

ARTIGOS

Sintomatologia depressiva e ansiosa em utilizadores portugueses do Facebook

Susana Amorim^I

Ângela Leite^{II}

Teresa Souto^{III}

Sintomatologia depressiva e ansiosa em utilizadores portugueses do Facebook

RESUMO

O *Facebook* tornou-se uma das ferramentas mais importantes de comunicação da atualidade. Esta rede social permite aos seus utilizadores a inter-relação, intercâmbio de informação e sentido de pertença a um grupo ou estilo social. Neste estudo, avaliou-se a sintomatologia depressiva e ansiosa em utilizadores portugueses do *Facebook*. A amostra foi constituída por 201 utilizadores portugueses do *Facebook* (123 do sexo feminino e 78 do sexo masculino), com idades compreendidas entre os 18 e os 73 anos. Para o efeito, utilizaram-se dois questionários (um sociodemográfico e outro relativo à utilização do *Facebook*), o Inventário de Depressão de Beck e a Escala de Autoavaliação da Ansiedade de Zung. Os resultados confirmam que os valores de ansiedade e depressão diferem em função das variáveis sociodemográficas, mas infirmam um aumento dos valores de ansiedade e depressão nos utilizadores portugueses do *Facebook*.

Palavras-chave: *Facebook*; Utilizadores portugueses; Ansiedade; Depressão.

Anxious and depressive symptoms in Portuguese Facebook users

ABSTRACT

Facebook has become one of the most important tools of communication nowadays. This social network allows its users to exchange information and to feel part of a group or a social style. This study assessed the depressive and anxious symptomatology of Portuguese Facebook users. The sample was constituted by 201 users (123 female users and 73 male users) with ages between 18 and 73 years old. For this purpose, two questionnaires were made (one social demographic and another one related to the Facebook usage), Beck Depression Inventory and Zung Self-Rating Depression Scale. The results confirmed that the anxiety and depression values vary

according to demographic diversity, but they set aside the rising of levels of anxiety and depression on Portuguese Facebook users.

Keywords: Facebook; Portuguese users; Anxiety; Depression.

La sintomatología depresiva y ansiosa en los usuarios portugueses del Facebook

RESUMEN

El Facebook se ha convertido en una de las herramientas más importantes de comunicación actual. Esta red social permite a los usuarios la interrelación, el intercambio de información y el sentido de pertenencia a un grupo o estilo social. En este estudio, se ha evaluado la sintomatología depresiva y ansiosa en los usuarios portugueses del Facebook. La muestra está compuesta de 201 usuarios portugueses del Facebook (123 del sexo femenino y 78 del sexo masculino) con edades entre los 18 y los 73 años. Para llevar a cabo este trabajo, fueron hechos dos cuestionarios (uno sociodemográfico y el otro relativo al uso del Facebook), el Inventario de Depresión de Beck y la Escala de Autoevaluación de Ansiedad de Zung. Los resultados confirman que los valores de ansiedad y depresión varían de acuerdo con las variables sociodemográficas, pero invalidan un aumento en los valores de ansiedad y depresión en los usuarios portugueses del Facebook.

Palabras claves: Facebook; Usuarios portugueses; Ansiedad; Depresión.

Introdução

Na perspectiva cognitivista, a depressão é entendida como o resultado de uma interpretação errônea dos acontecimentos e situações que o indivíduo tem de enfrentar (Beck, Rush, Shaw, & Emery, 1979). Beck et al. (1979) propuseram que as nossas emoções e comportamentos não só são influenciados por experiências e situações passadas, como também pela forma como processamos, percebemos e atribuímos significados às mesmas. Este processo foi designado por Beck (1967) como tríade cognitiva, referindo-se à visão negativa do indivíduo deprimido sobre si mesmo, como indigno, incapaz e indesejável, sobre o mundo cheio de obstáculos e problemas impossíveis de resolver e perspetivando o futuro com total desesperança.

A abordagem cognitiva propõe que os transtornos de ansiedade derivam de cognições imprecisas e inadequadas sobre situações do mundo do indivíduo que se vê afetado. Nesta abordagem, distingue-se a ansiedade do medo, considerando-se que a ansiedade é um processo emocional e o medo é um processo cognitivo. Este último corresponde à avaliação intelectual de um estímulo ameaçador enquanto a ansiedade corresponde a uma resposta emocional a essa avaliação (Beck, & Emery, 1985).

A depressão e a ansiedade são sintomas psicopatológicos que, hoje em dia, afectam um grande número de pessoas. É, pois, importante conhecer que acontecimentos/circunstâncias podem contribuir para o agravamento ou não destes sintomas. A utilização da internet, sobretudo das redes sociais, é uma actividade

cujo impacto psicológico está pouco estudado, em todo o mundo e nada estudado em Portugal.

Com a expansão da internet, surgiram diferentes formas de entretenimento e de comunicação. Uma das grandes mudanças na forma de socializar e comunicar ocorreu graças às redes sociais, sendo atualmente o *Facebook* considerado o maior fenómeno social, que conta já com mais de 400 milhões de utilizadores e em permanente expansão. Esta comunidade foi criada a 4 de fevereiro de 2004, por um estudante da Universidade de Harvard chamado Mark Zuckerberg (Mezrich, 2010). Pela sua importância na sociedade actual, têm vindo a ser desenvolvidos estudos acerca do impacto da utilização do *Facebook*, nomeadamente, no âmbito da psicopatologia dos utilizadores.

Alguns investigadores falam de um novo fenómeno chamado "depressão do *Facebook*", definida como a depressão que se desenvolve quando pré-adolescentes e adolescentes passam uma grande quantidade de tempo em *sites* como o *Facebook* e começam a apresentar os sintomas clássicos da depressão (Davila, Stroud, Starr, Miller, Yoneda, & Hershenberg, 2009; Herr, 2007; Irvine, 2010; Melville, 2010; Selfhout, Branje, Delsing, ter Bogt, & Meeu, 2009; Sturm, 2010). Ser aceite pelos pares e ter contacto com eles é um importante elemento da vida adolescente. A intensidade do mundo *on-line* poderá assim desencadear depressão em alguns adolescentes. Tal como acontece com a depressão *off-line*, pré-adolescentes e adolescentes que sofrem de depressão do *Facebook* estão em risco de isolamento social e às vezes procuram na internet *sites* e *blogs* para "ajuda" que podem promover o abuso de substâncias, práticas sexuais de risco ou comportamentos agressivos e autodestrutivos (O'Keeffe, Clarke-Pearson, & Council on Communications and Media, 2011).

Também Jelenchick, Eickhoff e Moreno (2012) estudaram a relação entre a depressão clínica e a utilização de redes sociais em adolescentes mais velhos, tendo concluído que não havia evidência da existência desta relação. Por outro lado, Tran (2012) encontrou uma relação entre a utilização do *Facebook* e uma má adaptação emocional aos acontecimentos de vida.

Kraut et al. (1998) revelaram que a utilização da internet por um tempo elevado está associada a um aumento da depressão e uma ligeira, mas significativa, diminuição no envolvimento social. Estes autores defendem que o tempo dedicado ao uso da internet pode substituir o envolvimento em atividades sociais, podendo levar ao isolamento social e à diminuição do bem-estar psicológico. No entanto, deve ter-se em conta que uma grande parte da utilização desta tecnologia é explicitamente social e que é através deste meio que mantém contacto com a família e os amigos.

