

UNIVERSIDADE SANTO AMARO
CURSO DE MEDICINA

Declaração de entrega do Trabalho de Conclusão de Curso

Declaro que o trabalho intitulado “O tempo nas redes sociais afeta a qualidade de estudos, incitando ao uso de medicação para aumento de foco?” realizado pelo(s) aluno(s) Alexandre Taebyung Lee e Luís Fernando Lorga Salis está apto para entrega, apresentação e avaliação das bancas nomeadas.

Prof. Dra. Luciana Regio Martins
Assinatura do Orientador do Trabalho

UNIVERSIDADE SANTO AMARO

CURSO DE MEDICINA

**Alexandre Taebyung Lee
Luís Fernando Lorga Salis**

**O tempo nas redes sociais afeta a qualidade de estudos, incitando
ao uso de medicação para aumento de foco?**

São Paulo

2024

Alexandre Taebyung Lee
Luís Fernando Lorga Salis

**O tempo nas redes sociais afeta a qualidade de estudos, incitando
ao uso de medicação para aumento de foco?**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Curso de Medicina
da Universidade Santo Amaro –
UNISA, como requisito parcial para
obtenção do título Bacharel em
Medicina.

Orientador: Prof. Dra. Luciana
Regio Martins

São Paulo
2024

Ficha Catalográfica

S16t Salis, Luis Fernando Lorga.
O tempo nas redes sociais afeta a qualidade de estudos, incitando ao uso de medicação para aumento de foco? / Luis Fernando Lorga Salis, Alexandre Taebyung Lee. – São Paulo, 2024.
20 p. : il., color.
Orientadora: Luciana Regio Martins.
TCC Graduação. (Curso Superior em Medicina) – Universidade Santo Amaro, 2024.
Bibliografia incluída.
1. Foco. 2. Medicamentos. 3. Redes sociais. I. Lee, Alexandre Taebyung. II. Martins, Luciana Regio, orient. III. Universidade Santo Amaro. IV. Título.
CDD 613.8

Elaboradora pela Bibliotecária: Milena Braz Martins CRB-8/9974

**Alexandre Taebyung Lee
Luís Fernando Lorga Salis**

**O tempo nas redes sociais afeta a qualidade de estudos, incitando
ao uso de medicação para aumento de foco?**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Medicina da Universidade Santo Amaro – UNISA, como requisito parcial para obtenção do título Bacharel em Medicina.

Orientador: Prof. Dra. Luciana Regio Martins

São Paulo, ____ de _____ de 2024

Banca Examinadora

Prof. Dr. _____
Orientador

Prof. Dr. _____
Avaliador

Prof. Dr. _____
Avaliador

Conceito Final

Alexandre Taebyung Lee, Luís Fernando Lorga Salis, Prof. Dra. Luciana Regio Martins. *O tempo nas redes sociais afeta a qualidade de estudos, incitando ao uso de medicação para aumento de foco?* [Trabalho de Conclusão de Curso]. São Paulo: Faculdade de Medicina, Universidade Santo Amaro, 2024.

INTRODUÇÃO: Diante da rotina dos estudantes universitários de Medicina, considerando a crescente acessibilidade e presença das redes sociais no cotidiano, surge a pertinência de explorar a correlação entre este fenômeno e o aumento do uso de substâncias medicamentosas visando aprimorar o foco, analisando seus impactos tanto do ponto de vista acadêmico quanto da saúde. **METODOLOGIA:** Identificar o impacto das redes sociais na concentração dos estudantes e sua relação com o uso de medicação, visto que o mundo virtual consome cada vez mais a vida destes indivíduos. Este estudo se constituiu como uma pesquisa de campo de natureza transversal, na qual 70 alunos de uma Instituição de Ensino Superior (IES) do município de São Paulo, os quais preencheram os critérios de inclusão, foram entrevistados por meio de um formulário “Google” contendo questões específicas. Foram utilizadas variáveis como sexo, idade, frequência de uso das redes sociais, plataformas utilizadas, para identificar a interferência das mesmas na performance do estudo dos acadêmicos, e o uso de medicamentos para potencializar o foco, bem como tipo de substâncias empregadas, existência de prescrição médica ou uso indevido sem prescrição médica, dentre outros aspectos relevantes. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Por meio dessa abordagem, buscou-se obter uma compreensão prática do tema em questão, através da coleta de respostas e discussões a partir da análise dos gráficos gerados, além de estabelecer correlações com estudos similares previamente realizados. Os dados da pesquisa realizada demonstraram que, 28,6% têm 18 a 21 anos, 64,3% 21 a 28 anos, 1,4% 28 a 35 anos e 5,7% 35 a 50 anos. Além disso, 62,9% são do sexo feminino e 37,1% do sexo masculino. Evidenciou-se que 100% dos indivíduos que responderam a pesquisa fazem o uso das redes sociais no dia a dia, e dentre elas, o “WhatsApp” é utilizado por 100% das pessoas que responderam, o “Instagram” por 97,1%, o “TikTok” por 65,7%, o “Twitter” por 20%, o “Facebook” por 17,1% e outras redes sociais por 7,1% delas. O excesso de telas, o ritmo de estudo exigido nas “IES”, afetam a qualidade de sono dos estudantes, levando ao uso de psicotrópicos para “hiperfoco” e desempenho, nem sempre obtendo-se os resultados esperados, com riscos para a saúde dos mesmos. **CONCLUSÃO:** Com base neste estudo, é possível inferir que o tempo despendido nas redes sociais exerce uma influência negativa sobre a qualidade dos estudos dos alunos. Não foi possível estabelecer conclusivamente se este fator é o principal catalisador para o uso de medicamentos visando aumentar o foco, por isso recomenda-se que novas pesquisas sejam realizadas para identificar causas subjacentes.

Palavras-chave: Foco. Medicamentos. Concentração. Redes Sociais.

