

Nome: Vinicius Casimiro da Silveira

Curso/Turma: Bacharelado em Ciência da Computação - 2022

Data de Entrega: 07/05/2025

1 Tema da Pesquisa

A pesquisa tem o intuito de investigar o tempo de uso das redes sociais e as sensações associadas a essa prática, tendo enfoque principalmente à ansiedade e suas correlações.

2 Objetivo

O presente estudo tem como objetivo investigar a relação entre o uso de redes sociais e a sensação de ansiedade percebida pelos usuários. Em um contexto de crescente conectividade digital, torna-se cada vez mais relevante compreender como a frequência de acesso, o tipo de plataforma utilizada e os sentimentos gerados após o uso das redes sociais podem impactar o bem-estar emocional das pessoas.

Dessa maneira, a pesquisa busca:

1. Identificar o tempo médio diário de uso das redes sociais entre os participantes;
2. Levantar quais redes sociais são mais utilizadas;
3. Avaliar as emoções predominantes após o uso das plataformas digitais;
4. Analisar a percepção dos indivíduos sobre uma possível dependência das redes sociais;
5. Medir o quanto os participantes acreditam que as redes sociais influenciam seus níveis de ansiedade;
6. Verificar se existe intenção ou tentativa de redução do tempo de uso como estratégia para melhorar o bem-estar emocional.

3 Estrutura do Formulário

A pesquisa utiliza perguntas com respostas de caráter quantitativo e qualitativo, além disso, as perguntas foram divididas em 4 seções, com o intuito de, dividi-las em abordagens diferentes, ajudando também a esclarecer melhor as perguntas para o participante. Segue abaixo a tabela 3 com as questões abordadas, assim como a característica de sua resposta:

Pergunta	Tipo de variável
Seção 1 - Perguntas pessoais	
Qual é a sua faixa etária?	Qualitativa ordinal
Qual é o seu gênero?	Qualitativa nominal
Seção 2 - Hábitos de Uso das Redes Sociais	
Quais redes sociais você mais utiliza? (pode selecionar mais de uma)	Qualitativa nominal
Em média, quanto tempo você passa nas redes sociais por dia?	Qualitativa ordinal
Seção 3 - Sensações e Percepções Relacionadas	
Como você costuma se sentir logo após usar as redes sociais?	Qualitativa ordinal
Você já sentiu que não consegue ficar longe das redes sociais por muito tempo?"	Qualitativa ordinal
Seção 4 - Impacto Percebido	
Em uma escala de 0 a 5, quanto você acredita que as redes sociais influenciam sua ansiedade?	Quantitativa discreta
Você já pensou em reduzir o tempo de uso das redes sociais para melhorar seu bem-estar emocional?	Qualitativa nominal

4 Coleta de Dados

A coleta dos dados foi realizada por um formulário online disponibilizado pelo *Google Forms*, entre as datas de 26/04/2025 e 06/05/2025. A pesquisa foi divulgada através de grupos de Whatsapp, alcançando o número de 33 respostas. Os dados obtidos, foram processados, a fim de remover ruídos e erros gerados pela entrada humana, de forma que nenhuma resposta tivesse sentido alterado, apenas se adequando à um molde mais tangível para interpretação de máquinas.

5 Análise Estatística

5.1 Público alvo

Inicialmente, uma análise do público alvo foi deferida, a fim de levantar qual faixa etária foi mais participativa, feito de mesma maneira para o gênero:

Faixa Etária	Contagem	Frequência (%)	Frequência Acumulada (%)
18-24	28	84,85%	84,85%
25-34	3	9,09%	93,94%
45-54	2	6,06%	100,00%

Tabela 1: Distribuição de Idade dos Participantes

Gênero	Contagem	Frequência (%)
Feminino	16	48,48%
Masculino	15	45,45%
Prefiro não informar	2	6,06%

Tabela 2: Distribuição por Gênero dos Participantes

A análise dos dados demográficos dos participantes revelou que a amostra é predominantemente composta por jovens de 18 a 24 anos, representando cerca de 85% do total de resposta. Além disso, houve uma distribuição equilibrada entre os gêneros masculino e feminino, conferindo boa diversidade de perspectivas quanto a este aspecto. No entanto, é importante destacar que os resultados encontrados podem refletir majoritariamente a realidade do público jovem, que é o principal usuário das redes sociais e, possivelmente, o mais exposto aos seus impactos emocionais.

5.2 Uso das redes sociais

As redes sociais mais utilizadas foram levantadas a partir do gráfico 5.2, a fim de entender quais os maiores motivos para o uso delas.

