

Dependência de Internet em Adolescentes Brasileiros: Revisão Sistemática das Evidências Empíricas na Última Década

Marcelo de Souza Gorza*

Orcid.org/0000-0001-8624-3254

Mariane Lima de Souza

Orcid.org/0000-0002-7363-5926

*Programa de Pós-graduação em Psicologia, Laboratório de Fenomenologia
Experimental e Cognição, Departamento de Psicologia Social e do Desenvolvimento,
Universidade Federal do Espírito Santo, Vila Velha, ES, Brasil*

Resumo

O uso problemático da internet entre adolescentes brasileiros tem se consolidado como uma questão relevante de saúde mental, com implicações clínicas, sociais e educacionais. Esta revisão sistemática analisou estudos empíricos sobre Dependência de Internet (DI) publicados entre 2013 e 2025, identificados nas bases PubMed/MEDLINE, SciELO, LILACS (BVS) e Scopus. Dos 67 artigos inicialmente identificados, 18 estudos atenderam aos critérios de inclusão e foram avaliados quanto à qualidade metodológica por meio da JBI Checklist para estudos transversais. Os resultados indicaram prevalências elevadas de DI, com 40% a 60% dos adolescentes classificados em risco moderado em mais da metade dos estudos, e cerca de 10% apresentando quadros graves, associados a prejuízo funcional significativo. Fatores como ansiedade, depressão, dificuldades de autorregulação, gênero feminino, distúrbios do sono e o contexto da pandemia de COVID-19 mostraram associações consistentes com o uso problemático da internet. Quanto aos instrumentos de avaliação, 72,2% dos estudos utilizaram o Internet Addiction Test (IAT) e 22,2% o Smartphone Addiction Inventory (SPAI), ambos com evidências adequadas de validade e confiabilidade em amostras brasileiras. Apesar da consistência dos achados, observou-se heterogeneidade metodológica e predomínio de delineamentos transversais, limitando inferências causais. Os resultados reforçam a necessidade de padronização de instrumentos, ampliação de estudos longitudinais e desenvolvimento de estratégias preventivas e interventivas sensíveis às especificidades do contexto brasileiro.

Palavras-chave: Dependência de internet, adolescentes, saúde mental, revisão sistemática, uso problemático da internet.

* Correspondência: Av. Getúlio Vargas, 68, Glória, Vila Velha – ES, Brasil. Tel.: (27) 99949-1437. msgorza@gmail.com.

Internet Addiction in Brazilian Adolescents: A Systematic Review of Empirical Evidence from the Last Decade

Abstract

Problematic internet use among Brazilian adolescents has become a significant mental health concern, with important clinical, social, and educational implications. This systematic review analyzed empirical studies on Internet Addiction (IA) published between 2013 and 2025, identified in the PubMed/MEDLINE, SciELO, LILACS (BVS), and Scopus databases. Of the 67 records initially identified, 18 studies met the inclusion criteria and were assessed for methodological quality using the JBI Checklist for cross-sectional studies. The findings revealed consistently high prevalence rates, with 40% to 60% of adolescents classified as being at moderate risk of IA in more than half of the studies, and approximately 10% presenting severe cases associated with significant functional impairment. Factors such as anxiety, depression, difficulties in emotion regulation, female gender, sleep disturbances, and the COVID-19 pandemic context showed consistent associations with problematic internet use. Regarding assessment tools, 72.2% of the studies employed the Internet Addiction Test (IAT) and 22.2% used the Smartphone Addiction Inventory (SPAI), both demonstrating adequate psychometric properties in Brazilian samples. Despite the robustness of the findings, methodological heterogeneity and the predominance of cross-sectional designs limited causal inferences. These results highlight the need for standardized assessment tools, longitudinal research, and the development of prevention and intervention strategies tailored to the Brazilian adolescent population.

Keywords: Internet addiction, adolescents, mental health, systematic review, problematic internet use.

Dependencia de Internet en Adolescentes Brasileños: Revisión Sistemática de las Evidencias Empíricas en la Última Década

Resumen

El uso problemático de internet entre adolescentes brasileños se ha consolidado como un problema relevante de salud mental, con implicaciones clínicas, sociales y educativas. Esta revisión sistemática analizó estudios empíricos sobre la Dependencia de Internet (DI) publicados entre 2013 y 2025, identificados en las bases PubMed/MEDLINE, SciELO, LILACS (BVS) y Scopus. De los 67 artículos inicialmente identificados, 18 estudios cumplieron los criterios de inclusión y fueron evaluados mediante la JBI Checklist para estudios transversales. Los resultados mostraron prevalencias elevadas, entre el 40% y el 60% de los adolescentes clasificados en riesgo moderado de DI en más de la mitad de los estudios, y aproximadamente el 10% identificados como casos graves, asociados a un deterioro funcional significativo. Factores como ansiedad, depresión, dificultades de autorregulación emocional, género femenino, trastornos del sueño y el contexto de la pandemia de COVID-19 presentaron asociaciones consistentes con el uso problemático de internet. En cuanto a los instrumentos de evaluación, el 72,2% de los estudios utilizó el Internet Addiction Test (IAT) y el 22,2% el Smartphone Addiction Inventory (SPAI), ambos con propiedades psicométricas adecuadas en muestras brasileñas. A pesar de la consistencia de los hallazgos, se observaron limitaciones metodológicas, como la heterogeneidad de los instrumentos y el predominio de diseños transversales. Los resultados subrayan la necesidad de estandarización metodológica, estudios longitudinales y estrategias de prevención e intervención adaptadas al contexto brasileño.