ABSTRACT

INTRODUCTION: Considering the routine of medical university students and the increasing accessibility and presence of social media in their daily lives, it becomes pertinent to explore the correlation between this phenomenon and the increased use of medications aimed at improving focus, analyzing its impacts both from an academic and health perspective. **METHODOLOGY:** To identify the impact of social media on students' concentration and its relationship with medication use, given that the virtual world increasingly consumes the lives of these individuals. This study was constituted as a cross-sectional field research, in which 70 students from a Higher Education Institution (HEI) in the municipality of São Paulo, who met the inclusion criteria, were interviewed through a Google form containing specific questions. Variables such as gender, age, frequency of social media use, platforms used, were employed to identify their interference in the academic performance of students, and the use of medications to enhance focus, as well as the types of substances used, existence of medical prescription, or misuse without medical prescription, among other relevant aspects. **RESULTS AND DISCUSSION:** Through this approach, a practical understanding of the topic was sought, through the collection of responses and discussions based on the analysis of the generated graphs, in addition to establishing correlations with similar previously conducted studies. The data from the research demonstrated that 28.6% are aged 18 to 21 years, 64.3% are 21 to 28 years old, 1.4% are 28 to 35 years old, and 5.7% are 35 to 50 years old. Additionally, 62.9% are female and 37.1% male. It was evidenced that 100% of the individuals who answered the survey use social media daily, and among them, "WhatsApp" is used by 100% of the respondents, "Instagram" by 97.1%, "TikTok" by 65.7%, "Twitter" by 20%, "Facebook" by 17.1%, and other social networks by 7.1% of them. The excess of screen time, the study pace required in HEIs, affects the quality of students' sleep, leading to the use of psychotropics for "hyperfocus" and performance, not always obtaining the expected results, with risks to their health. **CONCLUSION:** Based on this study, it is possible to infer that the time spent on social media exerts a negative influence on the quality of students' studies. It was not possible to conclusively establish whether this factor is the main catalyst for the use of medications to increase focus, therefore it is recommended that new studies be conducted to identify underlying causes.

Keywords: Focus. Medications. Concentration. Social Media.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	10
2 METODOLOGIA	11
3 RESULTADOS E DISCUSSÃO	13
4 CONCLUSÃO/ CONSIDERAÇÕES FINAIS	18
REFERÊNCIAS	19

O TEMPO NAS REDES SOCIAIS AFETA A QUALIDADE DE ESTUDOS, INCITANDO AO USO DE MEDICAÇÃO PARA AUMENTO DE FOCO?

DOES TIME ON SOCIAL MEDIA AFFECTS STUDY QUALITY, ENCOURAGING THE USE OF MEDICATION TO INCREASE FOCUS?

LEE, Alexandre Taebyung¹
SALIS, Luís Fernando Lorga²
MARTINS, Luciana Régio³

RESUMO

INTRODUÇÃO: Diante da rotina dos estudantes universitários de Medicina, considerando a crescente acessibilidade e presença das redes sociais no cotidiano, surge a pertinência de explorar a correlação entre este fenômeno e o aumento do uso de substâncias medicamentosas visando aprimorar o foco, analisando seus impactos tanto do ponto de vista acadêmico quanto da saúde. Este estudo se constituiu como uma pesquisa de campo de natureza transversal, na qual 70 alunos de uma Instituição de Ensino Superior (IES) do município de São Paulo, os quais preencheram os critérios de inclusão, foram entrevistados por meio de um formulário “Google” contendo questões específicas. Foram utilizadas variáveis como sexo, idade, frequência de uso das redes sociais, plataformas utilizadas, para identificar a interferência das mesmas na performance do estudo dos acadêmicos, e o uso de medicamentos para potencializar o foco, bem como tipo de substâncias empregadas, existência de prescrição médica ou uso indevido sem prescrição médica, dentre outros aspectos relevantes. Por meio dessa abordagem, buscou-se obter uma compreensão prática do tema em questão, através da coleta de respostas e discussões a partir da análise dos gráficos gerados, além de estabelecer correlações com estudos similares previamente realizados. Os dados da pesquisa realizada demonstraram que, 28,6% têm 18 a 21 anos, 64,3% 21 a 28 anos, 1,4% 28 a 35 anos e 5,7% 35 a 50 anos. Além disso, 62,9% são do sexo feminino e 37,1% do sexo masculino. Evidenciou-se que 100% dos indivíduos que responderam a pesquisa fazem o uso das redes sociais no dia a dia, e dentre elas, o “WhatsApp” é utilizado por 100% das pessoas que responderam, o “Instagram” por 97,1%, o “TikTok” por 65,7%, o “Twitter” por 20%, o “Facebook” por 17,1% e outras redes sociais por 7,1% delas. O excesso de telas, o ritmo de estudo exigido nas “IES”, afetam a qualidade de sono dos estudantes, levando ao uso de psicotrópicos para “hiperfoco” e desempenho, nem sempre obtendo-se os resultados esperados, com riscos para a saúde dos mesmos. Com base neste estudo, é possível inferir que o tempo despendido nas redes sociais exerce uma influência negativa sobre a qualidade dos estudos dos alunos. Não foi possível estabelecer conclusivamente se este fator é o principal catalisador para o uso de medicamentos visando aumentar o foco, por isso recomenda-se que novas pesquisas sejam realizadas para identificar causas subjacentes.

Palavras-chave: Foco. Medicamentos. Concentração. Redes Sociais.