Steinfeld, Ellison, e Lempe (2008) reportaram que o uso das redes sociais aumenta a comunicação, diminuindo assim a solidão e a depressão. Segundo estes investigadores, as redes sociais facilitam a manutenção de amizades próximas e de relacionamentos distantes. A capacidade de articular os amigos das redes sociais *off-line* permite ao utilizador do *Facebook* manter contacto com um conjunto de conhecidos.

Os autores Muise, Christofides e Desmarais (2009) defendem que a utilização do *Facebook* permite aos seus utilizadores aceder a informações sobre os seus parceiros que de outra forma não seria possível, estimulando assim cada vez mais a sua utilização e desenvolvendo fenómenos como o ciúme (com origem na ansiedade) que poderão originar depressão. Segundo os mesmos autores, o estado civil explica parcialmente a ansiedade motora e vegetativa.

Um outro estudo, realizado na *Salford University Business School pela Anxiety UK* (2012), teve como objetivo perceber se a utilização de redes sociais como o *Facebook* e o *Twitter* aumentaria a ansiedade dos utilizadores. A amostra foi constituída por 298 participantes; 53% consideraram que o aparecimento das redes sociais mudou

as suas vidas e, desses utilizadores, a maioria afirma que essas mudanças foram negativas. O mesmo estudo demonstra que 55% dos participantes já se haviam sentido "preocupados ou desconfortáveis" por, num determinado momento, não conseguirem aceder ao *Facebook* ou ao correio eletrónico. A maioria dos participantes afirmou já ter tido a necessidade de desligar os seus aparelhos eletrónicos para fazer uma pausa da internet. O estudo concluiu, ainda, que dois em cada três participantes admitiram ser-lhes difícil relaxar, e mesmo dormir, depois de permanecerem algum tempo conectados às redes sociais. Desses participantes, um quarto afirma sentir dificuldades nos seus relacionamentos diretos e no trabalho (Anxiety UK, 2012).

Uma investigação realizada por Kross et al. (2013), nas Universidades de Michigan e Belgium, teve como objetivo verificar se a utilização do *Facebook* influenciava os dois componentes do bem-estar subjetivo dos jovens adultos: como se sentem de momento a momento e o nível de satisfação com a sua vida. Para este estudo foram selecionados 82 jovens adultos utilizadores do *Facebook* com acesso a um *smartphone*. Este estudo concluiu que o sentimento de bem-estar e o nível de satisfação com a vida decresce conforme o utilizador passa mais tempo no *Facebook*; em contrapartida, as interações diretas melhoram a forma como as pessoas se sentem. Em relação às outras variáveis, como a motivação pessoal para a utilização da rede social, o número de amigos nessa mesma rede, os níveis de solidão, depressão ou autoestima, o estudo concluiu que não tiveram influência no sentimento de bem-estar dos participantes, embora se tenha constatado que quanto mais sós as pessoas se sentem, mais tendem a utilizar o *Facebook* (Kross et al., 2013).

Contudo, outros autores estudaram aspectos diversos da psicopatologia, nomeadamente, a psicose. Nitzan, Shoshan, Lev-Ran, e Fennig (2011) descreveram três indivíduos, sem transtorno psiquiátrico prévio, que procuraram ajuda psiquiátrica devido à manifestação de sintomatologia psicótica que surgiu enquanto estavam imersos na comunicação mediada por computador (CMC). Todos os pacientes apontaram a CMC como o principal factor desencadeador da sintomatologia psicótica. Os pacientes reportaram ter experienciado um relacionamento "hiperpessoal" com um estranho, desconfiança dos objectivos e da identidade da outra parte, invasão dos limites, má interpretação de informações e exposição pessoal indesejável no ciberespaço. É de salientar que os pacientes tinham pouca experiência anterior com computadores ou com a internet e que a sua vulnerabilidade foi intensificada devido a dificuldades em decifrar o significado dos vários elementos da CMC. Para Nitzan et al. (2011), os casos apresentados suportam a suposição de que as características originais da CMC podem contribuir para a vivência de experiências psicóticas.

Também Garcia e Sikström (2013), recorrendo à técnica de análise semântica latente, quantificaram as representações semânticas das atualizações do *status* do *Facebook* de 304 indivíduos, tendo em vista prever a personalidade através do autorrelato. Para além do neuroticismo e extroversão, os autores focaram-se na tríade negra da personalidade (psicopatia, narcisismo e maquiavelismo), sendo que o conteúdo semântico das atualizações do *Facebook* conseguiu prever essa tríade. As atualizações dos sujeitos com pontuações mais elevadas nestas dimensões tinham um conteúdo mais estranho e negativo. Além disso, o neuroticismo, o número de amigos do *Facebook*, e a frequência de atualizações de *status* eram previsíveis a partir das atualizações dos mesmos. Os autores concluíram que a tríade negra da personalidade envolve um comportamento socialmente maléfico, como a autopromoção, a frieza emocional, a duplicidade e agressividade, manifestando-se em atualizações de *status* do *Facebook*.

Contudo, em Portugal não existem estudos realizados neste âmbito. Encontramos apenas estudos que caracterizam os utilizadores do *Facebook* de um ponto de vista socio-demográfico e dos seus hábitos de utilização. Em Portugal, o primeiro estudo sobre o *Facebook* foi realizado pela Netsonda, em 2010, com o título *Face to Facebook*, tendo como objetivo dar a conhecer e analisar a rede social com maior crescimento no nosso país. O *Facebook*, na altura do estudo, contava já com mais de dois milhões de utiliza-

dores. Para a realização do mesmo, a Netsonda disponibilizou um inquérito *on-line* no qual participaram mais de 65 mil pessoas. A amostra final foi constituída por 1077 indivíduos portugueses utilizadores do *Facebook*, apresentando, entre outros, os seguintes resultados: uma grande parte dos participantes (63%) despende uma hora por dia no *Facebook*; os participantes do sexo feminino passam mais de três horas por dia neste *site*; a maioria dos inquiridos utiliza o *Facebook* como fonte de informação; a maior parte dos utilizadores (90%) que respondeu a este inquérito e que “gosta” de páginas neste *site*, considera-as credíveis; aproximadamente 50% dos participantes está constantemente ligado, ou liga-se várias vezes por dia ao *Facebook* através de computadores ou dispositivos móveis; as páginas preferidas dos inquiridos são: 72% causas sociais; 44% associações; 37% empresas, marcas ou produtos (Netsonda, 2010).

Assim, é nosso objectivo contribuir para o estudo do impacto psicopatológico da utilização do *Facebook*, especificamente, no que diz respeito à depressão e ansiedade. As nossas hipóteses preveem que a ansiedade e a depressão se encontrem mais elevadas nos utilizadores portugueses do *Facebook* do que os valores normativos encontrados pelos autores dos instrumentos que avaliam as respectivas dimensões.

Método

Delineamento

Trata-se de um estudo empírico de carácter retrospectivo com recurso a metodologia quantitativa, realizado através de dois questionários (sociodemográfico e de utilização do *Facebook*) e dois instrumentos de avaliação psicológica: Escala de Autoavaliação da Ansiedade de Zung (SAS) e Inventário de Depressão de Beck (BDI).