Palabras clave: Adicción a internet, adolescentes, salud mental, revisión sistemática, uso problemático de internet.

A internet consolidou-se como ferramenta indispensável para comunicação e acesso à informação em âmbito global. Paralelamente, observa-se uma crescente preocupação com seu uso, frequentemente associado a impactos negativos na saúde física, mental e social, sobretudo em populações adolescentes (Ávila et al., 2020; Khoury et al., 2019). Essa dinâmica tem estimulado investigações acerca de um fenômeno comumente denominado Dependência de Internet (DI), que se caracteriza pelo uso compulsivo, pela perda de controle e pela presença de sintomas como isolamento social, ansiedade, fissura (*craving*) e agitação psicomotora (Brito et al., 2023; Corrêa Rangel et al., 2022).

A rápida adoção de novas tecnologias, redes sociais e mídias digitais, ampliaram as formas de interação digital, intensificando também os potenciais riscos associados à saúde (Montag & Elhai, 2020). A DI passa, então, a sinalizar para questões fundamentais de saúde mental, especialmente entre adolescentes e jovens adultos (Serra et al., 2021). Evidências empíricas indicam associações entre o fenômeno e sintomas ansiosos e depressivos, dificuldades de regulação emocional e maior vulnerabilidade a comportamentos compulsivos (Elhai et al., 2017; Kuss & Griffiths, 2015). No aspecto cognitivo, a DI relaciona-se a prejuízos na atenção sustentada, no controle inibitório e no rendimento acadêmico, especialmente quando associado a multitarefa digital e à exposição prolongada a estímulos altamente recompensadores (Billieux et al., 2015; Panova & Carbonell, 2018). Estudos também apontam impactos no retraimento social, conflitos familiares, distúrbios do sono e redução do envolvimento em atividades presenciais, configurando um quadro de prejuízo funcional que ultrapassa o aumento do tempo de uso (Kuss & Lopez-Fernandez, 2016).

Entretanto, o campo carece de consenso nos critérios diagnósticos da DI, com debates entre parâmetros quantitativos (como limiares temporais rígidos – e.g., >5h/dia – e frequência de acesso) e indicadores qualitativos, como a tríade: (a) compulsividade no uso, (b) sintomas de abstinência *offline*, e (c) comprometimento psicossocial,

refletindo distintas concepções nosológicas sobre o transtorno (Brito et al., 2023; Khoury et al., 2019). Em adolescentes, grupo particularmente vulnerável em razão de seu contexto de desenvolvimento, as implicações podem incluir alterações no rendimento escolar, distúrbios do sono, sintomas ansiosos e depressivos, e menor envolvimento em atividades sociais *offline* (Corrêa Rangel et al., 2022; Freitas et al., 2022). Além disso, estudos recentes realizados no Brasil apontam prevalências de uso problemático de internet frequentemente acima de 50% nessa faixa etária, evidenciando a gravidade e relevância do tema (Ávila et al., 2020; Brito et al., 2023; Loss et al., 2021).

Dada a diversidade de abordagens e a ausência de critérios padronizados, a literatura vem buscando, por um lado, delimitar os fatores que contribuem para a instalação e manutenção da DI (por exemplo, características sociodemográficas, traços de personalidade, comorbidades psiquiátricas) e, por outro, validar escalas que mensurem de forma fidedigna o grau de dependência (Andrade et al., 2023; Brito et al., 2023). Tal esforço é essencial para embasar intervenções clínicas e políticas de saúde pública, especialmente na população adolescente, em que o uso intenso se alia a aspectos como impulsividade e busca por interação social online.

Nesta perspectiva, o estudo tem como objetivo identificar e analisar a produção científica que aborda a DI em adolescentes brasileiros, descrevendo:

1. Fatores associados ao uso problemático de internet.
2. Instrumentos empregados para avaliação da DI.
3. Evidências sobre prevalência e impactos na saúde física e mental dessa população.

Metodologia

O presente estudo seguiu as recomendações do *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA) para o planejamento, condução e relato da revisão sis-

temática. A busca bibliográfica foi realizada nas bases de dados PubMed/MEDLINE, SciELO, LILACS e Scopus, por meio dos descritores em língua inglesa “internet addiction”, “adolescent” e “Brazil”, combinados com operadores booleanos (“internet addiction”) AND (“adolescent”) AND (“Brazil”). Foram considerados artigos publicados entre janeiro de 2013 e dezembro de 2025, contemplando publicações em periódicos nacionais e internacionais.

A opção pelo uso de descritores em inglês fundamentou-se no fato de os periódicos nacionais indexados nessas bases apresentarem títulos, resumos e palavras-chave também em inglês, além de utilizarem descritores padronizados segundo sistemas internacionais de indexação, como MeSH e DeCS. Buscas preliminares indicaram que os descritores equivalentes em língua portuguesa estavam amplamente representados nos artigos recuperados por meio dos termos em inglês.

Crítérios de Inclusão e Exclusão

Foram incluídos estudos que atenderam aos seguintes critérios: (a) pesquisas empíricas conduzidas com adolescentes brasileiros; (b) artigos publicados em periódicos científicos com revisão por pares; (c) estudos publicados entre 2013 e 2025; (d) investigações que avaliaram dependência de internet ou uso problemático da internet por meio de instrumentos padronizados. Foram excluídos: (a) estudos com foco exclusivo em dependência de jogos eletrônicos (*gaming disorder* ou *video game addiction*); (b) pesquisas realizadas com adolescentes de outros países; (c) estudos conduzidos exclusivamente com adultos ou idosos; (d) revisões sistemáticas, dissertações, teses, livros, capítulos de livros e resumos de congressos.