¹ Graduando em Medicina da Universidade Santo Amaro. ataebyun@estudante.unisa.br

² Graduando em Medicina da Universidade Santo Amaro. bluis@estudante.unisa.br

³ Professor Orientador. Titulação, Universidade Santo Amaro -SP – lumartins@prof.unisa.br

ABSTRACT

Given the routine of medical university students, considering the growing accessibility and presence of social networks in daily life, it becomes pertinent to explore the correlation between this phenomenon and the increased use of medicinal substances aimed at improving focus, analyzing their impacts both from an academic and health perspective. This study constituted a cross-sectional field research, in which 70 students from a Higher Education Institution (HEI) in the municipality of São Paulo, who met the inclusion criteria, were interviewed through a "Google" form containing specific questions. Variables such as gender, age, frequency of social network use, platforms used, were analyzed to identify their interference in the academic performance of the students, and the use of medications to enhance focus, as well as the type of substances used, the existence of medical prescriptions or improper use without medical prescription, among other relevant aspects. Through this approach, a practical understanding of the topic in question was sought, through the collection of responses and discussions based on the analysis of generated graphs, as well as establishing correlations with similar previously conducted studies. The data from the conducted research demonstrated that 28.6% are 18 to 21 years old, 64.3% are 21 to 28 years old, 1.4% are 28 to 35 years old, and 5.7% are 35 to 50 years old. Additionally, 62.9% are female and 37.1% are male. It was evidenced that 100% of the individuals who responded to the survey use social networks daily, and among them, "WhatsApp" is used by 100% of the respondents, "Instagram" by 97.1%, "TikTok" by 65.7%, "Twitter" by 20%, "Facebook" by 17.1%, and other social networks by 7.1%. Excessive screen time and the study pace required in "HEIs" affect the quality of students' sleep, leading to the use of psychotropic drugs for "hyperfocus" and performance, not always achieving the expected results, with health risks for them. Based on this study, it can be inferred that the time spent on social networks exerts a negative influence on the quality of students' studies. It was not possible to conclusively establish if this factor is the main catalyst for the use of medications aimed at increasing focus, so it is recommended that further research be conducted to identify underlying causes.

Keywords: Focus. Medications. Concentration. Social Media.

1 INTRODUÇÃO

No mundo contemporâneo o tempo nas redes sociais têm afetado cada vez mais a qualidade de estudo dos jovens. Com a facilidade no manejo de dispositivos eletrônicos que estão gradativamente mais presentes no cotidiano das pessoas devido ao avanço tecnológico, as distrações são cada vez mais recorrentes, fazendo com que estes mesmos indivíduos procurem fármacos psicoestimulantes, mais conhecidos como anfetaminas. Tais drogas estimulam a atividade do sistema nervoso central para que o cérebro trabalhe mais “depressa”, deixando o usuário com uma sensação de que está “ligado” e com um maior foco para aprender, ou seja, de que está mais concentrado para executar uma simples tarefa como o ato de estudar. (HALL, 2022)

Desse modo, abordamos este tema, pois se trata de um problema atual, crescente e comum entre os adolescentes e adultos. Além disso, o celular se tornou uma ferramenta indispensável e presente no nosso dia a dia, visto que é por ele que muitas pessoas trabalham, veem as notícias, se comunicam com parentes distantes entre outras funções necessárias ao cotidiano. No entanto, como dito anteriormente, é por ele que nos “desconectamos” do mundo, conseqüentemente, afetando a concentração sobre os estudos acadêmicos e levando muitos indivíduos a usarem drogas para se concentrar. Vale ressaltar também que tais entorpecentes estão gradativamente mais nas mãos de jovens e adolescentes, afinal há muitas maneiras ilegais de se conseguir elas, assim como muitas formas de utilizá-las, seja para estudar ou até mesmo como modo de uso recreacional em festas e eventos. (PEDROBUZO & KRYNSKI, 2023)

Um estudo feito pelos alunos da Universidade da Região de Joinville teve como objetivo analisar a influência das redes sociais nos cursos de psicologia, farmácia e licenciatura em educação física de uma universidade norte catarinense. A pesquisa foi feita através de um questionário, o qual abrangeu 139 jovens e mostrou que a grande maioria acessa as redes sociais durante as aulas. Por um lado, o uso nos dispositivos móveis junto com a aprendizagem possibilita uma mudança na forma de ensinar, uma vez que a obtenção de novos conhecimentos não se dá apenas pelo professor. Por outro, a conectividade com as redes sociais pode perturbar e atrapalhar os alunos. Os resultados nos mostram que depende da conscientização de cada um sobre o uso no tempo de tela, levando em conta as vantagens e desvantagens das redes. (TONLOTE, et al., 2015)

Nos Estados Unidos, o “Adderall” que tem como seu principal componente a anfetamina, é umas das drogas estimulantes mais consumidas pelos alunos em busca de performance acadêmica. Ela tem sido cada vez mais prescrita junto com a cafeína. A maioria dos estudantes possuem atestado médico para tais drogas por portarem TDAH, todavia, grande parte deles fazem uso da droga sem prescrição. (CHINTHAPALLI, 2015)

Com a rotina abarrotada e consistente de estudo, muitos dos estudantes alegam demasiada estafa e estresse em comparação com até mesmo profissionais do mercado de trabalho. É notório que o uso de medicamentos que tem como

finalidade o estímulo do sistema nervoso central tem grande adesão, tal qual as redes sociais como forma de lazer e distração. O foco é relacionar de que maneira o uso dessas plataformas digitais realmente afeta o indivíduo e o quanto afeta. Assim como as anfetaminas são utilizadas, e de que forma se dá seu uso devido às distrações provocadas pelas redes sociais, sendo a principal hipótese, entender o impacto das redes sociais na vida do aluno, sua relação com foco e o uso da medicação. (MOROMIZATO; FERREIRA; SOUZA; LEITE; MACEDO; PINTEL, 2017)

O objetivo deste trabalho é conhecer o impacto das redes sociais na vida do aluno, sua relação com foco e a medicação. Dentre eles, as principais metas são entender a taxa de atenção que as redes sociais tomam e se atrapalham a qualidade de estudos dos jovens, buscar um referencial teórico sobre medicação e a real necessidade, identificar se o uso de anfetaminas melhora a qualidade de estudos dos jovens e compreender os benefícios e malefícios na automedicação das drogas.