Amostra

A amostra é constituída por 201 participantes, dos quais 123 pertencem ao sexo feminino e 78 ao sexo masculino. A média de idades da amostra é de 30.19 anos (DP = 10.54 anos), tendo o participante mais velho 73 e o mais novo 18 anos de idade. No que diz respeito ao estado civil, 82 participantes são solteiros, 49 têm namorado(a), 53 são casados ou vivem em união de facto, e, por fim, 17 são divorciados ou separados. Maioritariamente, a amostra (145 participantes) não tem filhos. Relativamente às habilitações literárias, três participantes têm a escolaridade básica; 17 participantes têm a escolaridade obrigatória; 91 participantes têm o ensino secundário; 71 participantes têm uma licenciatura; 18 participantes têm um mestrado; por fim, um participante tem um doutoramento. No que diz respeito à profissão, 30 participantes pertencem ao 1º grau das profissões de acordo com a classificação de *Graffar* (classificação social internacional estabelecida por *Graffar*); 27 participantes pertencem ao 2º grau; 39 participantes pertencem ao 3º grau; 10 participantes pertencem ao 4º grau; 17 participantes pertencem ao 5º grau; três participantes são reformados; 15 participantes estão desempregados; 59 participantes são estudantes e um participante não respondeu a esta questão.

Instrumentos

O questionário sociodemográfico é constituído por questões relacionadas com o sexo, idade, estado civil, descendência, escolaridade e profissão. O questionário relativo à utilização do *Facebook* é constituído por questões relativas à utilização do *Facebook* como: há quantos anos os participantes utilizam o *Facebook*; quantos dias por semana acedem ao *Facebook*; quantas horas por dia passam no *Facebook*; se utilizam o *Facebook* no telemóvel e no *Ipad*; se utilizam o *chat* do *Facebook*, quanto tempo passam nesse *chat* e com quantas pessoas interagem através do mesmo; se existe alguma pessoa com quem falem nesse *chat* todos os dias; se algumas das pessoas que conheceram no *Facebook* se tornou seu amigo e, por fim, se com alguma dessas pessoas conhecidas através deste mesmo meio veio a manter uma relação amorosa.

O Inventário de Depressão de Beck (Beck, Ward, Mendelson, Mock, & Erbaugh, 1961; versão portuguesa de Serra & Abreu, 1973) é composto por 21 itens, sendo que 11 se relacionam com aspetos cognitivos, cinco com sintomas somáticos, dois com comportamentos observáveis, dois com o afeto e um com sintomas interpessoais (Serra, 1994). Os autores da versão portuguesa, para a sua aferição, procederam à tradução e retrotradução dos itens originais. Os itens agrupam-se em duas subescalas: cognitivo-afetiva e somática e de desempenho. Cada item comporta quatro, cinco ou seis afirmações, ordenadas segundo a intensidade do sintoma (inexistente, leve, moderado ou grave) e é cotado numa escala crescente de gravidade da depressão, com valores que variam entre uma intensidade de um a três pontos. Para este estudo, serão utilizados os pontos de corte propostos por Serra e Abreu, em 1973, ponderados na validação do BDI para a população portuguesa, onde podemos considerar: entre 0 e 12 – ausência de depressão; entre 12 e 18 – depressão leve; entre 18 e 24 – depressão média ou moderada e mais de 24 – depressão grave (Diegas, & Cardoso, 1986).

A Escala de Autoavaliação da Ansiedade de Zung (Zung, 1975; versão portuguesa de Ponciano, Serra e Relvas, 1982) é composta por 20 itens. Os autores da versão portuguesa, para a sua aferição, procederam à tradução e retrotradução dos itens originais. Cada indivíduo deve avaliar quantitativamente e assinalar o sintoma mais próximo da forma como se sente no momento, pontuando entre um e quatro, com opções de resposta que oscilam entre “nenhumas ou raras vezes” até “a totalidade do tempo”. Esta escala está desenvolvida para avaliar quatro componentes da ansiedade, nomeadamente: cognitiva, motora, vegetativa e sistema nervoso central (SNC), pelas quais se distribuem os 20 itens.

Procedimentos de recolha de dados

Os participantes preencheram individualmente o protocolo (questionários e escalas) na presença de uma psicóloga da equipa deste estudo, tendo sido o tempo médio de preenchimento de 45 minutos. A ordem de aplicação dos instrumentos foi a seguinte: questionário sociodemográfico e relativo à utilização do *Facebook*, BDI e SAS.

Análise dos dados

Utilizou-se o programa estatístico SPSS, versão 21, no qual foram realizados cálculos de estatística descritiva (média, desvio-padrão e percentagens das variáveis sociodemográficas e relativas à utilização do *Facebook*, e das sintomatologias depressiva e ansiosa dos utilizadores portugueses do *Facebook*) e de estatística inferencial (análises de variância).

Resultados

Em relação à utilização do *Facebook*, a maioria da amostra (129 participantes ou 64%) utiliza o *Facebook* há 2–4 anos; 35 participantes (17%) utilizam o *Facebook* há um ano; 33 participantes (16%) utilizam o *Facebook* há 5–8 anos; e, por fim, quatro participantes (2%) utilizam o *Facebook* há mais de oito anos. A maioria da amostra utiliza diariamente o *Facebook*; 9% da amostra utiliza o *Facebook* cinco vezes por semana; 10% utiliza quatro vezes por semana; 9% utiliza o *Facebook* três vezes por semana; 4% utiliza o *Facebook* duas vezes por semana; e, por fim, 14% utiliza o *Facebook* uma vez por semana.

Maioritariamente, a amostra (155 participantes ou 77%) passa uma hora por dia no *Facebook*; 34 participantes (17%) passam entre duas a quatro horas por dia no *Facebook*; e 12 participantes (6%) passam entre 5 e 10 horas por dia no *Facebook*. A maior parte da amostra não utiliza o *Facebook* no telemóvel (105 participantes ou 52%) nem no *tablet* (153 participantes ou 76%). Contudo, 96 participantes (48%) utilizam o *Facebook* no telemóvel e 48 participantes (24%) utilizam o *Facebook* no *tablet*. Grande parte da amostra utiliza o *chat* do *Facebook*; só 87 participantes referiram não o utilizar. Efectivamente, 58% da amostra respondeu à questão acerca do tempo que

passa no *chat* do Facebook; a grande maioria (85%) passa diariamente uma hora; 14% passa entre duas a quatro horas por dia e 2% passa entre 5 e 10 horas por dia.

As mesmas 117 pessoas que referiram utilizar o *chat* do Facebook, responderam à pergunta "com quantas pessoas interage no Facebook?". Destas, 20 participantes (17%) referiram uma pessoa; 22 participantes (19%) referiram duas pessoas; 33 participantes (28%) referiram três pessoas; oito participantes (7%) referiram quatro pessoas e 34 participantes (29%) referiram mais de cinco pessoas. Em relação à questão "com quantas pessoas fala no *chat* todos os dias?", 63 participantes (34%) referiram não o fazer; 84 participantes (46%) referiram uma pessoa; 13 participantes (7%) referiram duas pessoas; três participantes (2%) referiram três pessoas e 21 participantes (11%) referiram mais de quatro pessoas.