Seleção dos Estudos

Os registros recuperados pelas estratégias de busca foram organizados e gerenciados no software Zotero. Após a remoção de duplicatas, procedeu-se à triagem por títulos e resumos,

seguida da leitura na íntegra dos estudos potencialmente elegíveis. Ao final desse processo, 16 estudos empíricos atenderam aos critérios de inclusão e compuseram a amostra inicial da revisão.

A busca foi atualizada no período entre janeiro de 2024 e março de 2025, resultando na identificação de cinco novos estudos. Destes, apenas dois atenderam plenamente aos critérios de inclusão previamente estabelecidos, sendo incorporados à amostra final. Os demais foram excluídos por não atenderem aos critérios étários ou por não avaliarem diretamente a dependência de internet por meio de instrumentos padronizados. Assim, 18 estudos empíricos compuseram o conjunto final analisado nesta revisão sistemática. Para garantir maior confiabilidade e minimizar vieses no processo de seleção, a elegibilidade dos estudos foi avaliada por pelo menos um revisor, com dupla checagem nos casos de incerteza.

Extração e Análise dos Dados

Para cada artigo incluído, foram extraídas as seguintes informações: (a) referência bibliográfica (autores, ano, título e periódico); (b) objetivos do estudo; (c) delineamento metodológico e características da amostra (faixa etária, tamanho amostral e contexto); (d) instrumentos utilizados para avaliação da dependência de internet ou uso problemático; (e) principais resultados relativos à prevalência e aos fatores associados; e (f) conclusões.

Após a extração, os estudos foram organizados em duas categorias analíticas principais:

1. Estudos sobre propriedades psicométricas, voltados à análise, adaptação, validação e aplicação de instrumentos de avaliação da dependência de internet em adolescentes brasileiros.
2. Estudos empíricos, que investigaram a dependência de internet e seus fatores associados, incluindo aspectos psicológicos, comportamentais, físicos e sociodemográficos.

Avaliação da Qualidade Metodológica

A qualidade metodológica dos estudos foi avaliada por meio da *JBIC Critical Appraisal Checklist* para estudos transversais. Foram considerados critérios como a definição clara da amostra, a validade das medidas utilizadas, o controle de fatores de confusão e a adequação das análises estatísticas. Cada critério foi classificado

como “Atendido” (1 ponto), “Parcialmente atendido” (0,5 ponto) ou “Não atendido” (0 ponto). Com base na pontuação total, os estudos foram classificados como de alta qualidade metodológica (≥ 5 critérios atendidos), qualidade moderada (3–4 critérios) ou baixa qualidade (≤ 2 critérios). Os resultados dessa avaliação são apresentados na Tabela 1.

Tabela 1

Classificação de Qualidade Metodológica dos Estudos Selecionados

Título (Abrev.)	Inclusão	População	Exposição	Confusão	Medidas	Anal. Est.	Pontuação	Classificação
Psychometric props. of SPAI-SF (Brazil)	1	1	1	0	1	1	5	Alta
Validation of SAS-SV (Brazil)	1	1	1	0	1	1	5	Alta
Lifestyle & smartphone addiction (COVID-19)	1	1	1	0	1	1	5	Alta
IA & QoL in Brazilian schools	0	1	1	0	1	1	4	Moderada
IA, depression & physical activity	0	1	1	0	1	1	4	Moderada
IA and impulsivity, aggression, depression, and anxiety (students)	0	1	1	0	1	1	4	Moderada
IA in Amazonian teens	1	1	1	0	1	1	5	Alta
IA and associated factors (students)	0	1	1	0	1	1	4	Moderada
IA in S. Brazil students	0	1	1	0	1	1	4	Moderada
Psychometric props. of IAT (Montes Claros)	0	1	1	0	1	1	4	Moderada
Smartphone & Facebook addiction (students)	0	1	1	0	1	1	4	Moderada
Internet dependents & family role	0	1	1	0	1	1	4	Moderada
Smartphone addiction & COVID-19 (Brazil, mixed-method)	1	1	1	0	1	1	5	Alta
IA, headache & insomnia (students)	0	1	1	0	1	1	4	Moderada
Predictors of smartphone overuse (students)	0	1	1	0	1	1	4	Moderada
Psychometric props. of SPAI-BR (Brazil)	1	1	1	0	1	1	5	Alta
Internet ad. in late adolescence	1	1	1	0	1	1	5	Alta
Adolescent screen use & PIU	1	1	1	0	1	1	5	Alta

Impacto da Qualidade Metodológica nos Resultados

A avaliação da qualidade metodológica indicou que a maioria dos estudos incluídos apresentou qualidade alta ou moderada. Os estudos classificados como de alta qualidade caracterizaram-se por critérios de inclusão bem definidos, descrição detalhada das amostras, uso de instrumentos validados para a avaliação da dependência de internet e análises estatísticas adequadas, incluindo controle de potenciais fatores de confusão.

Por outro lado, os estudos de qualidade moderada apresentaram limitações recorrentes, especialmente relacionadas ao controle insuficiente de fatores de confusão e à descrição menos detalhada dos critérios de inclusão. A heterogeneidade metodológica observada, particularmente no que se refere aos instrumentos utilizados e aos pontos de corte adotados, inviabilizou a realização de uma meta-análise.