2 METODOLOGIA

2.1 Tipo de pesquisa

Foi realizado um estudo transversal, realizado no último mês de Maio de 2024, e coletado dados dos estudantes da Faculdade de Medicina Santo Amaro.

2.2 Sujeitos da pesquisa/amostragem

Foram questionados os estudantes de medicina da UNISA. Amostragem foi por conveniência, com uma média de aproximadamente 70 alunos do curso de medicina.

2.3 Critérios éticos

O trabalho teve início após a aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade Santo Amaro. Todo o procedimento obedeceu aos princípios éticos dispostos na resolução 466/2012 do CNS/MS 12, garantindo aos participantes o sigilo das informações e privacidade. Os participantes do projeto foram orientados sobre o

objetivo do trabalho e os procedimentos a qual foram submetidos. Após a explicação, os participantes assinaram um termo de consentimento livre e esclarecido.

2.3.1 Análise de Risco e Benefícios para a população estudada

A proposta da pesquisa apresentou riscos mínimos, como a possibilidade de estigma ou discriminação entre os alunos, de maneira que os resultados do estudo pudessem revelar comportamentos ou padrões de uso de medicação que conseguissem levar à estigmatização ou discriminação dos participantes. No entanto, foi devido a este motivo que a privacidade e confidencialidade dos participantes foram prioridade durante esta pesquisa.

Quanto aos benefícios, considere que a participação no estudo foi capaz de trazer benefícios diretos para os alunos de medicina da UNISA, como a oportunidade de refletir sobre o uso das redes sociais e medicações para aumento de foco (conscientização). Além de que os resultados do estudo puderam levar a intervenções ou mudanças positivas nas políticas ou práticas relacionadas ao uso de redes sociais e medicação para aumento de foco, assim como os resultados da pesquisa forneceram insights significativos ou contribuíram para o avanço da compreensão sobre o tema em questão.

2.3.2 Critérios de Inclusão e exclusão

Os critérios de inclusão conferem os fundamentos para elegibilidade de materiais a serem analisados. Para isto, apenas foram considerados: estudantes do curso de medicina da faculdade UNISA, na faixa etária de 18 até 50 anos, independente do sexo. Os critérios de exclusão são estabelecidos para garantir que os participantes do seu estudo atendam a certos requisitos específicos, e que os dados coletados sejam relevantes para o objetivo da pesquisa. Neste caso, foi exigido: a participação ativa dos alunos, a fim de garantir a qualidade dos dados coletados, podendo excluir alunos que não estejam atualmente matriculados. Consentimento informado, ou seja, todos os participantes tiveram que fornecer consentimento informado para participar do estudo. Uso das redes sociais, pois o trabalho foi relacionado ao tempo gasto nas redes sociais.

2.4 Descrição da coleta de dados e variáveis

Trata-se de uma pesquisa de campo, a qual nos permitiu coletar dados diretamente dos participantes nas dependências da Faculdade de Medicina Santo Amaro, permitindo que obtivéssemos informações sobre como o tempo gasto nas redes sociais afeta a qualidade dos estudos e se isso pode levar ao uso de medicação para aumentar o foco. Os dados foram coletados através de um questionário do “Google Forms” durante um período determinado. Esta abordagem foi útil para estudar características, comportamentos, atitudes em uma determinada população e nos forneceu informações precisas para o tema abordado. Foi incluído perguntas sobre a frequência do uso das redes sociais, quanto tempo é gasto nas redes sociais, e se há alguma correlação entre o tempo gasto nas redes sociais e o uso de medicação para aumentar o foco.

2.5 Análise dos dados

Para análise e estatística dos dados coletados foi utilizado também o Google Forms. A estatística descritiva ocorreu por média e desvio padrão e as demais, por métodos paramétricos e não paramétricos, conforme a natureza dos dados estudados.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Não é novidade nenhuma o papel que as redes sociais possuem no mundo contemporâneo. Nas últimas duas décadas seu uso aumentou consideravelmente, muito porque elas proporcionam que indivíduos interajam entre si, permitindo que eles criem e compartilhem conteúdos dos mais diversos aspectos (HALL, 2022). Atualmente a plataforma digital "TikTok" representa uma das mais bem-sucedidas no globo, sendo um dos aplicativos mais baixados com cerca de 1 bilhão de usuários mensais (YEUNG, 2022). Nele a pessoa pode criar, compartilhar e assistir vídeos que estimulam seu sistema de recompensa dopaminérgico, o que é a base para vícios comportamentais, criando um forte incentivo para repetição de tal ato. (PEDROBUZO, 2023). Além disso, o forte avanço da inteligência artificial nos últimos tempos têm feito

com que muitas das plataformas digitais como o próprio "TikTok" e "Instagram" use a IA em seu algoritmo, que foi justamente desenvolvido para ser viciante, pois é capaz de obter mais informações do que outros aplicativos em um tempo muito curto, de acordo com a atividade do usuário e assim recomendar conteúdo personalizado aos usuários, que os retém e por conseguinte fornecendo feedback para seu mecanismo de recomendação. (PEDROBUZO, 2023)

Os mecanismos de busca das redes sociais têm uma capacidade notável de filtrar e compilar informações com base nos objetivos da própria plataforma e das marcas que anunciam propagandas nela. (PEDROBUZO, 2023). Esse processo de filtragem de informações resulta no que são conhecidas como bolhas de filtro, onde os usuários são apresentados com conteúdo que lhes interessa e perdem o poder de escolha ou autonomia (PEDROBUZO, 2023). As informações que recebem são cada vez mais adaptadas para capturar sua atenção, gerar mais estimulação dopaminérgica e, conseqüentemente, impedir que interrompam o uso do aplicativo. Como resultado, é produzida uma câmara de eco, onde apenas uma fração filtrada de conteúdo é replicada e diferentes pontos de vista não são representados. Conseqüentemente, as interações e a viralização ocorrem exclusivamente entre usuários com preferências similares (PEDROBUZO, 2023). Este exemplo nos dá uma noção de como as redes sociais funcionam nos dias de hoje, cada vez mais prendendo as pessoas na tela de seu celular, tablet ou computador, trazendo inúmeros malefícios entre as pessoas e principalmente aos estudantes que necessitam estudar mas acabam facilmente se distraindo cada vez mais.