Apesar de 67% da amostra afirmar não ter desenvolvido uma amizade com pessoas com quem interagem apenas no Facebook, 33% afirma tê-lo feito. Só um participante não respondeu a esta questão. A esmagadora maioria da amostra (89%) afirmou não ter desenvolvido relações amorosas com pessoas com quem interagiu apenas no Facebook; contudo, 22 participantes (11%) fizeram-no. Também, nesta questão, houve um participante que não respondeu.

Em seguida, apresentamos as frequências das subescalas e do total do BDI, o valor de *alfa* de Cronbach e as correlações entre as três dimensões (Tabela 1). A subescala cognitivo-afetiva apresenta a média (3,64) mais elevada, bem como o valor superior de *alpha* de Cronbach. Todas as correlações entre as subescalas e o total do BDI são altamente significativas, contudo, a correlação mais elevada ($r = 0,94$) observa-se entre o total e a subescala cognitivo-afetiva.

Tabela 1. Frequências das subescalas e do total do BDI (média, desvio-padrão, mínimo e máximo), *alpha* de Cronbach e correlações entre as três dimensões

	1	2	3	M	DP	Mínimo	Máximo	α
1. Subescala somática	-	0,68*	0,89*	3,18	3,21	0	13	0,77
2. Subescala cognitivo-afetiva	0,68*	-	0,94*	3,64	4,39	0	22	0,86
3. BDI total	0,89*	0,94*	-	6,82	6,98	0	31	0,89

* $p < 0,001$.

Seguem-se as frequências das subescalas e do total da escala SAS, o valor de *alfa* de Cronbach e as correlações entre as cinco dimensões (Tabela 2). A subescala com a média mais elevada (14,15) é a da ansiedade vegetativa e a subescala com a média mais baixa (3,79) é a da ansiedade SNC. O *alpha* mais elevado é o da subescala ansiedade cognitiva e o mais baixo é o da subescala ansiedade SNC. Todas as

Tabela 2. Frequências das subescalas e do total da SAS (média, desvio-padrão, mínimo e máximo), *alpha* de Cronbach e correlações entre as cinco dimensões

	1	2	3	4	5	M	DP	Mínimo	Máximo	α
1. Subescala ansiedade cognitiva	-	-	-	-	-	8,34	2,42	5	20	0,69
2. Subescala ansiedade motora	0,65*	-	-	-	-	6,83	2,24	4	13	0,68
3. Subescala ansiedade vegetativa	0,53*	0,63*	-	-	-	14,15	3,01	9	24	0,58
4. Subescala ansiedade SNC	0,57*	0,57*	0,55*	-	-	3,79	1,55	2	8	0,52
5. SAS total	0,83*	0,86*	0,86*	0,76*	-	33,10	7,67	20	62	0,85

* $p < 0,001$.

correlações são estatisticamente significativas. Contudo, a correlação mais elevada ($r = 0,86$) acontece entre o total da SAS e a subescala ansiedade motora. A correlação mais baixa ($r = 0,53$) verifica-se entre a subescala ansiedade vegetativa e a subescala ansiedade cognitiva.

Encontramos correlações significativas entre todas as subescalas e o total da SAS e todas as subescalas e o total do BDI. A correlação mais elevada ($r = 0,61$) verifica-se entre o total da SAS e o total do BDI, isto é, entre a ansiedade e a depressão. A correlação mais baixa ($r = 0,35$) verifica-se entre a subescala somática do BDI e a subescala ansiedade vegetativa da SAS, o que não deixa de ser curioso, na medida em que estas duas subescalas avaliam dimensões muito próximas.

Quando comparamos as médias das variáveis relacionadas com o *Facebook* relativamente ao sexo, verificamos que, de uma forma geral, os homens apresentam valores mais elevados em todas as variáveis do que as mulheres, exceto no que diz respeito à variável "quantas horas por dia passa no *Facebook*?" (as mulheres [$M = 1,30$, $DP = 0,56$] passam mais tempo do que os homens [$M = 1,30$, $DP = 0,60$] no *Facebook* [$t(199) = 0,38$, $p = 0,703$; $d = 1,21$]). Os homens utilizam o *Facebook* há mais anos; vão mais vezes por semana ao *Facebook*; utilizam mais o *Facebook* no telemóvel e no *tablet*; utilizam mais o *chat* do *Facebook* e passam mais tempo nesse *chat*; interagem com mais pessoas no *Facebook* e no *chat* diariamente. Além disso, transformaram mais relações iniciadas no *Facebook* em relações amorosas. Contudo, só uma destas diferenças é estatisticamente significativa: "quanto tempo passado no *chat* do *Facebook*?" (os homens [$M = 1,28$, $DP = 0,54$] passam significativamente mais tempo neste *chat* do que as mulheres [$M = 1,10$, $DP = 0,30$], [$t(115) = -2,26$; $p = 0,026$; $d = 2,03$]).

Quando comparamos as variáveis do *Facebook* com as categorias de idade (1 = 18–25 anos; 2 = 26–40 anos; 3 = mais de 40 anos), encontramos diferenças estatisticamente significativas em relação à variável vezes por semana no *Facebook* [$F(2,186) = 9,81$; $p < 0,001$; $h^2 = 0,10$]. O teste de Tukey mostrou que os participantes mais velhos vão menos vezes por semana ao *Facebook* do que as outras faixas etárias. Analisando a distribuição de variáveis relacionadas com o *Facebook* pelas diferentes categorias de idade, verificamos que existem diferenças significativas em relação à utilização do *chat* (os mais novos utilizam mais o *chat* do *Facebook* [$\chi^2(2) = 23,089$; $p < 0,001$]) e em relação ao estabelecimento de relações de amizade com pessoas que conheceram através do *Facebook* (os mais novos e os mais velhos ficam amigos das pessoas que conhecem no *Facebook* mais frequentemente do que os participantes do grupo etário intermédio [$\chi^2(2) = 12,338$; $p = 0,002$]).

Quando comparamos as médias das variáveis referentes ao *Facebook* com o estado civil (Tabela 3), verificamos que os solteiros e os namorados vão significativamente mais vezes por semana ao *Facebook* do que os casados ou em união de facto e os divorciados ou separados. Os casados ou em união de facto passam significativamente menos horas por dia no *Facebook* do que os solteiros, os namorados e os divorciados ou separados. Os solteiros e divorciados interagem com mais pessoas através do *chat* do *Facebook*. Avaliamos ainda a existência de diferenças na distribuição da amostra em relação ao estado civil e às seguintes variáveis: os solteiros utilizam significativamente mais o *Facebook* no telemóvel [$\chi^2(3) = 9,457$; $p = 0,024$] e o *chat* do *Facebook* [$\chi^2(3) = 19,883$; $p < 0,001$] do que todos os outros estados civis; além disso, os solteiros desenvolveram mais relações amorosas a partir de conhecimentos feitos no *Facebook* [$\chi^2(3) = 10,405$; $p = 0,015$] do que qualquer outro estado civil.

Ao compararmos as médias das variáveis referentes ao *Facebook* com a variável ter filhos, encontramos várias variáveis estatisticamente significativas: "quantas vezes por semana vai ao *Facebook*" [$F(1,199) = 16,896$; $p < 0,001$; $h^2 = 0,08$], sendo que o teste de Tukey mostrou que quem não tem filhos vai significativamente mais vezes por semana ao *Facebook*; "quantas horas por dia passa no *Facebook*?"