Resultados

A Tabela 2 apresenta o fluxograma PRISMA, detalhando as etapas de identificação, triagem e seleção dos estudos incluídos nesta revisão sistemática. Inicialmente, foram identificados 67 registros nas bases de dados PubMed/MEDLINE, SciELO, LILACS e Scopus. Na primeira etapa, após a exclusão de 18 duplicatas, permaneceram 44 artigos para a triagem por títulos e resumos, dos quais 21 foram excluídos por não atenderem aos critérios de elegibilidade estabelecidos. Dos 23 artigos avaliados na íntegra, sete foram excluídos por inadequação metodológica. A atualização da busca realizada entre 2024 e 2025 resultou na identificação de cinco novos estudos, dos quais apenas dois atenderam plenamente aos critérios de elegibilidade adotados anteriormente. Assim, 18 estudos empíricos compuseram o conjunto final analisado nesta revisão sistemática.

Características Gerais dos Estudos

Os estudos incluídos foram predominantemente de delineamento transversal (94,4%; $n = 17$), havendo apenas um estudo longitudinal (5,6%; $n = 1$). Observou-se concentração temporal das publicações entre os anos de 2020 e 2025, período no qual 72,2% dos artigos foram publicados, evidenciando um crescimento progressivo do interesse científico sobre a dependência de internet em adolescentes brasileiros, especialmente no contexto pós-pandemia.

Quanto ao local de publicação, verificou-se maior proporção de artigos publicados em periódicos internacionais (61,1%; $n = 11$) em comparação aos nacionais (38,9%; $n = 7$), refletindo tendência de internacionalização da produção científica recente sobre o tema. As amostras analisadas apresentaram variação significativa de tamanho, oscilando entre 254 e 2.519 adolescentes, predominantemente na faixa etária entre 12 e 18 anos. A maioria dos estudos foi conduzida em contextos urbanos, com predominância de estudantes de escolas públicas, e observou-se maior concentração de pesquisas realizadas nas regiões Sudeste e Sul do Brasil.