Na pesquisa realizada com os estudantes da UNISA, foram coletadas 70 amostras, em que 28,6% têm 18 a 21 anos, 64,3% 21 a 28 anos, 1,4% 28 a 35 anos e 5,7% 35 a 50 anos. Além disso, 62,9% são do sexo feminino e 37,1% do sexo masculino. De acordo com os dados coletados é possível notar que 100% dos indivíduos que responderam a pesquisa fazem o uso das redes sociais no dia a dia, e dentre elas, o "WhatsApp" é utilizado por 100% das pessoas que responderam, o "Instagram" por 97,1%, o "TikTok" por 65,7%, o "Twitter" por 20%, o "Facebook" por 17,1% e outras redes sociais por 7,1% delas, porém, quando questionados sobre qual passam mais tempo durante o dia a ordem de respostas foi o "Instagram" em primeiro lugar, o "WhatsApp" em segundo e o "TikTok" em terceiro. (Figuras 1A e 1B).

Você faz uso das redes sociais no dia a dia?
70 responses



● Sim
● Não

Se sim, quais?
70 responses

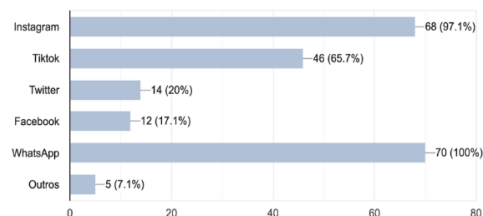


Figura 1. A. Taxa dos estudantes que utilizam as redes sociais no dia a dia. B. Tipos de redes sociais que os estudantes fazem uso.

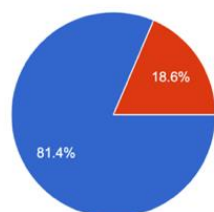
É notório que as redes sociais atrapalham a qualidade de estudos dos jovens universitários. Um dos principais motivos para tal afirmação é devido a influência que o uso de mídias sociais afeta diretamente na qualidade e tempo de sono desses indivíduos. O sono tende a interferir em diversos fatores psicossociais e dormir por períodos curtos tende a aumentar as dificuldades acadêmicas, principalmente aos alunos que estudam no período matutino e conseqüentemente acabam indo muito cansados para assistirem às aulas. Além disso, a maioria das pessoas verificam as mídias sociais por pelo menos 30 minutos antes de dormir e ao acordar, o que pode ter influência sobre sua qualidade de sono. Sem contar aquelas que despertam no meio da noite e utilizam o celular, tendo muita dificuldade para dormir de novo. (MOROMIZATO; et al., 2017).

Com os inúmeros avanços proporcionados pela tecnologia, a dependência do uso da internet tem se tornado uma preocupação crescente para pesquisadores e profissionais da área da saúde. Embora as redes sociais conectem as pessoas em grande escala, (SÁ, 2012) aponta em seu estudo que o uso excessivo da internet pode prejudicar o funcionamento social do indivíduo. Este achado é corroborado pelo estudo de (NEGRE; LIRA, 2015), que identificaram que estudantes viciados em internet tendem a exibir comportamentos desadaptativos e altos níveis de neuroticismo. Sentimentos e comportamentos de isolamento e solidão são exemplos desses prejuízos, especialmente quando o contato social passa a ser exclusivamente virtual, em detrimento das interações pessoais.

Além disso, a internet é usada como uma ferramenta de comunicação e aprendizagem, facilitando o acesso rápido a informações e conteúdos para os estudantes (MOROMIZATO; et al., 2017). No entanto, essa praticidade na obtenção de dados reduz a busca por informações em livros físicos e, conseqüentemente, diminui o hábito da leitura, o que afeta diretamente a linguagem verbal e escrita dos universitários (NEGRE; LIRA, 2015). Por fim, no gráfico abaixo, é possível perceber

que a grande maioria dos estudantes de medicina da UNISA (81.4%) acreditam que as redes sociais atrapalham sua qualidade de estudo. (Figura 2).

As redes sociais atrapalham a qualidade do seu estudo?
70 responses

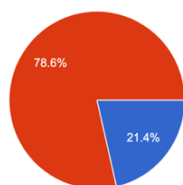


● Sim
● Não

Figura 2. Taxa dos alunos que sentem que as redes sociais atrapalham seu estudo.

As anfetaminas são fármacos estimulantes do sistema nervoso central e são utilizadas principalmente no tratamento do transtorno do déficit da atenção (TDAH), cujo principais sintomas são desatenção, hiperatividade e impulsividade. O mecanismo de ação desses medicamentos envolve o bloqueio dos transportadores de noradrenalina (NAT) e dopamina (DAT), resultando em um aumento na liberação e concentração de dopamina (DA) e noradrenalina (NA) em áreas específicas do cérebro. Esse aumento contribui para melhorar a capacidade de concentração e aprendizado, facilitando a assimilação de novos conhecimentos e sendo amplamente utilizado por estudantes que tem como objetivo otimizar suas performances e alcançar melhores resultados acadêmicos (PASTURA; MATTOS, 2004). Além disso, o uso de medicamentos para aumento do foco por estudantes com TDAH é um um tratamento seguro e eficaz, reduzindo os sintomas de quase 90% dos participantes da pesquisa (DUPAUL, 2012). De acordo com os gráficos abaixo, é possível perceber que 21,4% dos alunos que responderam a pesquisa utilizam algum tipo de medicamento para melhorar a concentração nos estudos, dentre eles, a maior parte usa lisdexanfetamina (comercialmente conhecida como venvanse), seguida do metilfenidato (comercialmente conhecida como ritalina e concerta). (Figuras 3A e 3B).

