de grupos no WhatsApp é importante criar grupos de estudos, de apoio, se filiar a grupos de pesquisas, rodas de conversas interdisciplinares, se mostrar não por "selfies", mas com ações que vão tornar o meio melhor.

MÉTODOS E RESULTADOS

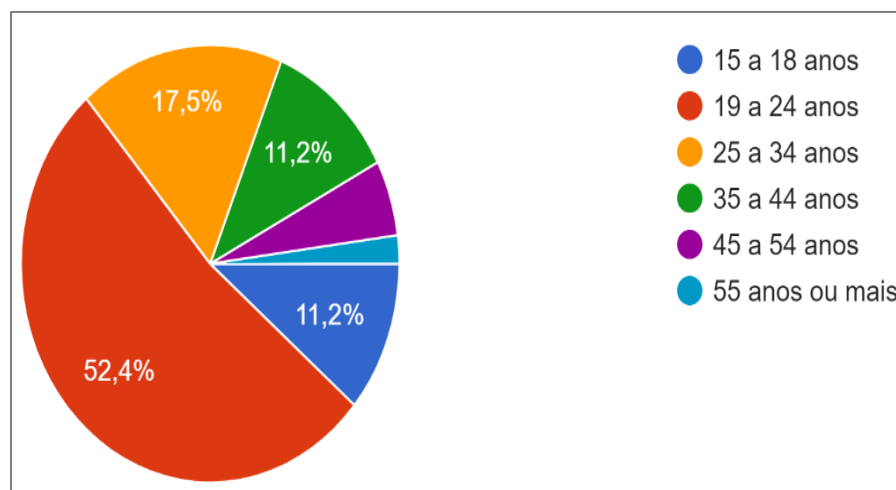
Esta pesquisa faz uso do método hipotético dedutivo, com a abordagem quali quanti, que, segundo os autores Marconi e Lakatos (2017, p. 30) a pesquisa “[...] quantitativa apoia em um modelo de conhecimento chamado positivista, em que prevalece a preocupação estatístico-matemática e tem a pretensão de ter acesso racional à essência dos objetos e fenômenos examinados”. Já no contexto da metodologia qualitativa, segundo as quais não se busca estudar o fenômeno em si, mas entender seu significado individual ou coletivo para a vida das pessoas. Turato (2005) ainda enfatiza que o significado tem função estruturante em torno do que as coisas significam, as pessoas organizarão de diferentes modos suas vidas.

Desta forma, feito uso do *Google* formulários para formular perguntas com base na pesquisa teórica, foi disponibilizado via *link* a todos os acadêmicos da Faculdade Guilherme Guimbala, a qual possui em torno de mil alunos. Destes, 143 responderam. No questionário, fica claro não haver nenhum vínculo com a identidade dos participantes.

A primeira pergunta consiste em saber a faixa etária dos acadêmicos, pergunta essa fechada com opções para diferentes idades, o resultado vem ao encontro do estudo realizado Silva et al. (2012). Eles discorrem que cada vez mais jovens ingressam em alguma página de rede social. Corroboram com Alnjadat *et al*, (2019) em sua pesquisa em 15 países ao reconhecer os estudantes do ensino superior como responsáveis pelo crescente uso de diferentes dispositivos portáteis para diferentes finalidades, já que estão em busca de novos saberes, onde as redes sociais oferecem muitas destas possibilidades.

Os dados abaixo mostram que 52,4% dos entrevistados tem entre 19 e 24 anos, outra porcentagem significativa está na faixa dos 25 aos 35 anos com 17,5%, perfil jovem. Já no grupo etário de 35 a 44 anos e 55 anos ou mais, os valores são iguais para 11%. Essa amostra evidência também, estudantes jovens que estão na busca e construção de conhecimento o que favorece a busca pelas redes sociais já que oferecem inúmeras possibilidades.

Gráfico 1 - Qual a sua faixa etária.

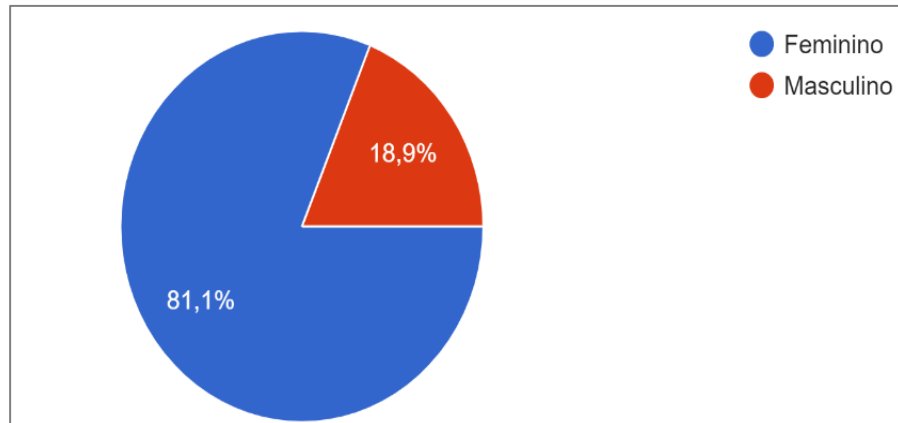


Fonte: dos autores.