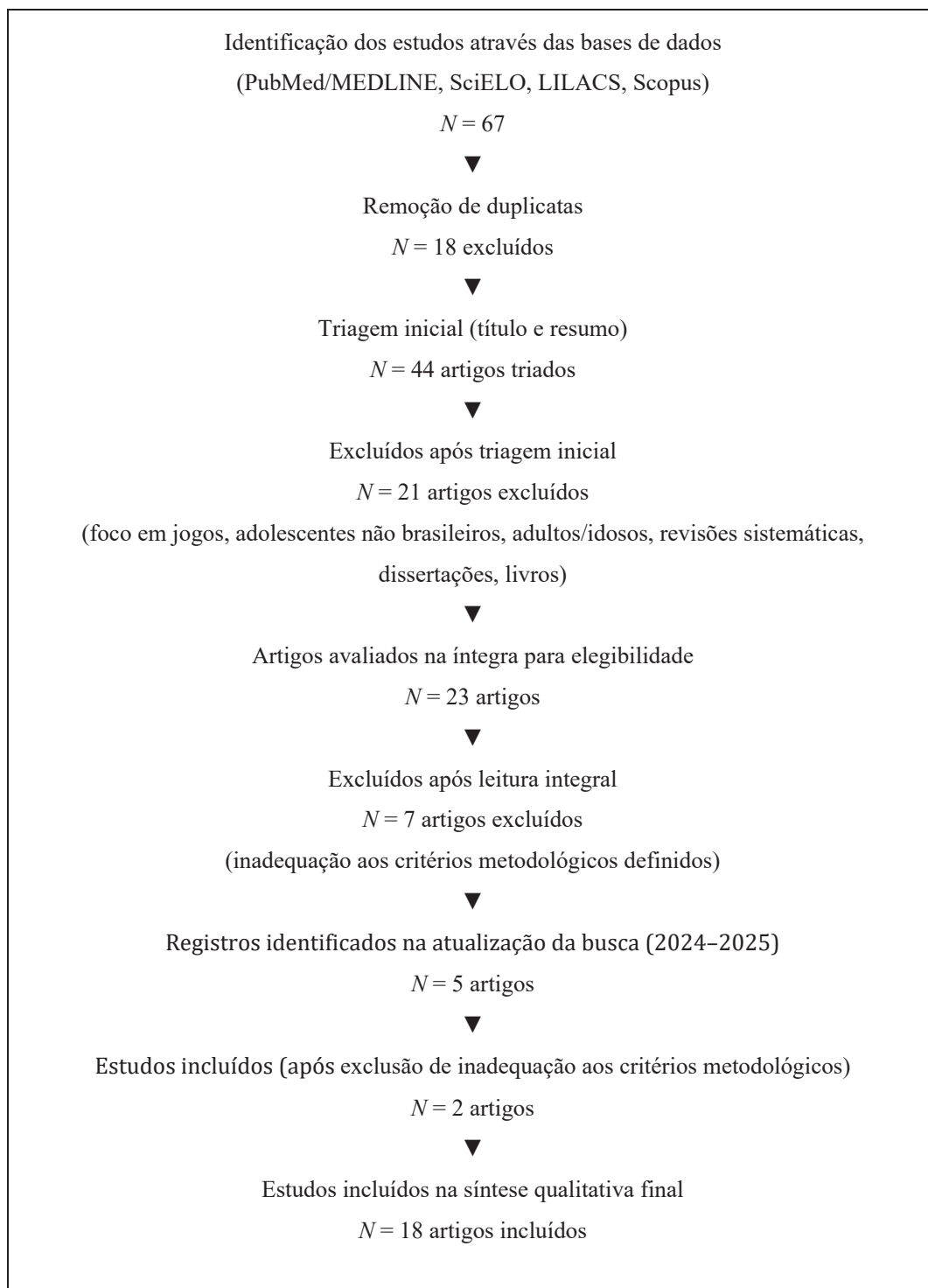
Instrumentos Utilizados

Entre os instrumentos psicométricos empregados para avaliar a DI e o uso problemático da internet, destacou-se o Internet Addiction Test (IAT), utilizado em 72,2% dos estudos ($n = 13$). O IAT apresentou evidências consistentes de validade e confiabilidade em amostras brasileiras, sendo amplamente empregado para mensuração do comportamento problemático online em adolescentes.

O Smartphone Addiction Inventory (SPAI) e suas versões reduzidas (SPAI-SF e SAS-SV) foram utilizados em 22,2% dos estudos ($n = 4$), destacando-se pela aplicabilidade em contextos escolares e pela robustez psicométrica relatada nos estudos incluídos. Um estudo (5,6%) empregou instrumentos específicos distintos do IAT e do SPAI para a avaliação do uso problemático

Tabela 2

Fluxograma PRISMA da Seleção dos Estudos Incluídos na Revisão Sistemática



da internet. Os artigos também incorporaram instrumentos adicionais para a avaliação de variáveis associadas, como sofrimento psicológico (DASS-21), qualidade do sono, *Fear of Missing Out* (FoMO), comportamentos alimentares de risco (EAT-26) e insatisfação corporal (BSQ).

Prevalência da Dependência de Internet

Os resultados indicaram índices elevados e consistentes de DI entre adolescentes brasileiros. Em mais da metade dos estudos analisados (55,6%; $n = 10$), a prevalência de risco de de-

pendência situou-se entre 40% e 60%, enquanto casos graves, caracterizados por prejuízo funcional significativo e sintomas de isolamento social, foram identificados em aproximadamente 8% a 12% das amostras avaliadas.

Com relação ao impacto da pandemia da COVID-19, 16,7% dos estudos incluídos ($n = 3$) investigaram explicitamente essa variável, evidenciando aumento significativo do uso problemático de internet durante o período de isolamento social e ensino remoto (Ávila et al., 2020; Brito et al., 2023; Terroso et al., 2022).

A análise dos fatores associados revelou a presença de múltiplas variáveis psicossociais, comportamentais, físicas e contextuais. Entre os fatores sociodemográficos, o gênero feminino foi associado a níveis mais elevados de dependência em 33,3% dos estudos ($n = 6$). Variáveis relacionadas à condição socioeconômica apresentaram resultados heterogêneos: enquanto 27,8% dos estudos ($n = 5$) associaram maior uso problemático a classes econômicas mais altas, outras investigações identificaram associações com contextos de vulnerabilidade social, incluindo menor escolaridade do responsável familiar e desemprego.

Quanto aos aspectos psicológicos e comportamentais, sintomas de ansiedade, depressão e estresse foram consistentemente associados à DI em 55,6% dos estudos revisados ($n = 10$). Além disso, dificuldades de autorregulação emocional, bem como traços de impulsividade e agressividade, foram identificados como fatores relevantes em 33,3% dos artigos ($n = 6$). No que se refere aos aspectos de saúde física, distúrbios do sono, incluindo insônia e redução da qualidade do sono, cefaleia e fadiga, foram associados à DI em 27,8% das pesquisas analisadas ($n = 5$).

Embora os achados sejam consistentes quanto à associação entre variáveis psicológicas, como ansiedade e depressão, e a DI, foram observadas divergências em relação a variáveis sociodemográficas, particularmente a classe econômica. Enquanto alguns estudos identificaram maior prevalência do uso problemático entre adolescentes pertencentes a classes econômicas mais altas (Brito et al., 2023; Terroso

et al., 2022), outras investigações não encontraram associações estatisticamente significativas ($p > 0,05$) ou observaram maior vulnerabilidade em contextos socioeconômicos desfavorecidos (Andrade et al., 2023; Demenech et al., 2023). Essas discrepâncias parecem estar relacionadas, em parte, a diferenças metodológicas, como os instrumentos utilizados, bem como a fatores contextuais, incluindo desigualdades regionais no acesso e uso das tecnologias digitais no território brasileiro.

A avaliação da qualidade metodológica indicou limitações recorrentes nos estudos analisados, especialmente no que se refere ao controle insuficiente de fatores de confusão, aspecto apontado explicitamente em estudos classificados como de qualidade metodológica moderada (Andrade et al., 2023; Demenech et al., 2023). Também foram frequentemente relatadas limitações relacionadas ao uso predominante de amostras de conveniência e ao predomínio de delineamentos transversais, restringindo a possibilidade de inferências causais (Ávila et al., 2020; Brito et al., 2023). A adoção de pontos de corte distintos nos instrumentos de avaliação, como variações nos critérios do IAT e o uso de versões reduzidas do SPAI, pode ter contribuído para a variabilidade estimada entre 15% e 25% nos índices de prevalência reportados entre os estudos analisados (Andrade et al., 2023; Brito et al., 2023).