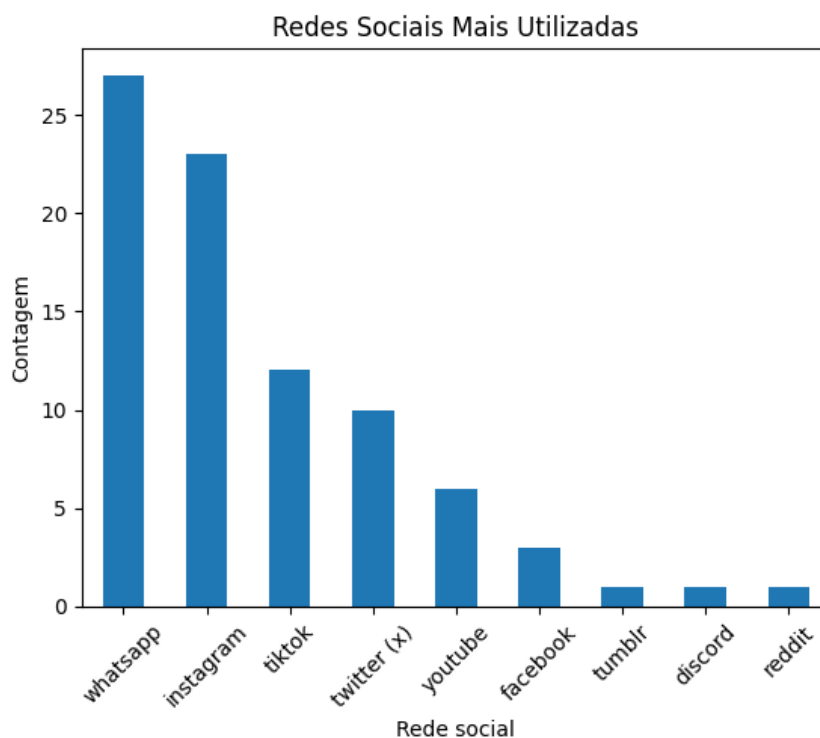


Figura 1: Gráfico das redes sociais mais utilizadas

Como é possível ver, o Whatsapp é a rede mais utilizada, com quase que todos os participantes utilizando ela. Depois disso, vêm o Instagram, uma rede focada em fotos e vídeos curtos, elementos que tendem a reter mais atenção.

5.3 Percepção sobre uso e ansiedade

Outra análise importante levantada, foi como as pessoas se sentem em relação à ansiedade dado o tempo de uso delas, como mostrado no gráfico 5.3.

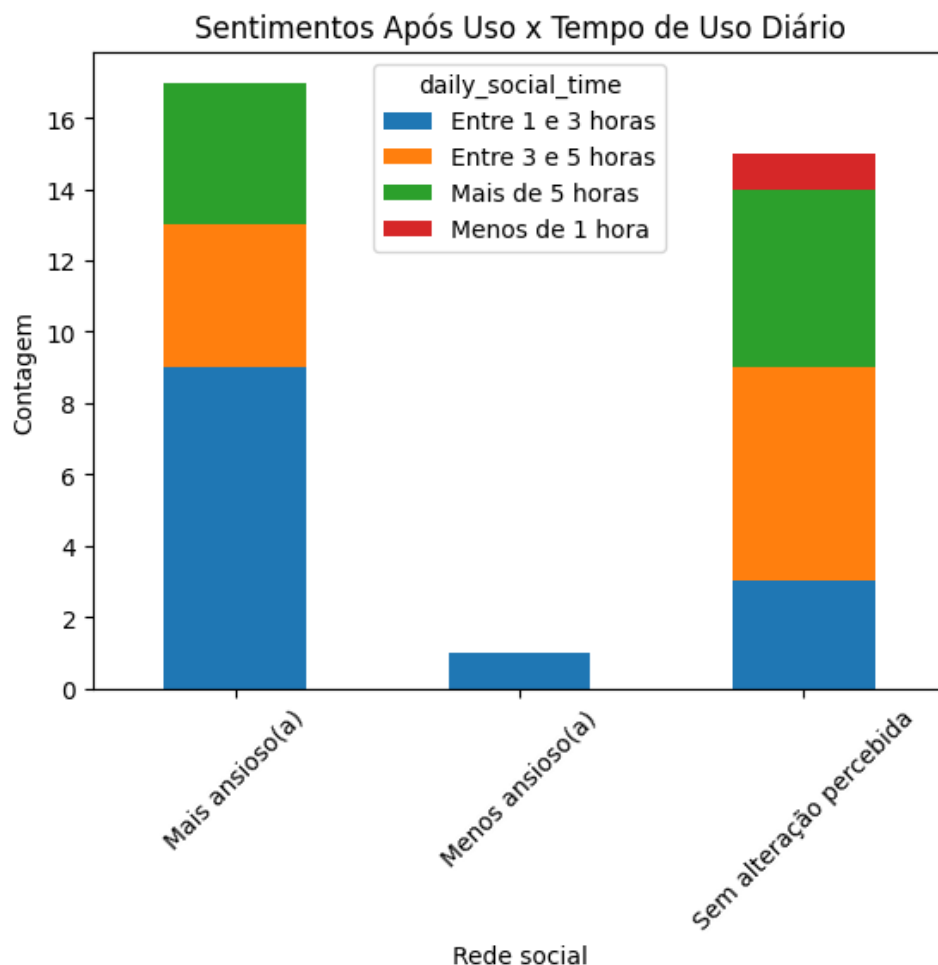
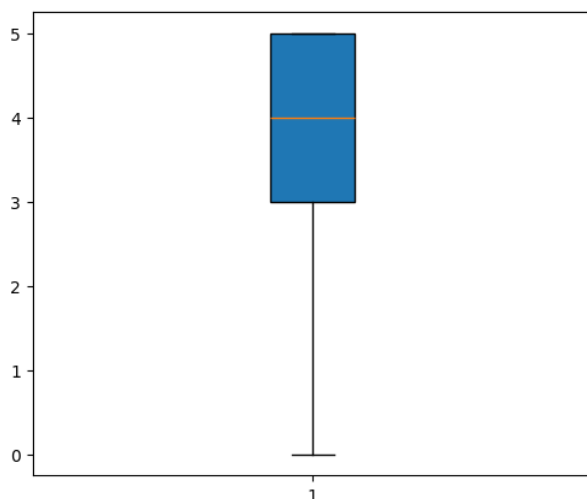