A segunda questão buscou saber o sexo dos entrevistados, que conforme a idade poderia impactar de forma distinta na análise dos resultados, desta forma, a segunda questão dispõe das opções feminino e masculino, onde 81% dos entrevistados são mulheres e outros 19% homens. O intuito em saber o sexo do público, foi pensando nos papéis ocupacionais já que todo estudante também ocupa outras funções, como membro de família, trabalhador, voluntário, amigo etc. E para que isso aconteça de forma harmônica é necessário organizar a rotina de forma funcional, onde seja capaz de realizar todas as suas ocupações destinadas sem sofrer qualquer prejuízo, conforme Cordeiro (2005).

De forma subjetiva se dá a valorização desses papéis assim como a forma e a função e exercer dentro desses papéis. Como o exemplo do membro de família (mãe) onde precisa além das outras obrigações como de trabalho e estudo também ocupar o espaço de proteção e amparo além de prover os recursos necessários para o desenvolvimento dos que lhe dependem.

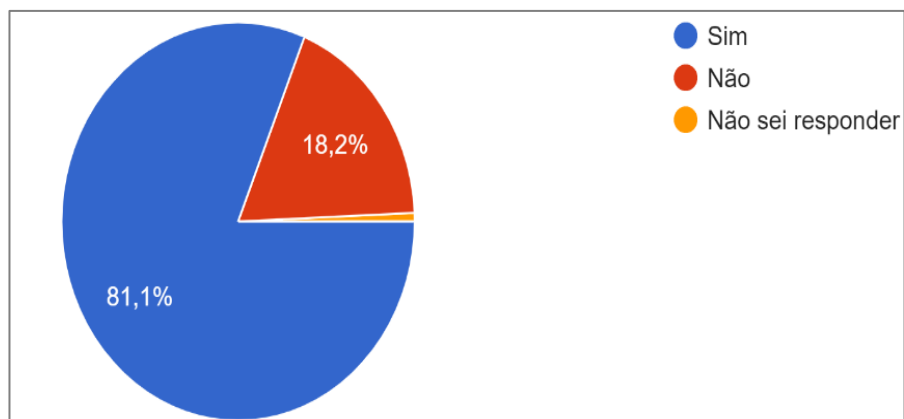
Gráfico 2 – Sexo dos entrevistados



Fonte: dos autores.

A pandemia do Covid-19 trouxe grandes transformações no cotidiano das pessoas, onde se fez importante saber se houve necessidade de aumentar o uso das redes sociais, já que muitas ocupações passaram por modificações na forma de exercer. Uma delas é a atividade acadêmica, onde as instituições e estudantes buscaram por novas maneiras de construir conhecimento, e dentre outras estratégias, foi fazer uso dos recursos virtuais, sendo assim, a terceira questão busca saber se houve aumento do uso das redes sociais com a pandemia, onde 81% dos entrevistados afirmam ter aumentado o uso das redes sociais, dados esses que respaldam com a afirmação dos autores Oliveira e Baldi, (2020) que o cenário virtual produziu e produz novas dinâmicas de relacionamentos e conduz a remodelações estruturais, também influência nas ocupações humanas e em como são desempenhadas.

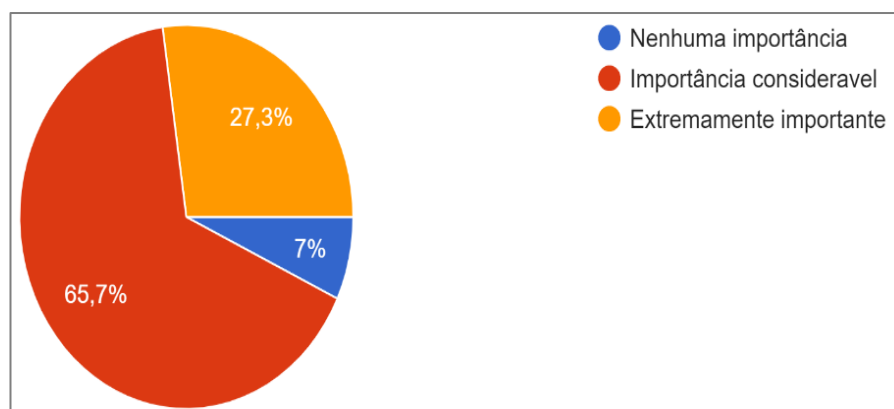
Gráfico 3 - Uso das redes sociais na pandemia Covid-19



Fonte: dos autores.