Discussão

Esta revisão sistemática identificou prevalência elevada de DI entre adolescentes brasileiros, com taxas que variaram predominantemente entre 40% e 60% em mais da metade dos estudos analisados (Andrade et al., 2020; Demenech et al., 2023; Freitas et al., 2022). Estudos mais recentes reforçam esse cenário ao evidenciar que padrões problemáticos de uso permanecem elevados mesmo fora do contexto pandêmico, especialmente em adolescentes que apresentam uso diário prolongado e múltiplas horas de conexão (Bueno et al., 2024). Aproximadamente 10% dos adolescentes apresenta-

ram níveis graves de dependência, associados a prejuízo funcional significativo e isolamento social (Ávila et al., 2020; Brito et al., 2023), o que converge com achados internacionais que reconhecem a DI como um fenômeno crescente e clinicamente relevante na adolescência (Kuss & Lopez-Fernandez, 2016; Panova & Carbonell, 2018).

No que se refere aos instrumentos psicométricos, observou-se predominância do *Internet Addiction Test* (IAT) e do *Smartphone Addiction Inventory* (SPAI), ambos com evidências adequadas de validade e confiabilidade em amostras brasileiras (Andrade et al., 2023; Cruz et al., 2018). Estudos recentes e de grande porte continuam utilizando o IAT como instrumento central, reforçando sua utilidade para rastreamento populacional (Bueno et al., 2024). Todavia, a heterogeneidade nos pontos de corte e critérios diagnósticos e o uso de versões reduzidas de instrumentos, permanecem como um desafio metodológico relevante, contribuindo para a variabilidade nos índices de prevalência e dificultando comparações diretas entre estudos.

A associação entre DI e sintomas ansiosos, depressivos e estresse mostrou evidências consistentes ao longo dos estudos revisados e apontou correlações robustas entre sofrimento psicológico e prejuízos funcionais (Demenech et al., 2023; Freitas et al., 2022). Um estudo demonstrou associação significativa entre escores mais elevados de DI, sintomas de ansiedade, depressão e estresse, além de dificuldades relacionadas ao sono, sugerindo uma relação bidirecional entre sofrimento psicológico e DI (Marin et al., 2024). Esses achados sustentam modelos teóricos que compreendem a DI como uma estratégia disfuncional de enfrentamento emocional, em que o ambiente digital opera como recurso de escapismo e regulação afetiva negativa (Andreassen et al., 2016; Elhai et al., 2017).

Além dos fatores emocionais, traços de impulsividade, dificuldades de autorregulação e padrões comportamentais desadaptativos emergiram como elementos centrais na compreensão da DI (Andrade et al., 2020; Freitas et al., 2022). Evidências recentes reforçam que o uso prolon-

gado e frequente da internet, especialmente acima de quatro horas diárias, associa-se a maior risco de dependência, independentemente do tipo de conteúdo acessado (Bueno et al., 2024). Esses resultados dialogam com modelos socio-cognitivos que destacam déficits no controle inibitório e a busca por recompensas imediatas como mecanismos centrais dos comportamentos aditivos tecnológicos (Billieux et al., 2015).

No que diz respeito às variáveis sociodemográficas, os achados desta revisão indicaram associação mais frequente entre gênero feminino e níveis elevados de DI em amostras brasileiras (Andrade et al., 2020; Freitas et al., 2022). Estudos recentes, contudo, sugerem que as diferenças de gênero não se expressam necessariamente na gravidade da DI, mas sim nos padrões e motivações de uso. Embora não haja diferenças significativas entre meninos e meninas quanto à severidade da DI, há diferenças marcantes nos comportamentos associados: adolescentes do sexo masculino tendem a utilizar a internet prioritariamente para jogos, enquanto adolescentes do sexo feminino apresentam maior envolvimento em atividades de socialização online (Niskier et al., 2024). Esses achados contribuem para uma leitura mais refinada do papel do gênero, deslocando o foco da prevalência para os modos de engajamento digital.

Em relação aos aspectos físicos e fisiológicos, complicações como distúrbios do sono mostraram-se recorrentes nos estudos analisados (Cruz et al., 2018; Freitas et al., 2022). Evidências indicam que a DI e o sofrimento psicológico são preditores significativos de problemas de sono em adolescentes e jovens brasileiros (Marin et al., 2024). Além disso, comportamentos como uso de dispositivos durante as refeições e negligência de atividades extracurriculares foram identificados como fatores de risco relevantes para a DI (Niskier et al., 2024), indicando impactos que extrapolam a saúde mental e alcançam rotinas cotidianas e hábitos de vida.

Ainda no campo dos impactos comportamentais, estudos recentes apontam associações entre uso intensivo de redes sociais, insatisfação

corporal e comportamentos alimentares de risco. Quanto maior o tempo gasto em redes sociais, maior a associação e o risco para transtornos alimentares, mediado por processos de comparação social e insatisfação corporal (Damázio et al., 2024). Esses indicativos contribuem para a compreensão dos efeitos transversais do uso digital excessivo, reforçando a natureza multidimensional da DI.

A pandemia da COVID-19 foi reconhecida como um fator agravante relevante para o uso problemático da internet (Demenech et al., 2023), e estudos mais recentes indicam que, embora parte do uso excessivo tenha diminuído após o retorno das atividades presenciais, persistem padrões disfuncionais em subgrupos vulneráveis (Bueno et al., 2024; Marin et al., 2024). Esses achados convergem com a literatura internacional, que descreve o contexto pandêmico como um catalisador de comportamentos digitais compulsivos, especialmente em situações de isolamento social e ensino remoto (Dong et al., 2020; King et al., 2020).