Você usa algum medicamento para melhorar sua concentração nos estudos?
70 responses



● Sim
● Não

Caso sim, qual(is)?
17 responses

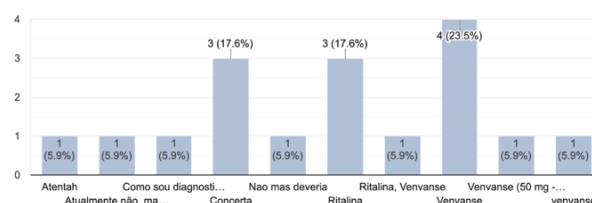


Figura 3. A. Taxa dos alunos que utilizam medicamentos para aumento do foco. B. Tipos de medicamentos que os alunos fazem uso.

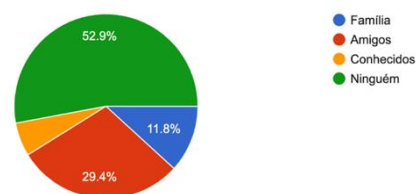
Também é factível notar que 33.3% dos estudantes que usufruem deste tipo de medicamento, utilizam-o apenas quando há necessidade de estudar, enquanto 29.2% utilizam as anfetaminas todos os dias. A exigência de memorizar um conteúdo para uma determinada avaliação e a carga extensa do curso de Medicina parecem ser mais determinantes para o uso dessas substâncias como é admissível observar neste estudo realizado com estudantes de Medicina da cidade de Ubá (PIRES; et al., 2018).

Nos cursos de graduação em Medicina, a extensa carga horária, o vasto conteúdo de disciplinas e a intensa pressão por bons resultados podem motivar o uso não autorizado dessas substâncias. Estudos mostram que, em certas escolas dos Estados Unidos (EUA), até um terço dos alunos utilizam a ritalina, apesar de muitos deles não terem o transtorno de déficit de atenção (MARINA, 2018). Isso é visto também em um estudo ocorrido no estado de Minas Gerais, onde mais de 50% dos indivíduos que participaram do estudo, utilizam medicamentos sem a devida prescrição médica. (PIRES; DIAS; PINTO; GONÇALVEZ; SEGHETO, 2018). No gráfico abaixo, é possível ver que a maioria dos alunos entrevistados (59.1%) utilizam tais medicamentos sem recomendação médica. Sendo que a maioria deles (52.9%) começaram a utilizar estas substâncias por conta própria, seguida da recomendação feita por amigos (29.4%) e familiares (11.8%). (Figura 4A, 4B e 4C).

Com qual frequência você toma esse(s) medicamento(s)?
24 responses



Caso não, quem recomendou para você?
17 responses



Esses medicamentos, por acaso, foram uma recomendação médica?
22 responses

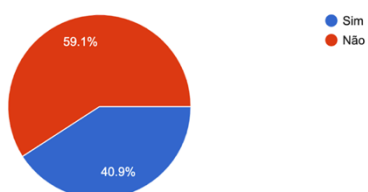


Figura 4 A. Frequência que os alunos fazem uso dos medicamentos. B. Taxa dos alunos que utilizam anfetaminas por recomendação médica. C. Gráfico mostra quem recomendou as anfetaminas caso não fosse por recomendação médica

Vários estudos têm demonstrado que as “melhoras cognitivas” são a principal razão pela qual indivíduos saudáveis tomam involuntariamente drogas psicoestimulantes. Em estudo que avaliou o uso de anfetaminas para melhorar o

desempenho acadêmico, 84.2% dos estudantes afirmaram ter seu rendimento acadêmico otimizado e 52.6% observaram ter notado uma melhora na concentração (PIRES; et al., 2018). Neste trabalho, 72.7% dos alunos da UNISA afirmaram ter observado uma melhora na concentração, o que também foi observado no estudo de (PASQUINI, 2013), onde os alunos afirmaram que o motivo para o uso de tais fármacos é a melhoria da concentração. (Figura 5).

Você sente muita diferença na qualidade dos estudos, fazendo o uso de anfetaminas (medicamentos para aumento e foco)?
22 responses

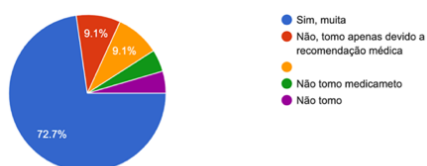


Figura 5. Taxa dos alunos que sentem diferença na qualidade dos estudos ao fazer uso de anfetaminas

Outro fator importante, principalmente para quem faz o uso de medicamentos para o foco sem acompanhamento médico, são os malefícios à saúde quando usados inadequadamente. O mecanismo de toxicidade está principalmente relacionado ao excesso de dopamina, norepinefrina e serotonina extracelular. A síndrome clínica primária envolve efeitos neurológicos e cardiovasculares proeminentes, mas complicações secundárias podem envolver efeitos renais, musculares, pulmonares e gastrointestinais. Possíveis efeitos colaterais relacionados ao uso de psicoestimulantes em curto prazo incluem perda de apetite, insônia, irritabilidade, cefaléia, dor abdominal, taquicardia e tremores. Há casos descritos de consumidores que apresentam abstinência psíquica, que pode causar ansiedade, depressão, sensação de vazio, pensamentos paranóides e delírios. Cada usuário pode apresentar diferentes sintomas, que variam em intensidade de leves a mais intensos, provocando crises psicóticas. Na overdose, o paciente pode apresentar midríase, tremor, agitação, hiperreflexia, comportamento combativo, confusão, alucinações, delírio, ansiedade, paranoia, distúrbios de movimento e convulsões. (SPILLER, 2013). No gráfico abaixo, é possível notar que grande parte dos alunos de Medicina da UNISA sentem que o uso de anfetaminas prejudicam sua saúde a longo prazo. (Figura 6A).

