

**O ESPELHO DIGITAL: IMPACTOS PSICOSSOCIAIS DAS REDES SOCIAIS NA
CONSTRUÇÃO DA SUBJETIVIDADE E NA SAÚDE MENTAL DE
ADOLESCENTES CONTEMPORÂNEOS**

**THE DIGITAL MIRROR: PSYCHOSOCIAL IMPACTS OF SOCIAL NETWORKS
ON THE CONSTRUCTION OF SUBJECTIVITY AND THE MENTAL HEALTH OF
CONTEMPORARY ADOLESCENTS**

**EL ESPEJO DIGITAL: IMPACTOS PSICOSSOCIALES DE LAS REDES
SOCIALES EN LA CONSTRUCCIÓN DE LA SUBJETIVIDAD Y LA SALUD
MENTAL DE LOS ADOLESCENTES CONTEMPORÂNEOS**



10.56238/MedCientifica-098

Francisco José de Oliveira Neto

Mestre em Psicologia

Instituição: Universidade Federal de Goiás (UFG)

E-mail: Francisconeto3@yahoo.com.br

Orcid: <https://orcid.org/0009-0001-0072-1727>

RESUMO

O presente estudo analisa os impactos psicossociais das redes sociais digitais na construção da subjetividade e na saúde mental de adolescentes contemporâneos, a partir de uma abordagem interdisciplinar. Fundamentado na psicologia, na psiquiatria e no referencial foucaultiano, o trabalho compreende as redes sociais como dispositivos de subjetivação que operam por meio da visibilidade, da performatividade e da comparação social contínua. A adolescência, enquanto etapa marcada por reorganizações identitárias e afetivas, mostra-se particularmente vulnerável a essas dinâmicas. Evidenciam-se associações significativas entre o uso intensivo das redes e o aumento de sintomas depressivos, ansiosos, comportamentos autolesivos e ideação suicida, conforme o DSM-5-TR. À luz de Foucault, tais plataformas funcionam como tecnologias de poder que promovem normalização, autovigilância e dependência do reconhecimento externo. Conclui-se que o sofrimento psíquico observado não pode ser reduzido a fatores individuais, devendo ser compreendido como fenômeno estrutural e sociocultural, o que demanda estratégias críticas, preventivas e clínicas voltadas ao uso consciente das tecnologias digitais e à promoção da autonomia subjetiva.

Palavras-chave: Subjetividade. Saúde Mental. Redes Sociais Digitais. Adolescência. Sofrimento Psíquico.

ABSTRACT

This study analyzes the psychosocial impacts of digital social networks on the construction of subjectivity and the mental health of contemporary adolescents, from an interdisciplinary approach. Grounded in psychology, psychiatry, and Foucault's framework, the work understands social networks as devices of subjectivation that operate through visibility, performativity, and continuous social comparison. Adolescence, as a stage marked by identity and affective reorganizations, proves to be particularly vulnerable to these dynamics. Significant associations are evident between the intensive



use of social networks and an increase in depressive and anxious symptoms, self-harming behaviors, and suicidal ideation, according to the DSM-5-TR. In light of Foucault, these platforms function as technologies of power that promote normalization, self-surveillance, and dependence on external recognition. It is concluded that the observed psychological suffering cannot be reduced to individual factors, but must be understood as a structural and sociocultural phenomenon, which demands critical, preventive, and clinical strategies focused on the conscious use of digital technologies and the promotion of subjective autonomy.

Keywords: Subjectivity. Mental Health. Digital Social Networks. Adolescence. Psychological Suffering.

RESUMEN

Este estudio analiza los impactos psicosociales de las redes sociales digitales en la construcción de la subjetividad y la salud mental de los adolescentes contemporáneos, desde un enfoque interdisciplinario. Con fundamento en la psicología, la psiquiatría y el marco de Foucault, el trabajo entiende las redes sociales como dispositivos de subjetivación que operan a través de la visibilidad, la performatividad y la comparación social continua. La adolescencia, como etapa marcada por la reorganización identitaria y afectiva, resulta particularmente vulnerable a estas dinámicas. Se observan asociaciones significativas entre el uso intensivo de las redes sociales y un aumento de los síntomas depresivos y ansiosos, las conductas autolesivas y la ideación suicida, según el DSM-5-TR. A la luz de Foucault, estas plataformas funcionan como tecnologías de poder que promueven la normalización, la autovigilancia y la dependencia del reconocimiento externo. Se concluye que el sufrimiento psicológico observado no puede reducirse a factores individuales, sino que debe entenderse como un fenómeno estructural y sociocultural, que exige estrategias críticas, preventivas y clínicas centradas en el uso consciente de las tecnologías digitales y la promoción de la autonomía subjetiva.

Palabras clave: Subjetividad. Salud Mental. Redes Sociales Digitales. Adolescencia. Sufrimiento Psicológico.