Diante dessa afirmação Favero (2016) diz que o ambiente virtual é possibilitado pela interligação de computadores, sem um espaço físico, e é essa fluidez que torna este espaço um mundo virtual, conectado com a realidade, em que pessoas se encontram e podem interagir, coabitar, conviver, etc. Sendo assim, despertou a curiosidade em saber qual a importância das redes sociais para os acadêmicos levantada na quarta questão. Os dados mostram que 65,7 % dos respondentes identificam que as redes sociais exercem importância considerável em sua vida, já 27,3% consideram extremamente importante e apenas 7% dos entrevistados mencionam nenhuma importância para as redes sociais.

Gráfico 4 - A importância das redes sociais



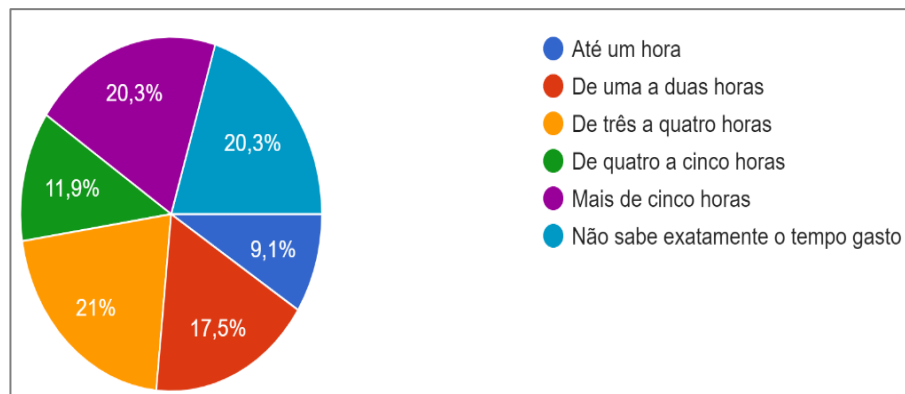
Fonte: dos autores.

Por oferecer de considerável à extrema importância na vida dos acadêmicos logo se questiona, quanto tempo é fornecido para esta ocupação; a quinta questão indagava aos acadêmicos quanto tempo do seu dia é disponibilizado para o uso das redes sociais, onde oferecia opções de até uma hora, de uma a duas horas, de três

a quatro horas, de quatro a cinco horas, mais de cinco, ou não sabe exatamente o tempo gasto. Os dados mostram que 21% gastam de três a quatro horas do seu dia, para as opções mais de cinco horas e não sabe exatamente o tempo gasto houve empate de respostas em 20%, de uma a duas horas ficou com 17,5% das respostas, de quatro a cinco horas 12% e apenas 9% para a opção de até uma hora.

Á vista disto, Sanches e Forte (2019) alertam que as redes sociais vêm tomando tamanha proporção na vida das pessoas que as vezes nem percebe que começam a interferir em seu dia a dia e em como se dedica em suas ocupações e funções. Dessa maneira se tornam um potente influenciador.

Gráfico 5 - Tempo disponibilizado para as redes sociais



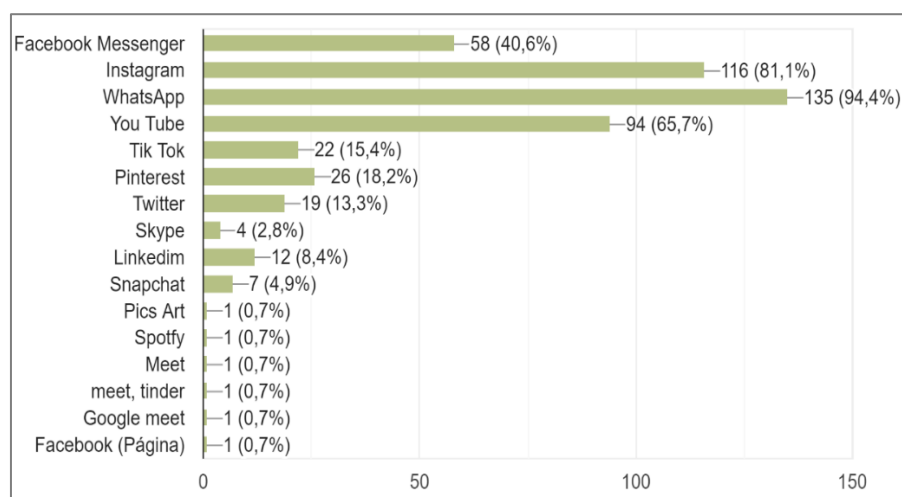
Fonte: dos autores.

Por ocuparem um papel de influenciar as pessoas, é um mercado que cresce a cada dia, favorecendo novas formas de se relacionar. A sexta pergunta buscava saber quais são as redes sociais são mais usadas, pergunta essa semiaberta oferecia mais de uma opção e ainda outros casos, se tivesse outra conta não mencionada. Sendo assim, 135 dos entrevistados elegeram o WhatsApp como a rede social mais usada, 116 deles elencam em segundo lugar o Instagram, 94 dos entrevistados pontuam o YouTube em terceira colocação, 58 deles ficam com o Facebook Messenger, outras redes aparecem como Google Meet, Pics Art, Spotify.