Conclusão

Este estudo evidencia um quadro preocupante, com implicações clínicas, sociais e educacionais relevantes ao demonstrar a elevada prevalência de DI entre adolescentes brasileiros. A proporção expressiva de adolescentes classificados em risco moderado, situada predominantemente entre 40% e 60% nos estudos analisados, indica que a DI não se configura como um fenômeno isolado, mas como um desafio de saúde pública em expansão, com potenciais repercussões negativas sobre o desenvolvimento psicossocial. A identificação de casos graves em aproximadamente 10% das amostras, associados a prejuízo funcional significativo, reforça a urgência de estratégias preventivas e interventivas direcionadas, sobretudo, aos contextos escolar e familiar.

Os achados também apontam para associações multifatoriais consistentes entre a DI e variáveis psicopatológicas, especialmente

sintomas de ansiedade e depressão, bem como com comprometimentos fisiológicos, como distúrbios do sono e cefaleia. Observou-se maior vulnerabilidade entre adolescentes do gênero feminino, um padrão que diverge de tendências frequentemente descritas na literatura internacional e sugere a influência de fatores socioculturais e contextuais específicos do cenário brasileiro. Outro aspecto relevante diz respeito ao impacto da pandemia da COVID-19, identificada como um fator agravante do uso problemático da internet em parte dos estudos analisados, com indícios de persistência de padrões disfuncionais mesmo no período pós-pandêmico.

Do ponto de vista metodológico, esta revisão evidenciou lacunas importantes na literatura nacional, destacando-se a heterogeneidade nos pontos de corte utilizados para classificação da DI, especialmente no IAT, e o predomínio de delineamentos transversais, o que limita inferências causais e comparações mais precisas entre estudos.

Com base nesses achados, destacam-se três eixos prioritários para o avanço do campo:

1. No âmbito das políticas públicas de saúde, recomenda-se a implementação de protocolos padronizados de triagem precoce, utilizando instrumentos validados e culturalmente adaptados, com atenção especial a grupos vulneráveis.
2. No campo da pesquisa científica, torna-se fundamental a realização de estudos longitudinais, com amostras representativas das diferentes regiões brasileiras e modelos analíticos mais robustos.
3. No plano das intervenções, sugere-se o desenvolvimento de programas multinível que integrem ações preventivas, estratégias de promoção de saúde digital e tratamentos especializados para casos mais graves.

Por fim, a singularidade do contexto brasileiro, marcada por desigualdades regionais no acesso às tecnologias digitais, impõe a necessidade de modelos explicativos e estratégias de intervenção sensíveis às especificidades culturais

e socioeconômicas do país. As discrepâncias de gênero observadas e a ausência de referenciais analíticos nacionais consolidados reforçam a importância de pesquisas que produzam conhecimento situado, capaz de subsidiar práticas e políticas mais efetivas para a promoção da saúde mental de adolescentes brasileiros no contexto digital contemporâneo.

Contribuição dos autores

Os autores tiveram participação ativa na elaboração completa do manuscrito, revisão e análise de dados, discussão dos resultados, revisão e aprovação da versão final do trabalho.

Conflitos de interesse

Os autores declaram não haver conflito de interesses relacionado à publicação deste manuscrito.

Referências

- Andrade, A. L. M., Scatena, A., Bedendo, A., Enumo, S. R. F., Dellazzana-Zanon, L. L., & De Micheli, D. (2020). Validation of Smartphone Addiction Scale–Short Version (SAS-SV) in Brazilian adolescents. *Addictive Behaviors*, 110, 106540. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106540>
- Andrade, A. L. M., Spritzer, D. T., Scatena, A., Oliveira, M., & Kim, D.-J. (2023). Psychometric properties of the Smartphone Addiction Inventory (SPAI) in Brazilian adolescents. *Psychiatry Research*, 319, 115001. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2022.115001>
- Andreassen, C. S., Pallesen, S., & Griffiths, M. D. (2016). The relationship between addictive use of social media, narcissism, and self-esteem. *Journal of Behavioral Addictions*, 5(3), 502–509. <https://doi.org/10.1556/2006.5.2016.048>
- Ávila, C. R., Silva, A. M. C., & Silva, M. T. (2020). Internet addiction in students from an education course. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 44(4), e118. <https://doi.org/10.1590/1981-5271v44.4-20200089.ING>
- Billieux, J., Maurage, P., Lopez-Fernandez, O., Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2015). Can disordered mobile phone use be considered a behavioral addiction? *Current Addiction Reports*, 2(2), 156–167. <https://doi.org/10.1007/s40429-015-0054-y>
- Brito, F. L. D., Figueiredo, E. C., & Nascimento, M. L. (2023). Prevalence of internet addiction and associated factors among Brazilian adolescents. *Journal of Pediatrics (Rio de Janeiro)*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1016/j.jpeds.2023.05.001>
- Bueno, G. N., Tavares, H., Macedo, L. R., Santos Neto, E. T., & Miranda, A. A. S. (2024). Internet addiction in late adolescence: Profile and patterns of use. *Journal of Human Growth and Development*, 34(2), 255–267. <https://doi.org/10.36311/jhgd.v34.15753>
- Corrêa Rangel, T., Falcão Raposo, M. C., & Santos, S. L. (2022). Internet addiction, headache, and insomnia in a sample of Brazilian adolescents. *Neurological Sciences*, 43(2), 1097–1104. <https://doi.org/10.1007/s10072-021-05377-x>
- Cruz, F. A. D., Scatena, A., & Andrade, A. L. M. (2018). Evaluation of internet addiction and the quality of life of Brazilian adolescents from public and private schools. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 31(1), 25. <https://doi.org/10.1186/s41155-018-0091-y>
- Damázio, M. R., Zeni, L. A. Z. P., Kessler, A. L., & Nunes, M. A. A. (2024). Eating disorder risks associated with time spent using social media at an AMREC population in the coal mining region of Santa Catarina. *Anais da Academia Brasileira de Ciências*, 96, e20230367. <https://doi.org/10.1590/0001-3765202420230367>
- Demenech, L. M., Oliveira, A. T., Neiva-Silva, L., & Dumith, S. C. (2023). Internet addiction and depressive symptoms: A cross-sectional study in Brazilian adolescents. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 45(2), 132–139. <https://doi.org/10.47676/1516-4446-2022-2666>
- Dong, H., Yang, F., Lu, X., & Hao, W. (2020). Internet addiction and related psychological factors among children and adolescents in China during COVID-19 outbreak. *Asian Journal of Psychiatry*, 54, 102305. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102305>
- Elhai, J. D., Levine, J. C., Dvorak, R. D., & Hall, B. J. (2017). Depression and anxiety symptoms are related to problematic smartphone use severity