Por fim tais fármacos psicoestimulantes permitem o desenvolvimento da dependência porque ativa a via dopaminérgica mesolímbica. Como resultado de seu mecanismo de ação, assim como qualquer outro medicamento, geralmente, a tolerância se desenvolve devido à aceleração do metabolismo do medicamento

(frequentemente porque as enzimas hepáticas envolvidas no metabolismo de medicamentos ficam mais ativas) e porque o número de sítios (receptores celulares) aos quais o medicamento se liga ou a força da ligação (afinidade) entre o receptor e o medicamento diminuem. (JOSEPH; et al., 2023). No gráfico abaixo, também é possível reparar que a maioria dos estudantes da Santo Amaro que utilizam tais fármacos (53.3%) sentem que as anfetaminas fazem cada dia menos efeito ao seu organismo. (Figura 6A e 6B).

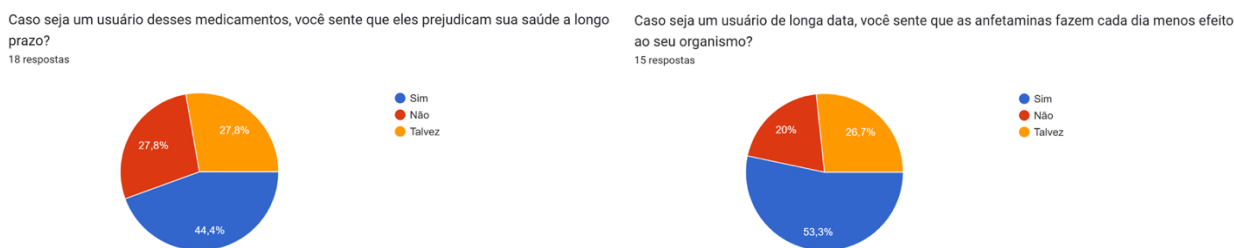


Figura 6 A. Alunos que sentem prejuízo na saúde ao fazer uso de anfetaminas. B. Alunos que sentem tolerância aos efeitos das anfetaminas.

4 CONCLUSÃO

Com base neste estudo, é possível inferir que o tempo despendido nas redes sociais exerce uma influência negativa sobre a qualidade dos estudos dos alunos da Universidade de Medicina Santo Amaro. No entanto, não foi possível estabelecer conclusivamente se este fator é o principal catalisador para o uso de medicamentos visando aumentar o foco. Contudo, é digno de nota que a maioria dos participantes iniciou o uso desses medicamentos de forma autônoma, reservando-os para momentos de baixa concentração. Essa prática levanta questões sobre a conscientização e a educação dos estudantes a respeito dos riscos e efeitos colaterais do uso de tais substâncias, bem como a necessidade de suporte psicológico e acadêmico adequado. Portanto, recomenda-se que a Universidade de Medicina Santo Amaro implemente estratégias educativas e de conscientização para ajudar os alunos a gerenciar melhor o tempo gasto nas redes sociais e a buscar alternativas mais saudáveis para melhorar o foco e a concentração. Programas de apoio psicológico e orientação sobre o uso responsável de medicamentos também seriam benéficos, a fim de garantir que os alunos possam alcançar um equilíbrio entre suas atividades

acadêmicas e pessoais, promovendo assim um ambiente de estudo mais produtivo e saudável.

REFERÊNCIAS

- 1 HALL, Jeffrey; LIU, Dong. **Social media use, social displacement, and well-being.** *Curr Opin Psychol.* Aug/2022
- 2 PEDROUZO, S. B.; KRYNSKI, L. **Hyperconnected: children and adolescents on social media. The TikTok phenomenon.** *Archivos Argentinos de Pediatría*, v. 121, n. 4, 1 ago. 2023.
- 4 TONIOTE, P. et al. **Influência das Redes Sociais no aprendizado: Influence networks in learning.** *ECOS, Brasil*, v. 6, n. 1, p. 1, out./2015.
- 5 CHINTHAPALLI, K. **The billion dollar business of being smart.** *The BMJ, AUS*, v. 1, n. 1, p. 1, set./2015.
- 6 MOROMIZATO, M. S.; FERREIRA, D.; SOUZA, L.; LEITE, R.; MACEDO, F.; PINTEL, D. **O Uso de Internet e Redes Sociais e a Relação com Índícios de Ansiedade e Depressão em Estudantes de Medicina.** *Revista Brasileira de Educação Médica*, v. 41, n. 4, p. 497–504, 1 dez. 2017.
- 7 YEUNG, A.; NG, E.; ABI-JAOUDE, E. **TikTok and Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder: A Cross-Sectional Study of Social Media Content Quality.** *The Canadian Journal of Psychiatry*, v. 67, n. 12, p. 070674372210828, 23 fev. 2022.
- 8 SÁ, G. M. **À frente do computador: a Internet enquanto produtora de dependência e isolamento.** *Sociologia: Revista da Faculdade de Letras da Universidade do Porto*, v. 24, n. 0, 31 dez. 2012.
- 9 NEGRE, G. S. DE O.; LIRA, A. **O USO DA INTERNET NA APRENDIZAGEM DE UNIVERSITÁRIOS: O QUE PENSAM OS ESTUDANTES?** *Pensamiento Americano*, v. 8, n. 15, 28 jun. 2015.
- 10 PASTURA, G.; MATTOS, P. **Efeitos colaterais do metilfenidato.** *Archives of Clinical Psychiatry (São Paulo)*, v. 31, n. 2, p. 100–104, 2004.
- 11 DUPAUL, G. J. **Double-Blind, Placebo-Controlled, Crossover Study of the Efficacy and Safety of Lisdexamfetamine Dimesylate in College Students With ADHD.** *Journal of Attention Disorders*, v. 16, n. 3, p. 202-220, 12 dez. 2011)
- 12 PIRES, M. DOS S. **O USO DE SUBSTÂNCIAS PSICOESTIMULANTES SEM PRESCRIÇÃO MÉDICA POR ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS.** *Revista Científica UNIFAGOC - Saúde*, v. 3, n. 2, p. 22-29, 26 dez. 2018.