Tabela 3. Comparação de médias das variáveis referentes ao Facebook e internet em relação ao estado civil

	Estado civil	M	DP	F	gl	p	h ²
Quantas vezes por semana vai ao Facebook?	Solteiro*	5,24	1,38	9,54	3	< 0,001	0,13
	Namorado*	4,73	1,74				
	Casado/União de facto*	3,64	2,09				
	Divorciado/Separado	4,12	2,21				
Quantas horas por dia passa no Facebook?	Solteiro*	1,41	0,68	3,12	3	0,027	0,05
	Namorado	1,27	0,45				
	Casado/União de facto*	1,11	0,38				
	Divorciado/Separado	1,29	0,69				
Com quantas pessoas interage habitualmente nesse chat?	Solteiro*	3,54	1,31	4,25	3	0,007	0,10
	Namorado	2,91	1,55				
	Casado/União de facto*	2,33	1,46				
	Divorciado/Separado	3,00	0,71				

*Tukey's post-hoc test.

[F (1,199) = 6,540; p = 0,011; h² = 0,03], na qual quem não tem filhos passa mais horas por dia no Facebook. Avaliamos ainda a existência de diferenças na distribuição da amostra em relação ao estado civil e às seguintes variáveis: "utiliza o Facebook no telemóvel?" [$\chi^2(1) = 9,424$; p = 0,002], onde quem não tem filhos utiliza mais o Facebook no telemóvel; "utiliza o Facebook no tablet?" [$\chi^2(1) = 3,931$; p = 0,047], em que quem não tem filhos utiliza mais o Facebook no tablet; "utiliza o chat do Facebook?" [$\chi^2(1) = 21,971$; p < 0,001], na qual quem não tem filhos utiliza mais o chat do Facebook; "alguma das pessoas que conheceu através do Facebook é hoje seu amigo?" [$\chi^2(1) = 5,088$; p = 0,024], onde quem não tem filhos fez mais amizades através de pessoas que conheceu no Facebook; "alguma das pessoas que conheceu através do Facebook veio a manter consigo uma relação amorosa?" [$\chi^2(1) = 4,384$; p = 0,036] em que quem não tem filhos manteve mais relações amorosas com essas pessoas do que quem tem filhos.

Quando comparamos as médias das variáveis referentes ao Facebook relativamente à profissão encontramos diferenças estatisticamente significativas: "quantas vezes por semana vai ao Facebook?" [F (7, 192) = 2,762; p = 0,009; h² = 0,02], sendo que o teste de Tukey mostrou que os estudantes, os desempregados e os participantes pertencentes ao 4º e 5º grau de *Graffar*; são os que vão mais vezes por semana ao Facebook. Avaliamos ainda a existência de diferenças na distribuição da amostra em relação ao estado civil e às seguintes variáveis: "utiliza o chat do Facebook?" [$\chi^2(7) = 21,616$; p = 0,003], na qual são também os estudantes, os desempregados e os participantes pertencentes ao 4º e 5º grau de *Graffar* que utilizam mais o chat do Facebook; "alguma das pessoas que conheceu através do Facebook é hoje seu amigo?" [$\chi^2(7) = 18,816$; p = 0,009], em que os estudantes, os desempregados e os participantes pertencentes ao 4º e 5º grau de *Graffar* fazem mais amigos através do Facebook.

Comparando as médias dos dois totais e das subescalas referentes à BDI e à SAS, em função das variáveis sociodemográficas, verifica-se que não existem diferenças estatisticamente significativas em relação à idade e a ter ou não filhos. Contudo, encontram-se diferenças estatisticamente significativas em relação ao sexo, no que diz respeito às subescalas ansiedade motora e ansiedade vegetativa e ao total da SAS (Tabela 4). Os participantes de sexo feminino apresentam valores mais elevados nas subescalas ansiedade motora, ansiedade vegetativa e SAS total do que os homens.

Tabela 4. Comparação das médias do total e de duas subescalas da SAS em relação ao sexo

	Sexo	M	DP	F	gl	p	h ²
Subescala ansiedade motora	Feminino	7,09	2,23	4,48	1	0,036	0,02
	Masculino	6,41	2,20				-
Subescala ansiedade vegetativa	Feminino	14,54	3,13	5,60	1	0,019	0,03
	Masculino	13,53	2,71				-
SAS total	Feminino	34,07	7,81	5,16	1	0,024	0,03
	Masculino	31,58	7,24				-

Verificamos, ainda, diferenças estatisticamente significativas em relação à subescala ansiedade vegetativa, no que diz respeito às categorias idade [$F(2,186) = 4,41$; $p = 0,013$; $h^2 = 0,05$]. O teste de Tukey mostrou que o grupo 2 (idades compreendidas entre os 26 e os 40) apresenta uma média significativamente mais baixa do que as duas outras categorias.

Constata-se a existência de diferenças estatisticamente significativas em relação ao estado civil quanto à subescala somática do BDI [$F(3,197) = 4,13$; $p = 0,007$; $h^2 = 0,06$]. O teste de Tukey mostrou que os divorciados apresentam um valor significativamente mais elevado nesta subescala do que os restantes estados civis. Encontram-se diferenças estatisticamente significativas em relação ao total e às subescalas do BDI, no que diz respeito às habilitações literárias (Tabela 5).

Tabela 5. Comparação das médias do total e de duas subescalas do BDI em relação às habilitações literárias

	Habilitações Literárias	M	DP	F	gl	p	η^2
Subescala somática	2º Ciclo/9º Ano	3,24	3,75	3,88	3	0,010	0,06
	12º Ano*	3,87	3,55				
	Licenciatura*	2,17	2,43				
	Mestrado	3,28	2,93				
Subescala cognitivo-afetiva	2º Ciclo/9º Ano	4,71	4,70	3,38	3	0,019	0,06
	12º Ano*	4,42	5,06				
	Licenciatura*	2,45	3,44				
	Mestrado	2,72	2,56				
BDI Total	2º Ciclo/9º Ano	7,94	7,85	4,06	3	0,008	0,07
	12º Ano*	8,29	7,87				
	Licenciatura*	4,62	5,39				
	Mestrado	6,00	5,18				

*Tukey's post-hoc test

Globalmente, quanto mais escolaridade os participantes têm menor índice de depressão apresentam. Verificamos a existência de diferenças estatisticamente significativas em relação à profissão no que diz respeito à subescala somática do BDI [$F(7,192) = 2,26$; $p = 0,031$; $h^2 = 0,08$]. O teste de Tukey mostrou que os participantes que têm profissões pertencentes ao 4º grau de *Graffar* apresentam valores significativamente mais elevados do que os restantes.

Comparando as médias dos dois totais e das subescalas da BDI e da SAS, em função das variáveis do *Facebook*, verifica-se que não existem diferenças estatisticamente significativas em relação ao número de vezes por semana que vão ao *Facebook*, à utilização do *Facebook* no telemóvel e no *tablet*, à utilização

do *chat* do *Facebook*, ao tempo passado no mesmo *chat*, ao número de pessoas com que interagem no *Facebook*.

Contudo, encontramos diferenças estatisticamente significativas em relação à subescala ansiedade SNC relativamente ao número de anos que utiliza o *Facebook* [$F(3,197) = 2,82$; $p = 0,040$; $h^2 = 0,04$]: o teste de Tukey mostrou que os participantes que utilizam o *Facebook* há mais de oito anos apresentam valores significativamente mais elevados.