Figura 2: Relação entre tempo de uso e percepção sobre ansiedade

O gráfico sugere uma relação entre o tempo de uso diário e a sensação de ansiedade. Quanto maior o tempo de uso, maior a tendência dos usuários relatarem sentir-se mais ansiosos após utilizar as redes sociais. Por outro lado, uma parcela dos usuários intensos relatam não perceber alteração emocional, o que pode indicar desde adaptação até falta de percepção do impacto.

5.4 Estatística descritiva

Por fim, a estatística descritiva foi aplicada em algumas variáveis, com o objetivo de entender o conjunto de respostas, para onde ele tendia. Dessa maneira as tabelas 5.4 e 5.4 mostram isso, e trazem respostas para alguns comportamentos notados anteriormente.



Grupo	Média	Mediana	Moda	Desvio Padrão
1	3,39	4,0	3	1,43

Tabela 3: Estatísticas descritivas quanto à percepção da influência das redes sociais na ansiedade

O gráfico 5.4 representa muito bem as estatísticas da tabela, mostrando que grande parte das pessoas entendem que são influenciadas pelas redes sociais, com poucos acreditando que a influência é mínima.

Resposta	Contagem	Frequência (%)	Frequência Acumulada (%)
Às vezes	14	42,42%	42,42%
Frequentemente	13	39,39%	81,82%
Raramente	4	12,12%	93,94%
Sempre	2	6,06%	100,00%

Tabela 4: frequência de Sentimento de Dependência das Redes Sociais

Média	Mediana	Moda	Desvio Padrão
3,39	3,0	3	0,79

Tabela 5: Estatísticas descritivas sobre a necessidade de uso das redes sociais

Essas estatísticas, quando analisadas em conjunto, demonstram que:

- A percepção de que as redes sociais exercem influência sobre a ansiedade é relevante e atinge parte significativa dos participantes;
- Muitos já pensaram em reduzir o uso ou tentaram fazê-lo, o que sugere um certo grau de autoconsciência sobre o impacto das redes em seu bem-estar;
- Apesar disso, os níveis de variação não são extremos, o que pode indicar que o uso intenso está, em alguma medida, normalizado entre os jovens.

A tabela 5.4, mostra que aqueles que tem maior percepção sobre a ansiedade gerada pelas rede sociais, são os mesmos que tentam sair dela.

Resposta	Contagem	Frequência (%)	Frequência Acumulada (%)
Sim	21	63,64%	63,64%
Tentei, mas não consegui	9	27,27%	90,91%
Não	3	9,09%	100,00%

Tabela 6: Frequência sobre Pensar em Reduzir o Uso das Redes Sociais

6 Conclusão / Insight

Mesmo com uma pequena quantidade de respostas, e dados, de certa forma enviesados - maior parte dos dados se trata de estudantes - ainda é possível observar algo que é comumente reportado nos noticiários, que o grande uso das redes sociais influencia muito no dia-a-dia das pessoas, como boa parte dos dados mostrou, o uso das redes sociais está na média das 1 a 3 horas, com alguns utilizando até por mais tempo.

Além disso, é possível ver que aqueles que tentam sair das redes sociais, ou que já tentaram, são os mesmos que tem uma percepção que essas desenvolvem maior ansiedade sobre eles.

7 Reflexão Final

Esse trabalho contou com algumas simples aplicações de estatística, e buscou apenas superficialmente correlação entre algumas perguntas, que foi proveitoso, mas também traz conclusões de certa forma superficiais para o assunto abordado, que tem grande impacto na maioria das pessoas.

Dessa maneira, para trabalhos seguintes, buscar abordagens mais complexas entre as variáveis, pode ajudar a elucidar respostas mais concisas.