13 LIMA, T. **USO DE METILFENIDO MFD POR ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS COM INTUITO DE “TURBINAR” O CEREBRO 1** - Artigos. Disponível em: <<https://www.passeidireto.com/arquivo/52395192/uso-de-metilfenido-mfd-por-estudantes-universitarios-com-intuito-de-turbinar-o-c>>. Acesso em: 6 jun. 2024.

14 SPILLER, H. A.; HAYS, H. L.; ALEGUAS, A. **Overdose of drugs for attention-deficit hyperactivity disorder: clinical presentation, mechanisms of toxicity, and management.** *CNS drugs*, v. 27, n. 7, p. 531–543, 1 jul. 2013.

15 JOSEPH, M. **Revisión bibliográfica: impacto del metilfenidato en estudiantes de medicina.** *Revista Ciencia y Salud Integrando Conocimientos*, v. 7, n. 4, p. 121-127, 14 dez. 2023.

ANEXOS

UNIVERSIDADE DE SANTO
AMARO - UNISA



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: O tempo nas redes sociais afeta a qualidade de estudos, incitando ao uso de medicação para aumento de foco?

Pesquisador: LUCIANE REGIO MARTINS

Área Temática:

Versão: 2

CAAE: 78572423.5.0000.0081

Instituição Proponente: Universidade de Santo Amaro - UNISA

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 6.824.975

Apresentação do Projeto:

Não houve alteração.

Objetivo da Pesquisa:

Não houve alteração.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Na última relatoria havia ficado pendente ajustar riscos e benefícios na Plataforma Brasil de acordo com a pesquisa proposta.

A pesquisadores responde que a proposta da pesquisa apresenta riscos mínimos, como a possibilidade de estigma ou discriminação entre os alunos, de maneira que os resultados do estudo possam revelar comportamentos ou padrões de uso de medicação que consigam levar à estigmatização ou discriminação dos participantes. No entanto, é devido a este motivo que a privacidade e confidencialidade dos participantes serão prioridade durante esta pesquisa.

Como benefícios foi considerado que a participação no estudo pode trazer benefícios diretos para os alunos de medicina da UNISA, como a oportunidade de refletir sobre o uso das redes sociais e medicações de aumento de foco (conscientização). Além de que os resultados do estudo podem levar a intervenções ou mudanças positivas nas políticas ou práticas relacionadas ao uso de redes sociais e medicação para aumento de foco e os resultados da

Endereço: Rua Profº Enéas de Siqueira Neto, 340

Bairro: Jardim das Imbuías

CEP: 04.829-300

UF: SP **Município:** SAO PAULO

Telefone: (11)2141-8687

E-mail: pesquisaunisa@unisa.br

Continuação do Parecer: 6.824.975

pesquisa podem fornecer insights significativos ou contribuir para o avanço da compreensão sobre o tema em questão.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

Pendente:

Na última relatoria houve a necessidade de ajustar o cronograma na Plataforma Brasil pois a data de início de coleta antecedia a apreciação Ética.

Não houve alteração da data de início da coleta de dados sendo iniciada em 10 de agosto de 2023 e finalizada em 01 de agosto de 2024. Este Comitê Entende que a coleta de dados só será iniciada após aprovação ética e considera a data final para a coleta agosto de 2024.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Na última relatoria havia ficado pendente a apresentação da carta de anuência do Coordenador de Curso uma vez que a coleta será realizada nas dependências da Universidade para os alunos do Curso de Medicina.

A carta de anuência foi apresentada e assinada pelo Coordenador do Curso.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Aprovado.

Considerações Finais a critério do CEP:

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_P ROJETO_2151587.pdf	23/04/2024 17:34:45		Aceito
Outros	carta_anuencia.pdf	23/04/2024 17:33:33	LUIS FERNANDO LORGA SALIS	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	modelo_de_pesquisa_OFICIAL.pdf	23/04/2024 17:32:09	LUIS FERNANDO LORGA SALIS	Aceito
Cronograma	CRONOGRAMA_CERTO.pdf	23/04/2024 17:31:34	LUIS FERNANDO LORGA SALIS	Aceito
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_P ROJETO_2151587.pdf	15/04/2024 11:35:33		Aceito
Outros	termo_compromissoo.pdf	15/04/2024 11:33:21	LUIS FERNANDO LORGA SALIS	Aceito

Endereço: Rua Profº Enéas de Siqueira Neto, 340

Bairro: Jardim das Imbuías

CEP: 04.829-300

UF: SP

Município: SAO PAULO

Telefone: (11)2141-8687

E-mail: pesquisaunisa@unisa.br

UNIVERSIDADE DE SANTO
AMARO - UNISA



Continuação do Parecer: 6.824.975

Folha de Rosto	folha_de_rosto.pdf	26/03/2024 16:01:03	LUIS FERNANDO LORGA SALIS	Aceito
Cronograma	cronograma_oficial.pdf	26/03/2024 15:58:24	LUIS FERNANDO LORGA SALIS	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	Modelo_de_projeto_de_pesquisa.pdf	26/03/2024 15:56:57	LUIS FERNANDO LORGA SALIS	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE2024.pdf	20/03/2024 17:47:17	LUIS FERNANDO LORGA SALIS	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

SAO PAULO, 14 de Maio de 2024

Assinado por:
Ana Paula Ribeiro
(Coordenador(a))

Endereço: Rua Profº Enéas de Siqueira Neto, 340

Bairro: Jardim das Imbuías

CEP: 04.829-300

UF: SP

Município: SAO PAULO

Telefone: (11)2141-8687

E-mail: pesquisaunisa@unisa.br