Os participantes que passam entre cinco a dez horas por dia no *Facebook* apresentam valores significativamente mais elevados no BDI total, nas subescalas ansiedade vegetativa e ansiedade SNC e no total da SAS (Tabela 6).

Tabela 6. Comparação das médias do total do BDI e do total da SAS e duas subescalas da SAS em relação às horas por dia que passa no *Facebook*

	Horas por dia no <i>Facebook</i>	M	DP	F	gl	p	h²
Subescala ansiedade vegetativa	Uma hora por dia*	13,97	2,87				
	Entre 2 e 4 horas	14,21	2,88	3,27	2	0,040	0,03
	Entre 5 e 10 horas*	16,25	4,35				
Subescala ansiedade SNC	Uma hora por dia*	3,80	1,52				
	Entre 2 e 4 horas*	3,32	1,43	5,47	2	0,005	0,05
	Entre 5 e 10 horas*	5,00	1,65				
SAS total	Uma hora por dia*	32,76	7,45				
	Entre 2 e 4 horas	32,71	7,07	3,44	2	0,034	0,03
	Entre 5 e 10 horas*	38,67	10,39				
BDI total	Uma hora por dia	7,01	7,22				
	Entre 2 e 4 horas*	4,76	4,14	3,04	2	0,050	0,03
	Entre 5 e 10 horas*	10,25	8,77				

**Tukey's post-hoc test*

Os participantes que falam no *chat* do *Facebook* com mais de quatro pessoas diariamente apresentam valores mais elevados na SAS total e na subescala ansiedade motora (Tabela 7).

Tabela 7. Comparação das médias do total da SAS e uma subescala em relação ao número de pessoas com que fala no *chat* todos os dias

	Pessoas no <i>chat</i> todos os dias	M	DP	F	gl	p	h²
Subescala ansiedade motora	Nenhuma*	6,57	2,13				
	Uma pessoa*	6,75	2,20				
	Duas pessoas	6,77	2,39	3,26	3	0,048	0,05
	Mais de 4 pessoas*	8,29	2,61				
SAS total	Nenhuma*	32,51	6,90				
	Uma pessoa*	32,38	7,90				
	Duas pessoas	33,15	6,26	3,33	3	0,031	0,06
	Mais de 4 pessoas*	38,05	9,16				

**Tukey's post-hoc test*.

Os participantes que desenvolveram relações amorosas na sequência de contactos estabelecidos através do *Facebook* apresentam valores significativamente mais ele-

vados em relação à subescala somática do BDI, SAS total, subescala ansiedade vegetativa e subescala ansiedade motora (Tabela 8).

Tabela 8. Comparação das médias do total da SAS, duas subescalas da SAS e uma subescala do BDI em relação a desenvolver relações amorosas através do *Facebook*

	Relação amorosa	M	DP	F	gl	p	η^2
Subescala ansiedade motora	Sim	8,00	2,63	7,43	1	0,007	0,04
	Não	6,70	2,16				
Subescala ansiedade vegetativa	Sim	15,62	3,75	4,61	1	0,033	0,02
	Não	14,03	2,86				
Subescala SNC	Sim	4,50	1,92	5,19	1	0,024	0,03
	Não	3,71	1,47				
SAS total	Sim	37,52	9,50	7,20	1	0,008	0,04
	Não	32,71	7,29				
Subescala somática	Sim	4,57	3,88	4,74	1	0,031	0,02
	Não	3,03	3,11				

Quando se comparam os valores médios e o desvio padrão da depressão dos utilizadores do *Facebook* com os valores médios da depressão na população geral portuguesa (Serra & Abreu, 1973), verifica-se que os valores da nossa amostra são mais baixos [$t(2) = 3,363$, $p = 0,078$; $d = 0,52$] (Tabela 9).

Tabela 9. Comparação dos valores do BDI em duas amostras

Amostra		Grau leve de depressão	Grau moderado de depressão	Grau grave de depressão
Serra e Abreu (1973)	M	17,40	24,80	32,20
	DP	4,55	6,48	8,28
Nossa amostra	M	15,56	21,27	26,60
	DP	1,81	1,10	2,61

Na Tabela 10, encontra-se a distribuição da amostra pelos diferentes níveis de depressão determinados pelos autores. Dividiu-se, a amostra em não deprimidos (79% da amostra) e deprimidos (21% da amostra) e calculou-se as médias respectivas para cada uma destas categorias. Apesar de 21% da amostra (41 sujeitos) apresentar depressão, apenas 3% apresenta depressão grave e 6% depressão moderada.

Tabela 10. Distribuição da amostra pelos diferentes níveis de depressão e respectivas médias e desvios-padrão

Níveis de depressão (Serra e Abreu, 1973)	Nossa amostra			
	N	%	M	DP
1 (De 0 a 12 = Ausência de depressão)	160	79,6%	3,84	3,58
2 (De 12 a 18 = Depressão Leve)	25	12,4%		
3 (De 18 a 24 = Depressão Média)	11	5,5%	18,44	4,32
4 (> que 24 = Depressão Grave)	5	2,5%		
Total dos sujeitos com depressão	41	21,4%	6,82	6,98

Ao comparar os valores médios e desvio-padrão da ansiedade dos utilizadores do *Facebook* com os valores da média da ansiedade na população geral portuguesa (Ponciano et al., 1982), verifica-se que os valores obtidos são muito aproximados [$t(4) = 0,65$, $p = 0,554$; $d = 0,03$] (Tabela 11).

Tabela 11. Comparação dos valores da SAS em duas amostras

Amostra		Subescala ansiedade cognitiva	Subescala ansiedade motora	Subescala ansiedade vegetativa	Subescala ansiedade SNC	SAS Total
Ponciano et al. (1982)	M	8,76	6,82	14,59	3,24	33,40
	DP	2,30	2,05	2,70	1,28	6,61
Nossa amostra	M	8,34	6,83	14,15	3,79	33,10
	DP	2,42	2,24	3,01	1,55	7,67

Discussão

Começamos por traçar um perfil médio do utilizador do *Facebook* da nossa amostra, que é predominantemente do sexo feminino (o que vai ao encontro dos dados do estudo realizado pela Netsonda, em 2010), com idade média de 30,19 anos (DP = 10,54 anos), numa relação afetiva, sem filhos, com estudos ao nível do 12^o ano e superior, com emprego; utiliza o *Facebook* desde há dois a quatro anos, diariamente durante uma hora, no telemóvel mas não no *tablet*. Utiliza o *chat* do *Facebook* por meio do qual interage com algumas pessoas, não faz novos amigos a partir do *Facebook* e não estabelece relações amorosas a partir dele.

Os participantes mais novos utilizam mais o *Facebook* e o seu *chat* do que os outros e vão mais vezes por semana ao *Facebook*. São os participantes mais novos e os mais velhos, em detrimento das idades médias, que fazem mais facilmente amigos através do *Facebook*, o que está de acordo com os resultados encontrados por Liébana-Cabanillas e Alonso-dos-Santos (2017). Uma possível explicação para este facto será uma eventual maior disponibilidade destas faixas etárias.