Os dados comprovam o que Wegman et al (2020) fala que o WhatsApp é um dos aplicativos mais usados em todo o mundo, Logo em seguida vem o Instagram com 500 milhões de usuários ativos. O Facebook site mais popular com 1.712

milhões de usuários ativos não é a rede mais usada pelos acadêmicos da Faculdade Guilherme Guimbala, permitindo espaço para o YouTube, fator este que hipoteticamente se deve a pandemia já que permite a construção e divulgação de conhecimento, além de oportunizar o lazer.

Gráfico 6 - Redes sociais mais usadas

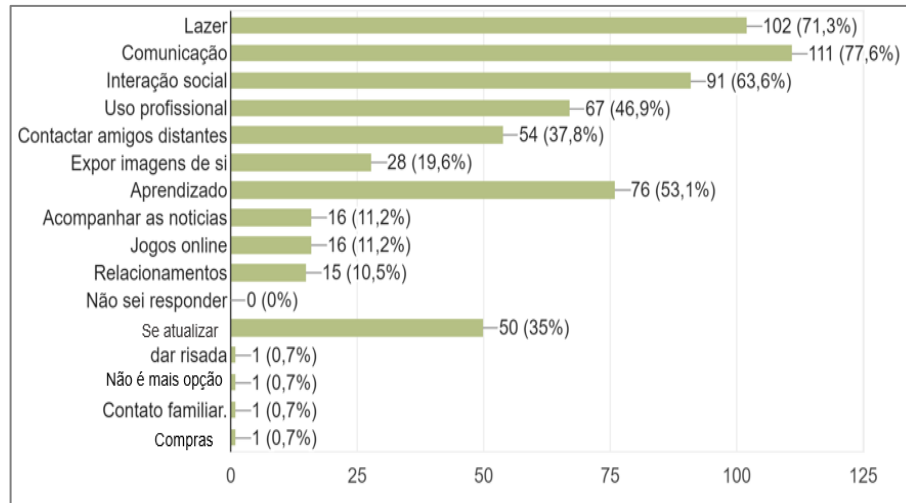


Fonte: dos autores.

Correia (2013) afirma que as redes sociais surgem do desejo de se comunicar com o meio inserido, compartilhar experiências e informações, além de criar laços afetivos entre os indivíduos, independente das proximidades geográficas. Isto posto, a sétima questão busca saber qual finalidade do uso das redes sociais; oferecia pontuar mais de uma opção de resposta ainda com outros em aberto. Considerando os dados obtidos se concluem que a maior finalidade é a comunicação, lazer, interação social e aprendizado o que corrobora com a afirmação da autora acima.

Para outros, o que chamou a atenção foi a colocação “não é mais opção” onde levantou o questionamento de o uso não ser mais uma opção para ser algo “imposto” ou quase obrigatório com o cenário atual.

Gráfico 7 - Finalidade das redes sociais



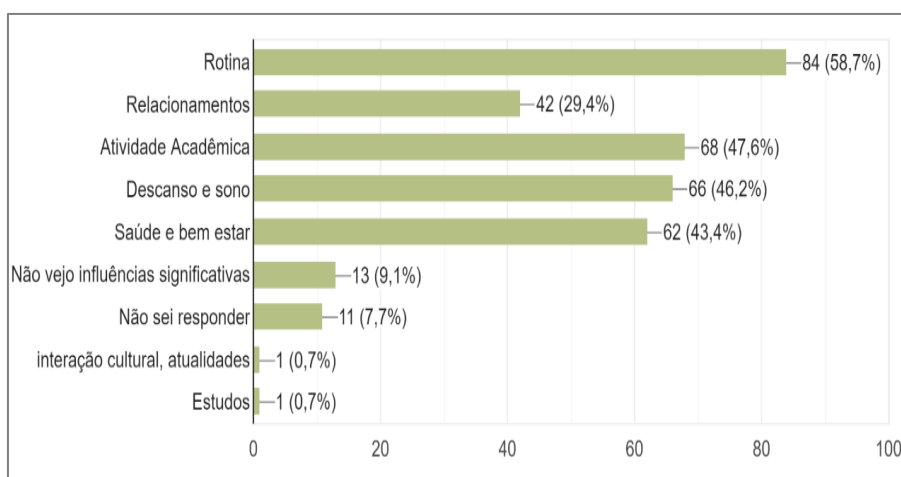
Fonte: dos autores.

Desta forma, se faz importante saber quais áreas sofrem influências do uso das redes sociais, ofertada na oitava questão que segue o mesmo modelo de organização anterior, onde 84 dos entrevistados percebem que as redes sociais influenciam em sua rotina, 68 pessoas percebem na atividade acadêmica, 66 dos 143 respondentes frisam que o descanso e sono sofre interferências, 62 dos acadêmicos entrevistados percebem que sua saúde e bem estar recebem influxos das redes, 42 indivíduos percebem que suas relações são afetadas, já 13 dos entrevistados não vê influências significativas e 11 deles não sabem responder, para opção de outros apontam a interação cultural, atualidades e estudos.

