

TRABALHO 51

METaverso e a influência na saúde mental

**CORDÉLIA HENKER BRAGA
GEOVANA CORDEIRO**

Como fazer a referência ao citar o trabalho 51

BRAGA, Cordélia Henker; CORDEIRO, Geovana. Metaverso e a influência na saúde mental. In: NASCIMENTO NETO, José Osório do; RIBEIRO, Nonie; CANDIOTTO, Lucimara Bortoleto. (Orgs.). *Tecnologia e inovação: limites e possibilidades do metaverso para a pesquisa, extensão e internacionalização. Anais do Seminário de Pesquisa, extensão e internacionalização. (Regional Centro Sul – SEPESQ e Jornada de Iniciação Científica Estácio)*. 1. ed. Curitiba: GRD, 2023. ISBN: 978-65-997628-5-7 FATEC | ISBN: 978-65-997628-4-0 ESTÁCIO | DOI: 10.5281/zenodo.7922707

METAVERSO E A INFLUÊNCIA NA SAÚDE MENTAL

Cordélia Henker Braga

Geovana Cordeiro

O presente trabalho parte das preposições teóricas da cibercultura, dos meios de comunicação como a internet x metaverso (ciberespaço), assim como, avaliar o uso, frequência e a intensidade das mídias digitais por adolescentes, associando o uso com problemas emocionais como a depressão, ansiedade, estresse, como também a possibilidade de gerar problemas comportamentais como agressão, déficit de atenção e outras condições mentais. O ambiente virtual veio para ficar contudo, qual será o impacto de uma vida conectada para a saúde mental? O mundo virtual apesar de alguns o verem como vilão nos proporciona vários benefícios, e veio para ficar. A internet está saindo de nossos computadores e celulares e, se fundindo com a realidade física, assim como a interação à distância, que veio para ampliar o conhecimento através de plataformas imersivas e interativas. Diante desta vida alternativa que a tecnologia digital proporciona, e a imersão em ambientes virtuais em nosso mundo habitual, se faz necessário atentar para a qualidade do uso da internet, relacionado ao uso excessivo ou vícios comportamentais, como podemos citar o transtorno de jogos; e examinar se houver a necessidade de aumentar o tempo on line; além do desinteresse pelas atividades sociais, que poderão afetar a qualidade de vida do mundo real (Cruz.et. all, 2018). Dentre várias evidências observadas sobre o uso das mídias digitais, seguem algumas associações com os problemas emocionais que favorecem as pessoas que não queiram se aprofundar nas relações, a buscarem entretenimento e experiências no mundo virtual, inclusive em sites de relacionamentos; como também a possibilidade da fuga da realidade, pessoas com baixa estima, dificuldades de socialização, cabe listar também o alto índice de violência nas grandes cidades e o fato de, as redes sociais diminuïrem as distancias entre as experiências com a vida real. Uma das

questões está no fato de que, um grande número de pessoas está optando por fazer uso exclusivo da tecnologia como interação social; inteiramente conectados com o mundo digital e totalmente desconectado do mundo real. Portanto, existem indicações sobre os transtornos apontados acima, e novos estudos se fazem necessários para compreender cada vez mais a relação da conectividade que está crescendo, observar esse avanço, e qualquer comportamento que seja disfuncional; como mudanças repentinas; alterações de humor e do sono etc. Diante das inúmeras possibilidades e facilidades da tecnologia e do mundo virtual, devemos ter consciência que esse tipo de interação não preenche a presença real, e sim, é um substituto caso haja a inviabilidade do presencial, pois o distanciamento da vida real pode ser nocivo ao desenvolvimento psíquico e emocional de uma pessoa, causando alienação, segregação e diversos outros transtornos. Entretanto há a necessidade de compreender que a tecnologia digital faz parte cada vez mais do nosso dia a dia, e que não deixaremos de usar as plataformas como por exemplo, a vídeo conferência, e que o metaverso é mais uma etapa da internet. Assim sendo, se fazem necessárias pesquisas que prossigam para identificar e compreender melhor os transtornos, e estabelecer critérios e estratégias terapêuticas para tratar os problemas emocionais e comportamentais.

Palavra-chave: mundo virtual; metaverso; saúde mental; socialização; vida real; transtornos

REFERÊNCIAS:

<https://jornal.usp.br>

Bretas, Maria NBeatriz Almeida, Interação e sentidos no ciberespaço e na sociedade.

Porto Alegre, Edi pucrs 2001 234p. <https://www.pol.usp.br/noticias>

MCLUHAN, Marshall. Os meios de comunicação como extensores do homem 14.ed. São Paulo, 2000 407p.

https://files.crcomp.ufg.br/weby/up/778/o/2009.Gt2_Leonardo_Eloi_

CODOAZ, Claude – Realidade virtual ,São Paulo, Ática, 1997

Cruz, FAD, Scatena, A., Andrade, ALM, & De Micheli, D. (2018). Avaliação do vício em internet e qualidade de vida de adolescentes brasileiros de escolas públicas e privadas. *Estudos em Psicologia (Campinas)*, 35(2), 193-204.

Garcia-Continente X, Pérez-Giménez A, Espelt A, Nebot Adell M. Fatores associados ao uso de mídia entre adolescentes: uma abordagem multinível. *Eur J Saúde Pública*. 2013;24:5-10.

UFSM – Emoções e realidades Digitais (NEERD)- Tecnologia e sibercultura
<https://avatars:omaravilhosoeoestranho no second Life> –Laura Graziela Gomes
<https://doi.org/10.1590/S2178-14942020000100010>

Uso problemático, internet, problemas emocionais e qualidade de vida entre adolescentes
- André Luiz Monezi Andrade Sônia Regina Fiorim Enumo Maria Aparecida Zanetti

Passos Eliana Pereira Vellozo Teresa Helena Schoen Marco Antônio Kulik Sheila Rejane
Niskier Maria Sylvania de Souza Vitale - *USF* 26 (1) • Jan-Mar 2021
•<https://doi.org/10.1590/1413-82712021260104>