Os solteiros e os namorados vão mais vezes por semana ao *Facebook*, utilizam mais o *chat* do *Facebook* e vieram a manter mais relações amorosas com alguém que conheceram através do *Facebook* do que os casados ou em união de facto e os divorciados ou separados. Estes dados podem ser explicados pelo fator idade e pela disponibilidade psicológica dos participantes que ainda não estão numa relação, por contraposição àqueles que estão ou já estiveram numa relação (Soron, & Tarafder, 2015).

Quem não tem filhos vai mais vezes por semana ao *Facebook*, passa mais horas diariamente no *Facebook*, utiliza mais o *Facebook* no telemóvel e no *tablet*, utiliza mais o *chat* do *Facebook*, fez mais amizades através de pessoas que conheceu no *Facebook* e manteve mais relações amorosas com essas pessoas do que quem tem filhos. A presença de filhos na vida dos participantes limita a sua disponibilidade, ocupados que estão com questões relacionadas com a parentalidade; além disso, muitas vezes têm que se assumir como exemplo na utilização das redes sociais (Ozgun, & Ucar, 2016)

Os estudantes, os desempregados e os participantes pertencentes aos 4^o e 5^o grau de *Graffar* são os que vão mais vezes por semana ao *Facebook*, que utilizam mais o *chat* do *Facebook* e fazem mais amigos através do *Facebook*. Os estudantes, desempregados e o 5^o grau de *Graffar* falam significativamente mais com pessoas no *chat* do *Facebook* diariamente do que as outras profissões. Em suma, os participantes mais novos, os desempregados e os menos qualificados utilizam mais o *Facebook*, sendo que este resultado pode traduzir a resposta a necessidades diferentes: os mais novos procuram novas amizades; os desempregados e os pouco qualificados podem utilizar a rede social para procurar emprego ou encontrar um emprego melhor (Robertson, & Kee, 2017).

Apesar de não existirem diferenças entre os valores normativos dos autores das escalas de depressão e ansiedade e os nossos (o que corrobora e contraria a literatura, uma vez que encontramos estudos que justificam os dois resultados contrários), encontramos diferenças nos nossos valores relativamente às variáveis sociodemográficas e de utilização do *Facebook*.

Os participantes do sexo feminino apresentam valores mais elevados na subescala ansiedade motora, subescala ansiedade vegetativa e SAS total do que os homens. Os participantes com idades compreendidas entre os 26 e os 40 apresentam uma média significativamente mais baixa do que as duas outras categorias em relação à subescala ansiedade vegetativa; este resultado pode, eventualmente, ser explicado por razões fisiológicas associadas ao crescimento (18–25 anos) e à maturidade (mais de 40 anos) (Silverstein, Ajdacic-Gross, Rossler, & Angst, 2017).

Os divorciados apresentam um valor mais elevado do que os outros estados civis no que diz respeito à subescala somática do BDI. Estes dados são corroborados por Ye, DeMaris, e Longmore (2017), que também analisam a qualidade da relação marital e o seu impacto na depressão pós-divórcio. Segundo Beck (1976), a predisposição para a depressão adquire-se através das primeiras experiências, as quais vão modelando esquemas potencialmente depressivos. Ora, a experiência do divórcio pode ativar a memória das primeiras experiências desencadeadoras de depressão.

Quanto mais escolaridade os participantes têm, menos depressão apresentam, o que parece sugerir que quem tem mais escolaridade está melhor preparado para lidar com situações adversas. Os participantes que têm profissões pertencentes ao 4º grau de *Graffar* apresentam valores significativamente mais elevados do que os restantes em relação à subescala somática do BDI. As dificuldades da vida profissional refletem-se no bem-estar do sujeito que eventualmente as somatiza. Contudo, estes dados são contrariados pela literatura, nomeadamente por Titov, Andrews, Kemp e Robinson (2010) que estudaram a depressão em amostras obtidas através da internet.

Em relação à utilização do *Facebook*, os participantes que o utilizam há mais de oito anos apresentam valores mais elevados de ansiedade e depressão bem como os que passam entre 5 e 10 horas por dia no *Facebook*, os que falam com mais de quatro pessoas no *chat*, os que fazem amigos através do *Facebook* e os que estabelecem relações amorosas através dele. Se, por um lado, facilmente se compreende que esta atividade social intensa aumente os valores de ansiedade, por outro lado, é mais difícil explicar a depressão; a não ser que, à luz dos autores Muise et al. (2009), a inveja (relativa aos conteúdos que os utilizadores colocam no *Facebook*) possa estar na origem da depressão. Estes autores argumentam que este efeito pode ser o resultado de um ciclo de *feedback* em que, ao ser usado o *Facebook*, este expõe as pessoas a informações muitas vezes ambíguas sobre o seu parceiro, a que de outra forma não teriam acesso, e esta nova informação estimula ainda mais o uso do *Facebook*. Este estudo fornece evidências de contribuições únicas do *Facebook* para a experiência do ciúme nos relacionamentos amorosos. Também Kraut et al. (1998) afirmam que a utilização da internet por um tempo elevado está associada a um aumento da depressão. Por sua vez, Steinfield et al. (2008) concluíram que o uso das redes sociais aumenta a comunicação, diminuindo assim a solidão e a depressão, o que contraria os nossos resultados.

Considerações finais

Perante o permanente crescimento das relações interpessoais através da internet, surge a necessidade de percebermos o impacto que tal pode ter na saúde mental dos seus utilizadores que continuam em grande crescimento. Nesse sentido, o estudo das psicopatologias associadas a esta nova ferramenta de comunicação pode ser crucial para o trabalho de profissionais de diversas áreas, facilitando assim a adequação de métodos de intervenção e prevenção na saúde mental. Sabemos, no entanto, que este estudo apresenta algumas limitações, sobretudo no que diz respeito à dimensão amostral e respectiva representatividade, bem como à não utilização de instrumentos concorrentes para fins comparativos.

Não obstante os dados obtidos estarem de acordo com alguns dos estudos já realizados sobre o tema, a verdade é que também se encontraram resultados contraditórios relativamente ao estado de arte. Isto sugere a necessidade de estudos futuros, com amostras mais amplas e diversificadas relativamente aos mesmos temas e a outros que lhes são próximos, nomeadamente, a psicopatologia.