Atualmente, a internet faz parte de diversos domínios do ser humano seja para o trabalho, estudo, entretenimento e outros. Molda as experiências diárias das pessoas, incluindo a percepção de qualidade de vida. Gao et al. (2020) frisam que qualidade de vida é um julgamento pessoal, onde estabelece um padrão de satisfação, muitos fatores podem contribuir para melhorar ou piorar a qualidade de vida. Sentimento negativos, estresse, rotina desorganizada, distúrbios do sono, são indicadores desfavoráveis. Já sentir-se satisfeito, apresentar um bom rendimento em suas ocupações, ter momentos saudáveis com familiares e amigos, assim como sentir-se descansado com boa saúde física, mental e emocional, São indicadores que apresentam potencial para viver melhor.

Posto isto, Azizi, Soroush e Khatony (2019) afirmam que quando o uso das redes sociais é mal gerenciado, elas podem ter consequências negativas nos níveis individual e social. Como apresentar disfunções no sono, deterioração da saúde física, dificuldades de concentração, baixo rendimento em atividades como trabalho e educação.

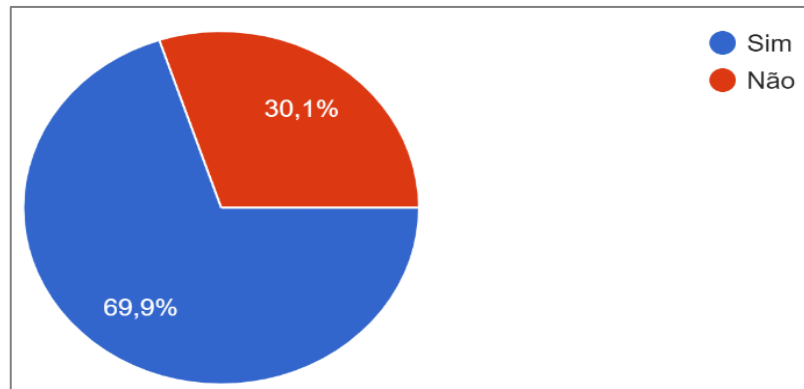
Gráfico 8 - Áreas influenciadas pelas redes sociais.



Fonte: dos autores.

Haja visto que, para desempenhar o papel de estudante, ter qualidade de vida é essencial, só assim conseguirá exercer com excelência este papel tão importante. Isto em vista, a nona questão busca saber se enquanto os acadêmicos exercem este papel, sentem a necessidade de verificar as notificações das redes sociais, mesmo que elas não tenham relação com o estudo. De acordo com os dados obtidos, 70% sentem vontade em verificar e 30% alegam que não.

Gráfico 9 - Sente a necessidade de checar as notificações.

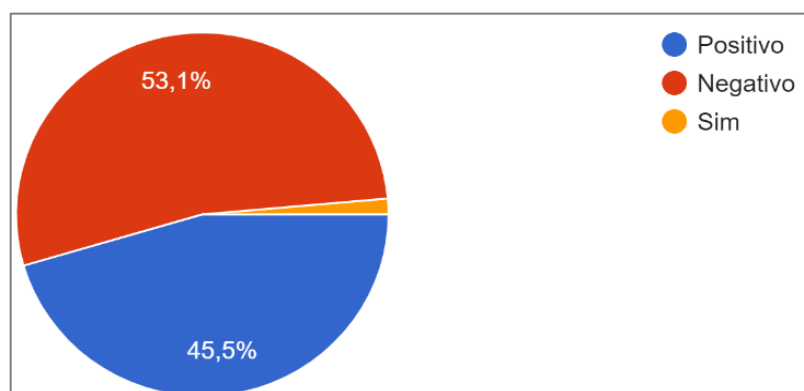


Fonte: dos autores.

Isso adentra no sentido exposto por Wegmann et al. (2020), em que os smartphones geralmente geram sinais auditivos e/ou visuais para informar sobre novas mensagens ou notificações, e isso faz com que os indivíduos dê atenção a àquele sinal em busca de novidades e/ou recompensas. Dessa maneira, ocasiona a perda de foco das suas atividades que estão sendo realizadas. Khoury (2018) afirma que esses sinais também impactam na concentração e atenção e faz com que reduza as capacidades mentais para absorver e reter as informações, assim como faz um mau aproveitamento do tempo disponível para a ocupação em realização.

Desta maneira, a décima questão buscou saber dos acadêmicos se as redes sociais influênciam de forma positiva ou negativa seu desempenho acadêmico, onde 53% deles percebem influência negativa, já 45% percebem influência positiva.