1 INTRODUÇÃO

A consolidação das redes sociais digitais como espaços privilegiados de interação, comunicação e reconhecimento social tem produzido transformações significativas nos modos de subjetivação na contemporaneidade, especialmente durante a adolescência. Este período do desenvolvimento humano, marcado por intensos processos de reorganização psíquica, identitária e relacional, tem sido profundamente atravessado por dispositivos digitais que operam segundo lógicas de visibilidade, performatividade e comparação social contínua. Tal cenário tem suscitado crescente preocupação no campo da saúde mental, diante do aumento expressivo de quadros de ansiedade, depressão, transtornos do humor, comportamentos autolesivos e ideação suicida entre adolescentes. Do ponto de vista filosófico e psicossocial, Michel Foucault compreende a subjetividade não como uma essência interior ou atributo natural do sujeito, mas como um processo historicamente construído, atravessado por relações de saber e poder, inscrito em práticas discursivas, normativas e institucionais (FOUCAULT, 2008). Nessa perspectiva, as redes sociais podem ser entendidas como dispositivos contemporâneos de subjetivação, nos quais o sujeito aprende a se ver, se narrar e se regular a partir do olhar do outro, mediado por métricas digitais de validação simbólica. No campo da psiquiatria, estudos recentes apontam associação significativa entre o uso excessivo de redes sociais e o agravamento de sintomas relacionados a transtornos depressivos, transtornos de ansiedade, distúrbios do sono e sofrimento psíquico inespecífico em adolescentes, conforme descrições diagnósticas do DSM-5-TR (APA, 2022). Diante disso, torna-se fundamental uma análise interdisciplinar que articule psicologia, psiquiatria e teoria social crítica, a fim de compreender os impactos psicossociais das redes sociais na constituição da subjetividade adolescente e em sua saúde mental.

2 METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, de abordagem qualitativa, realizada a partir de artigos científicos publicados entre 2014 e 2024, indexados nas bases SciELO, PubMed, PsycINFO e Google Scholar. Foram utilizados os descritores: redes sociais, adolescência, saúde mental, subjetividade, psicologia, psiquiatria e Michel Foucault. Incluíram-se estudos empíricos, revisões sistemáticas e textos teóricos que abordassem a relação entre uso de redes sociais, saúde mental adolescente e processos de subjetivação. O DSM-5-TR foi utilizado como referência diagnóstica para contextualização psiquiátrica dos quadros clínicos descritos. A análise foi realizada de forma interpretativa, buscando articulação teórica entre os campos investigados.

3 DESENVOLVIMENTO E RESULTADOS

A adolescência constitui um momento privilegiado para a constituição da subjetividade, no qual o sujeito se confronta com questões relativas à identidade, pertencimento e reconhecimento. No



contexto digital, esses processos passam a ocorrer em ambientes mediados por algoritmos que privilegiam a exposição constante, a quantificação do afeto e a comparação social. Curtidas, comentários e visualizações operam como dispositivos simbólicos que organizam a percepção de valor pessoal e social do adolescente.

À luz de Foucault, tais mecanismos podem ser compreendidos como tecnologias de poder que promovem processos de normalização e autovigilância. Diferentemente das formas disciplinares clássicas, trata-se de uma vigilância difusa e internalizada, na qual o próprio sujeito se torna gestor de sua imagem, de seus afetos e de sua conduta (FOUCAULT, 2014). Esse processo contribui para a produção de subjetividades marcadas pela dependência do olhar do outro e pela dificuldade de elaboração simbólica da experiência.

Estudos psiquiátricos recentes apontam que o uso prolongado e não mediado das redes sociais está associado ao aumento de sintomas compatíveis com transtornos depressivos maiores, transtornos de ansiedade generalizada e transtornos relacionados ao estresse, conforme critérios do DSM-5-TR (APA, 2022; TWENGE et al., 2019). Observa-se, ainda, aumento de comportamentos autolesivos e ideação suicida, especialmente em adolescentes expostos a dinâmicas de cyberbullying, exclusão social digital e idealização corporal.

Do ponto de vista psicológico, a comparação social constante favorece sentimentos de inadequação, baixa autoestima e fracasso subjetivo. As redes sociais funcionam como “espelhos digitais” que devolvem ao sujeito uma imagem fragmentada, idealizada e frequentemente inatingível de si mesmo. Esse processo compromete a construção de uma identidade integrada e aumenta a vulnerabilidade psíquica, sobretudo em sujeitos em processo de amadurecimento emocional.

4 CONCLUSÃO

A análise realizada evidencia que as redes sociais desempenham papel central na produção da subjetividade adolescente contemporânea, atuando como dispositivos psicossociais que impactam diretamente a saúde mental. A partir da articulação entre psicologia, psiquiatria e o pensamento foucaultiano, compreende-se que o sofrimento psíquico associado ao uso das redes sociais não deve ser reduzido a fatores individuais, mas analisado como fenômeno estrutural, inscrito em práticas sociais e discursivas. Destaca-se a necessidade de estratégias interdisciplinares de prevenção e intervenção, que promovam o uso crítico das tecnologias digitais, bem como espaços de escuta clínica e elaboração simbólica para adolescentes. A compreensão das redes sociais como espelhos digitais amplia o campo de atuação da saúde mental, favorecendo práticas que valorizem a singularidade, a autonomia subjetiva e o cuidado integral.



REFERÊNCIAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. DSM-5-TR: Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais. Porto Alegre: Artmed, 2022.

FOUCAULT, M. Microfísica do poder. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2008. FOUCAULT, M. Vigiar e punir: nascimento da prisão. Petrópolis: Vozes, 2014.

KROSS, E. et al. Social media and well-being: pitfalls, progress, and next steps. Trends in Cognitive Sciences, v. 25, n. 1, p. 55–66, 2021.

TWENGE, J. M. et al. Increases in depressive symptoms and suicide-related outcomes among U.S. adolescents after 2010. Clinical Psychological Science, v. 7, n. 1, p. 3–17, 2019.