Referências

- Anxiety UK (2012). *Anxiety UK study finds technology can increase anxiety*. Disponível em <http://www.anxietyuk.org.uk/2012/07/for-some-with-anxiety-technology-can-increase-anxiety/>. Acesso em 11 de julho de 2014.
- Beck, A. T. (1967). *Depression: Clinical, experimental, and theoretical aspects*. New York: Harper e Row.
- Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. New York: International Universities Press.
- Beck, A. T., & Emery, G. (1985). *Anxiety disorders and phobias: A cognitive perspective*. New York: Basic.
- Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B. F., & Emery, G. (1979). *Cognitive therapy of depression*. New York: Guilford.
- Beck, A. T., Ward, C. H., Mendelson, M., Mock, J., & Erbaugh, J. (1961). An inventory for measuring depression. *Archives of General Psychiatry*, 4, 561-571. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.1961.01710120031004>
- Davila, J., Stroud, C. B., Starr, L. R., Miller, M. R., Yoneda, A., & Hershenberg, R. (2009). Romantic and sexual activities, parent-adolescent stress, and depressive symptoms among early adolescent girls. *Journal of Adolescence*, 32(4), 909-924. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.1961.01710120031004>
- Diegas, M., & Cardoso, R. (1986). Escalas de auto-avaliação da depressão (Beck e Zung): estudos de correlação. *Psiquiatria Clínica*, 7, 141-145.
- Garcia, D., & Sikström, S. (2013). The dark side of Facebook: Semantic representations of status updates predict the Dark Triad of personality. *Personality and Individual Differences*, 67, 92-96. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2013.10.001>
- Herr, J. (2007). Internet entangles college students in a web of loneliness and depression. *Other Voices*, March 1, 2007. Disponível em <http://index.truman.edu/pdf/2006-2007/march01/page%205.pdf>. Acesso em 21 de novembro de 2015.
- Irvine, C. (2010). Excessive chatting on Facebook can lead to depression in teenage girls. *Daily Telegraph*. Disponível em www.telegraph.co.uk/technology/facebook/4405741/Excessive-chatting-on-Facebook-can-lead-to-depression-in-teenage-girls.html. Acesso em 21 de novembro de 2015.
- Jelenchick, L., Eickhoff, J., & Moreno, M. (2012). Facebook depression? Social networking site use and depression in older adolescents. *Journal of Adolescent Health*, 52, 128-130. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2012.05.008>

- Kraut, R., Patterson, M., Lundmark, V., Kiesler, S., Mukiphadhyay, T., & Scherlis, W. (1998). Internet paradox: A social technology that reduces social involvement and psychological well-being? *American Psychologist*, *53*, 1011-1031. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.53.9.1017>
- Kross, E., Verduyn, P., Demiralp, E., Park, J., Lee, D. S., Lin, N., & ... Ybarra, O. (2013). Facebook use predicts declines in subjective well-being in young adults. *PloS one*, *8*(8), e69841. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0069841>
- Liébana-Cabanillas, F., & Alonso-dos-Santos, M. (2017). Factors that determine the adoption of Facebook commerce: The moderating effect of age. *Journal of Engineering and Technology Management*, *44*, 1-18. <https://doi.org/10.1016/j.jengtecman.2017.03.001>
- Melville, K. (2010). Facebook use associated with depression. *Science A GoGo*. Disponível em www.scienceagogo.com/news/20100102231001data_trunc_sys.shtml. Acesso em 22 de novembro de 2015.
- Mezrich, B. (2010). *Bilionários por acaso: A criação do Facebook*. Rio Janeiro: Intrínseca.
- Muise, A., Christofides, E., & Desmarais, S. (2009). More Information than you ever wanted: Does Facebook bring out the green-eyed monster of jealousy? *Cyber Psychology & Behavior*, *12*, 441-444. <https://doi.org/10.1089/cpb.2008.0263>
- Netsonda (2010). *Netsonda lança primeiro estudo sobre o Facebook e as marcas em Portugal*. Disponível em http://www.netsonda.pt/not_noticias_detail.php?aID=1462. Acesso em 21 de julho de 2016.
- Nitzan, U., Shoshan, E., Lev-Ran, S., & Fennig, S. (2011). Internet-related psychosis: A sign of the times? *The Israel Journal of Psychiatry and Related Sciences*, *48*(3), 207-211.
- O'Keeffe, G. S., Clarke-Pearson, K., & Council on Communications and Media (2011). Clinical report: The impact of social media on children, adolescents, and families. *Pediatrics*, *127*(4), 800-804. <https://doi.org/10.1542/peds.2011-0054>
- Ozgur, O., & Ucar, F. (2016, May). Parents' Attitudes towards Children's Use of Facebook. In *Proceedings of International Academic Conferences* (No. 3605638). International Institute of Social and Economic Sciences.
- Ponciano, E., Serra, A. V. & Relvas, J. (1982). Aferição da escala de auto-avaliação de ansiedade, de Zung, numa amostra de população Portuguesa-I: Resultados da aplicação numa amostra de população normal. *Psiquiatria Clínica*, *3*(4), 191-202.
- Robertson, B. W., & Kee, K. F. (2017). Social media at work: The roles of job satisfaction, employment status, and Facebook use with co-workers. *Computers in Human Behavior*, *70*, 191-196. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.12.080>
- Selfhout, M. H. W., Branje, S. J. T., Delsing, M., ter Bogt, T. F. M., & Meeu, W. H. J. (2009). Different types of internet use, depression, and social anxiety: The role of perceived friendship quality. *Journal of Adolescence*, *32*(4), 819-833. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2008.10.011>

- Serra, A. (1994). *I AC LIDE - Inventário de depressão clínica da depressão*. Coimbra: Edição Psiquiatria Clínica.
- Serra, A., & Abreu, J. (1973). *Aferição dos quadros clínicos depressivos*. Coimbra: Oficinas da Gráfica de Coimbra.
- Silverstein, B., Ajdacic-Gross, V., Rossler, W., & Angst, J. (2017). The gender difference in depressive prevalence is due to high prevalence of somatic depression among women who do not have depressed relatives. *Journal of Affective Disorders, 210*, 269-272. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2017.01.006>
- Soron, T. R., & Tarafder, M. A. (2015). The relation between Facebook use pattern and demographic factors. *Journal of Psychiatry, 18*, 326. <https://doi.org/10.4172/2378-5756.1000326>
- Steinfeld, C., Ellison, N. B., & Lampe, C. (2008). Social capital, self-esteem, and use of on-line social network sites: A longitudinal analysis. *Journal of Applied Developmental Psychology, 29*(6), 434-445. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2008.07.002>
- Sturm, S. (2010). Social networking psych studies: research shows teen Facebook users prone to depression. *Trend Hunter*. Disponível em www.trendhunter.com/trends/depression-from-facebook. Acesso em 7 de setembro de 2014.
- Titov, N., Andrews, G., Kemp, A., & Robinson, E. (2010). Characteristics of adults with anxiety or depression treated at an internet clinic: Comparison with a national survey and an outpatient clinic. *PLoS One, 5*(5), e10885. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0010885>
- Tran, T. B. (2012). *Rumination and emotional adjustment: The role of social networking sites*. Doctor Dissertation, University of Miami. Disponível em http://scholarlyrepository.miami.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1819&context=oa_dissertations. Acesso em 8 de julho de 2014.
- Ye, M., DeMaris, A., & Longmore, M. A. (2017). Role of marital quality in explaining depressive symptoms after marital termination among older adults. *Marriage & Family Review, 1-16*. <http://dx.doi.org/10.1080/01494929.2017.1284703>
- Zung, W. (1975). A rating instrument for anxiety disorders. *Psychosomatics, 12*(6), 371-379. [https://doi.org/10.1016/S0033-3182\(71\)71479-0](https://doi.org/10.1016/S0033-3182(71)71479-0)

Submetido em: 22/12/2014

Revisto em: 02/05/2017

Aceito em: 28/05/2017

Endereços para correspondência

Susana Amorim
amorim.suzy@gmail.com

Ângela Leite
angelamtleite@gmail.com

Teresa Souto
teresassouto@gmail.com

Amorim S., Leite A., Souto T.

I. Licenciatura em Psicologia. Licenciatura em Psicopedagogia Clínica. Porto. Portugal.

II. Faculdade de Psicologia. Universidade Lusófona do Porto. Porto. Portugal.

III. Faculdade de Psicologia. Universidade Lusófona do Porto. Porto. Portugal.