Gráfico 10 - Influência positiva/negativa

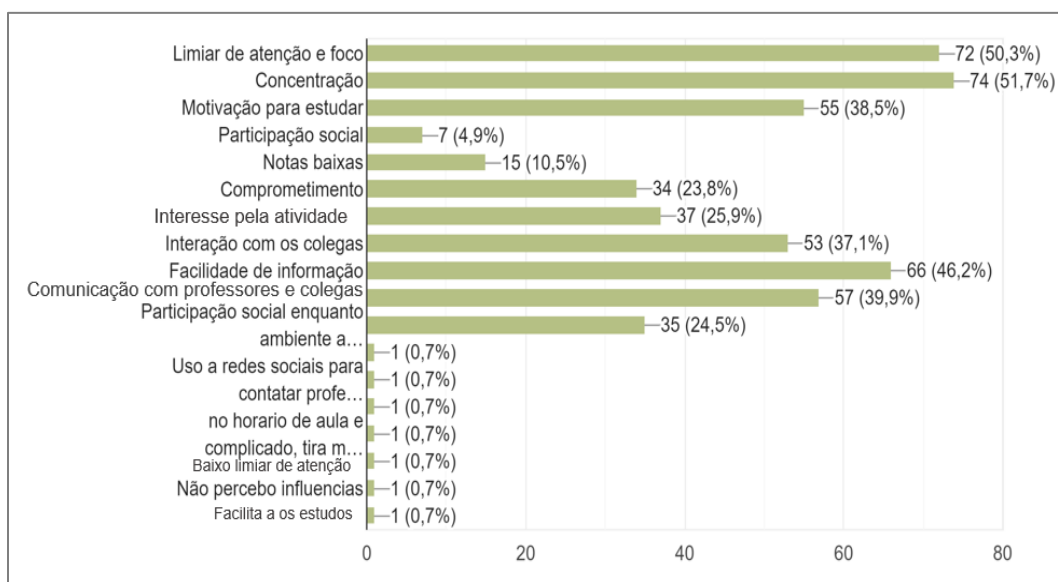


Fonte: dos autores.

Alnjadat et. al. (2019) afirmam que o uso das redes sociais pode melhorar sabiamente o desempenho acadêmico bem como sua socialização, mas se falhar em regular o tempo gasto e a frequência, terá consequências acadêmicas, sociais e de saúde.

A décima primeira questão teve a intenção de saber a forma como as redes sociais influenciam no desempenho acadêmico, para isso, oferecia mais de uma opção de resposta. Sendo que 74 dos entrevistados percebem influência na sua concentração, 72 dos indivíduos percebem interferências no seu limiar de atenção e foco, 66 dos respondentes percebem que a facilidade de informação favorece seu desempenho acadêmico, 57 dos estudantes frisam que as redes sociais facilitam a comunicação com colegas e professores o que influencia de forma positiva a atividade e desempenho acadêmico, 55 dos 143 entrevistados mencionam a influência em sua motivação para estudar. Houve outras respostas, conforme os dados abaixo.

Gráfico 11 - Influências no desempenho acadêmico



Fonte: dos autores.

Dados estes que corroboram com a pesquisa teórica onde os autores Azizi, Soroush e Khatony (2019) mencionam que as redes sociais desempenham um papel

crucial nos ambientes de aprendizagem como um canal de comunicação essencial e uma fonte de apoio social, pois, fornecem amplo acesso a informações, reduzem barreiras à interação em grupo que favorece a comunicação com colegas e professores além da troca de materiais acadêmicos.

Por outro lado, o uso destes recursos influencia nos níveis motivacionais do acadêmico, em relação a atividade que desempenha, além de impactar no limiar de atenção e foco, assim como na concentração o que permite um baixo rendimento. (RANGEL e MIRANDA, 2016).

Assim sendo, a décima segunda questão buscou saber dos acadêmicos se considera importante estudos como este para o meio acadêmico; onde se oferecia opções de sim, não, talvez, não sei responder e outros, em aberto para resposta por considerar de modo qualitativo a importância desse sucedido para os acadêmicos. Para tanto, 87% dos entrevistados consideram importante, 9% pensa que talvez e para outros (ENTREVISTADO 1, 2020) evidência a importância da construção de conhecimento.

Buscar o conhecimento sobre determinada situação/fato se faz necessário e facilitador na construção do saber. Dessa maneira, solucionamos problemas, muitas vezes incompreendidos e que passam despercebidos. Toda forma de organizar ideias e buscar respostas e de suma gratificação aos estudiosos. E o mais importante informa e orienta aqueles que não dispõem de um bom discernimento ou não possuem acesso à informação/educação.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Compreende-se por meio dessa pesquisa que os impactos das redes sociais são notórios sejam nas bases teóricas levantadas quanto aos entrevistados, dessa forma, entende-se o quão útil e benéfico pode ser essa ferramenta, em contrapartida se mau gerenciado ser prejudicial e desfavorável seja a atividade

acadêmica e desempenho quanto suas demais ocupações já que o acadêmico exerce outros papéis ocupacionais.