- in Chinese young adults: Fear of missing out as a mediator. *Addictive Behaviors*, 67, 88–93. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2016.12.012>
- Freitas, B. H. M., Gaíva, M. A. M., & Silva, A. M. (2022). Relationship between lifestyle and self-reported smartphone addiction in Brazilian adolescents. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 75(3), e20210631. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2021-0631>
- Khoury, J. M., Neves, M. de C. L. das, Roque, M. A. V., Freitas, A. A. de, & Garcia, F. D. (2019). Smartphone and Facebook addictions share common risk and prognostic factors in a sample of university students. *Trends in Psychiatry and Psychotherapy*, 41(4), 358–368. <https://doi.org/10.1590/2237-6089-2018-0069>
- King, D. L., Delfabbro, P. H., Billieux, J., & Potenza, M. N. (2020). Problematic online gaming and the COVID-19 pandemic. *Journal of Behavioral Addictions*, 9(2), 184–186. <https://doi.org/10.1556/2006.2020.00016>
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2015). Social networking sites and addiction: Ten lessons learned. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 12(3), 3117–3137. <https://doi.org/10.3390/ijerph120303117>
- Kuss, D. J., & Lopez-Fernandez, O. (2016). Internet addiction and problematic Internet use: A systematic review of clinical research. *World Journal of Psychiatry*, 6(1), 143–176. <https://doi.org/10.5498/wjp.v6.i1.143>
- Loss, A., Guerra, V. M., & Souza, M. L. (2021). Associação entre uso de Internet, autoconsciência ruminativa e diferenças de gênero em universitários. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 39(1), 1–14. <https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.8596>
- Marin, A. H., Oliveira, C. P., Neves, A. N., & Dumith, S. C. (2024). Internet addiction, sleeping habits and psychological distress in Brazilian adolescents and young adults. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 37(37). <https://doi.org/10.1186/s41155-024-00323-0>
- Montag, C., & Elhai, J. D. (2020). Discussing digital technology overuse in children and adolescents during the COVID-19 pandemic and beyond: On the importance of considering affective neuroscience theory. *Addictive Behaviors Reports*, 12, Article 100313. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2020.100313>
- Niskier, A., Barros, F. C., Hallal, P. C., & Gonçalves, H. (2024). Adolescent screen use: Problematic internet use and the impact of gender. *Psychiatry Investigation*, 21(1), 18–27. <https://doi.org/10.30773/pi.2023.0178>
- Panova, T., & Carbonell, X. (2018). Is smartphone addiction really an addiction? *Journal of Behavioral Addictions*, 7(2), 252–259. <https://doi.org/10.1556/2006.7.2018.49>
- Serra, G., Lo Scalzo, L., Giuffrè, M., Ferrara, P., & Corsello, G. (2021). Smartphone use and addiction during the coronavirus disease 2019 (COVID-19) pandemic: Cohort study on 184 Italian children and adolescents. *Italian Journal of Pediatrics*, 47(1), 150. <https://doi.org/10.1186/s13052-021-01102-8>
- Terroso, L. B., Pante, M., Krimberg, J. S., & Almeida, R. M. M. de. (2022). Prevalence of internet addiction and its association to impulsivity, aggression, depression, and anxiety in young adult university students. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 39, e200024. <https://doi.org/10.1590/1982-0275202239e200024>
- Editora Associada: Tatiana de Cássia Nakano
- Recebido: 02/09/2025
1ª revisão: 02/01/2026
Aceite final: 25/02/2026



O(s) autor(es), 2026. Acesso aberto. Este artigo está distribuído nos termos da Licença Internacional Creative Commons Atribuição 4.0 (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>), que permite o uso, distribuição e reprodução sem restrições em qualquer meio, desde que você dê crédito apropriado ao(s) autor(es) original(ais) e à fonte, fornecer um link para a licença Creative Commons e indicar se as alterações foram feitas.