



FEDERAÇÃO BRASILEIRA DE TERAPIAS COGNITIVAS – FBTC
ANAIS DO XV CONGRESSO BRASILEIRO DE TERAPIAS COGNITIVAS

Wilson Vieira Melo
Presidente do XV CBTC

Marcele Regine de Carvalho
Coordenadora Científica do XV CBTC

Salvador

2023

USO DE TECNOLOGIAS DA INFORMAÇÃO E COMUNICAÇÃO E SAÚDE MENTAL

Autores Carolina Lisboa ¹, Bolivar Cibils Filho ¹, Betina Predebon ¹, Daniel Fulginiti ¹, Amanda Borges Fortes ²

Instituição ¹ PUCRS - Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (Av. Ipiranga, 6681), ² CPABF - Clínica de Psicologia Amanda Borges Fortes (Rua Félix da Cunha, 737 - Porto Alegre - RS)

Resumo

Introdução

Embora a literatura científica enfatize os riscos de prejuízos relacionados ao uso intensivo de tecnologias da informação e comunicação (TICs), sabe-se que a pandemia da COVID-19 promoveu um aumento no uso desses recursos. Estudos no campo da saúde mental já apontavam para essa tendência, porém apresentavam resultados conflitantes acerca dos impactos desse comportamento. A literatura recente tem mostrado que, entre os motivos dos achados divergentes incluem-se os diferentes tipos de recursos tecnológicos utilizados, bem como as diversas finalidades de uso.

Objetivos

. A proposta desta mesa é aprofundar essa discussão, com uma abordagem pragmática. Especificamente, a mesa constitui-se da apresentação dos principais resultados de quatro estudos sobre uso de TICs e indicadores de saúde mental.

Métodos

Fundamentados e atuais, esses estudos abrangem os tópicos: uso de mídias sociais e imagem corporal, uso de aplicativos de relacionamento, prejuízos e benefícios associados aos jogos digitais, e aprendizados acerca do uso de TICs face à vivência da pandemia.

Resultados

Baseando-se nos achados desses estudos, pretende-se discutir orientações direcionadas para a prática clínica, visando à promoção de usos saudáveis das TICs.

Discussão

Desta forma, espera-se mobilizar a continuidade de pesquisa acerca da temática, bem como novas práticas em Terapia Cognitivo Comportamental que possam promover saúde mental e bem-estar caminhando junto com as inovações tecnológicas.

Palavras-chaves: TICS, Mídias sociais, Internet, Jogos Digitais, Pandemia