Para além disso linear a atividade acadêmica como primeiro passo profissional e perceber que os impactos gerados agora vão repercutir na carreira adiante. Como o simples fato checar as notificações afeta a capacidade de atenção, concentração e motivação para realizar as atividades acadêmicas, dessa maneira atuando na construção do saber; por outro lado se percebe os benefícios gerados como a facilidade de comunicação, possibilidades que o espaço físico muitas vezes não permite, como as aulas remotas em tempo de pandemia, teleatendimentos, reuniões virtuais.

Nossas hipóteses de pesquisa consistiam em que as redes sociais favorecessem a troca de informação, comunicação e habilidades sociais, e gerassem modificações na forma de agir e pensar. Com a pesquisa, conclui-se que com o uso exagerado das redes as habilidades sociais sofrem significantes influências, levando a um empobrecimento. Quanto à facilidade de comunicação, fica explícito a sua contribuição, seja nas bases teóricas, quanto na pesquisa de campo, impactando na forma de agir de pensar das pessoas e as conseqüentes modificações em suas ocupações.

Para tanto, se percebe a necessidade de mais estudos na área de Terapia Ocupacional para com esta temática, visto que o uso dos recursos virtuais está cada vez mais presente na vida das pessoas, impactando o desempenho e qualidade de suas ocupações, bem como sua saúde e bem-estar. Já que é exposto nos dados obtidos que influi nessas ocupações de extrema importância para o ser humano.

Vejo que esta pesquisa pode contribuir com o meio acadêmico para criação de estratégias de estudo, bem como identificar como um novo recurso para aprendizagem já que facilita a troca de informações e reduz as barreiras, sendo necessário bom gerenciamento. Por último, esta pesquisa se torna relevante para a comunidade em geral, já que cada vez mais crianças e jovens fazem uso de redes sociais, bem como fica o alerta quanto à importância de gerir com consciência.

REFERÊNCIAS

- AMERICAN OCCUPATIONAL THERAPY ASSOCIATION, A. Estrutura da prática da Terapia Ocupacional: domínio & processo - 3ª ed. traduzida. **Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo**, v. 26, , p. 1-49, 24 abr. 2015.
- ALNJADAT, Rafi et al. Variações de gênero no uso de mídias sociais e desempenho acadêmico entre os estudantes da Universidade de Sharjah: Estudo Transversal. **Journal Of Taibah University Medical Sciences**, Sharjah, Emirados Árabes Unidos, v. 14, n. /, p. 390-394, set. 2019. Anual. PMC.
- AZIZI, Seyyed Mohsen; SOROUSH, Ali; KHATONY, Alireza. A relação entre dependência de redes sociais e desempenho acadêmico em estudantes iranianos de ciências médicas: Um Estudo Transversal. **Bmc Psychology**, Kermanshah, Irã, v. 7, n. /, p. 1-8, maio 2019.
- CARVALHO, Andréa Fabíola Costa Tinoco; SCATOLINI, Helena Maria Nica. Objeto de estudo da Terapia Ocupacional: atividade humana. In: CARVALHO, Andréa Fabíola Costa Tinoco; SCATOLINI, Helena Maria Nica. **Terapia Ocupacional: Na Complexidade Do Cliente**. 2. ed. Rio de Janeiro: Rubio, 2013. Cap. 2. p. 13-17.
- CORDEIRO, Júnia Jorge Rjeille. **Validação da Lista de Identificação de Papéis Ocupacionais em pacientes portadores de doença pulmonar obstrutiva crônica (DPOC) no Brasil**. 2005. 126 f. Tese (Doutorado) - Curso de Ciências da Saúde, Escola Paulista de Medicina, São Paulo, 2005.
- CORREIA, Franklin Portela. **O impacto das redes sociais na profissão docente**. 2013. 126 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Educação, Universidade Metodista de São Paulo, São Bernardo do Campo, 2013.
- FAVERO, Rute Vera Maria. **A CULTURA DOS USOS DAS REDES NA ACADEMIA: Um Olhar De Professores Universitários, Brasileiros E Italianos, Sobre O Uso Das Mídias Sociais Na Docência**. 2016. 211 f. Tese (Doutorado) - Curso de Educação, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2016.
- GÃO, Lingling; *et al.* Uso problemático da Internet e qualidade de vida percebida: resultados de um estudo transversal que investiga o uso da internet no trabalho e no lazer. **Revista Internacional de Pesquisa Ambiental e Saúde Pública**, China, v. 17, n. 11, p. 336-345, jun. 2020.
- KAKUSHI, Luciana Emi. **Aprendizagem colaborativa online na utilização do Facebook e do WhatsApp no ensino de graduação em enfermagem**. 2018. 150 f. Tese (Doutorado) - Curso de Enfermagem, Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, 2018
- KHOURY, Julia Machado. **Caracterização Dos Aspectos Neuropsicológicos E Fisiológicos Da Dependência De Smartphone**. 2018. 185 f. Tese (Doutorado) - Curso de Medicina Molecular, Universidade Federal de Minas Gerais Faculdade de Medicina, Belo Horizonte, Saúde Saúde 2018.
- Kuss, Daria J, and Mark, D Griffiths. Sites de redes sociais e vício: dez lições aprendidas. **International journal of environmental research and public health** vol. 14,3 311. 17 Mar. 2017.

- MARCONI, Marina de Andrade; LAKATOS, Eva Maria. **Metodologia do trabalho científico: Projetos De Pesquisa / Pesquisa Bibliográfica/ Teses De Doutorado, Dissertações De Mestrado, Trabalhos De Conclusão De Curso**. 8. ed. São Paulo: Atlas, 2017. Disponível em:<https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788597012408/cfi/6/10!/4/18/2@0:35.3>. Acesso em: 23 abr. 2020
- MOTA, Alanna Valéria Luna da. **Conectividade Dos Jovens E Seus Reflexos No Cotidiano**. 2016. 34 f. TCC (Graduação) - Curso de Terapia Ocupacional, Universidade de Brasília Faculdade de Ceilândia Curso de Graduação em Terapia Ocupacional, Brasília, 2016
- OLIVEIRA, Eliza; BALDI, Vania. **As agressões online e o impacto no desempenho ocupacional dos estudantes: uma reflexão sob o olhar da terapia ocupacional**. Brasil: Eh Semi, 2020.
- RANGEL, Tathiana Corrêa; ROCHA-FILHO, Pedro Augusto Sampaio. Cefaleia e abuso de internet: uma revisão narrativa. **Headache Medicine**, Recife, v. 9, p. 16-23, mar. 2018.
- RANGEL, Jéssica Ribeiro; MIRANDA, Gilberto José. Desempenho Acadêmico e o Uso de Redes Sociais, **Rev. Sociedade, Contabilidade e Gestão, Uberlândia**, v. 11, p. 1-16, ago. 2016. Trimestre.
- RAMOS, Daniela Karine et al. **A ATENÇÃO DOS ALUNOS EM SALA DE AULA: A Atenção Dos Um Estudo Com Professores Do Ensino Fundamental**. 2019. 19 f. Monografia (Doutorado) - Curso de Tecnologia do Ensino, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2019.
- SANCHES, Paula da Fonte; FORTE, Cleberson Eugênio. REDES SOCIAIS E DEPRESSÃO: Um Estudo Estatístico Sobre A Percepção De Bem-Estar Em Estudantes Universitários. **Revista Tecnológica da Fatec Americana**, São Paulo, v. 07, n. 2, p. 14-23, out. 2019. Semestral.
- SILVA, Carla Regina; CARDINALLI, Isadora; LOPES, Roseli Esquerdo. A utilização do blog e de recursos midiáticos na ampliação das formas de comunicação e participação social. **Caderno de Terapia Ocupacional: UFSCar**, São Carlos, p. 131-142, 2015.
- SOUSA, Polyana Gonçalves de. **As Interfaces Entre A Terapia Ocupacional E A Teoria Da Subjetividade Nos Processos De Aprendizagem**. 2017. 152 f. Dissertação (Doutorado) - Curso de Mestre em Educação, na Linha de Pesquisa Escola, Aprendizagem, Ação Pedagógica e Subjetividade na Educação, Universidade de Brasília Faculdade De Educação Programa De Pós-Graduação Em Educação, Brasília-Df, 2017.
- SOUSA, Leonardo Lucas de *et al.* Dependência De Internet E O Desempenho Ocupacional De Estudantes. **Rev. Interinst. Bras. Ter. Ocup.** Belém, v. 2, p. 793-815, 2018.
- TURATO, Egberto Ribeiro. Métodos Qualitativos E Quantitativos Na Área Da Saúde: definições, diferenças e seus objetos de pesquisa. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 3, n. 39, p. 507-514, abr. 2005.
- WEGMANN, Elisa et al. Interações de impulsividade, funções executivas gerais e controle inibitório específico explicam os sintomas do transtorno do uso de redes sociais: um estudo experimental: Um estudo experimental. **Scientific Reports: Natureresearch**, Alemanha, v. 10, mar. 2020. Anual. Relatório Científico.

Andreia Duma Blasio

Graduada em Terapia Ocupacional pela Faculdade Guilherme Guimbala.
andrea.duma.blasio@fgg.edu.br.

Charles Henrique Voos

Doutor em Sociologia (UFRGS), Mestre em Urbanismo, História e Arquitetura da Cidade (UFSC) e Cientista Social (UNIVALI). Coordenador do Centro de Pós-graduação, Pesquisa e Extensão da Faculdade Guilherme Guimbala e Editor-chefe da Monumenta – Revista de Estudos Interdisciplinares.
charleshenriquevoos@gmail.com.

Recebido em 20 de novembro de 2020.

Aceito em 23 de dezembro de 2020.