

## ADOLESCÊNCIA: O USO DAS REDES SOCIAIS PARA A FUGA DO VAZIO EXISTENCIAL

ADOLESCENCE: THE USE OF SOCIAL MEDIA FOR ESCAPE FROM EXISTENTIAL EMPTINESS

ADOLESCENCIA: EL USO DE LAS REDES SOCIALES PARA LA FUGA DEL VACÍO EXISTENCIAL

Rebecca Cristina Fonseca Caetano<sup>1</sup>  
Quemili de Cássia Dias de Sousa<sup>2</sup>

**RESUMO:** O estudo apresentado considerou o período da adolescência, concebendo os fatores que a constituem e investigando de que modo a vulnerabilidade emocional atua nesse estágio do desenvolvimento. A pesquisa trabalhou o fator de vazio existencial e o impacto que o mesmo tem na saúde mental dos adolescentes, analisando os mecanismos psicológicos que vinculam redes sociais ao vazio existencial. As redes sociais são compreendidas, nesse contexto, como uma “fuga” para todo o sofrimento emocional provocado pelo vazio existencial vivido na adolescência, funcionando como um meio de obter uma validação externa. O estudo foi conduzido sob uma visão psicanalítica, sendo fundamentado em revisões bibliográficas de artigos científicos e obras teóricas relevantes de forma qualitativa. Portanto, por meio do estudo realizado, foi possível realizar uma reflexão acerca do período de adolescência e de que modo o acesso desenfreado as redes sociais impactam negativamente a saúde mental do adolescente.

**Palavras-chave:** Uso das Redes Sociais. Saúde dos Adolescentes. Psicologia do Adolescente.

**ABSTRACT:** The study presented considered adolescence, identifying the factors that constitute it and investigating how emotional vulnerability acts at this stage of development. The research addressed the factor of existential emptiness and its impact on the mental health of adolescents, analyzing the psychological mechanisms that link social networks to existential emptiness. Social networks are understood, in this context, as an “escape” from all the emotional suffering caused by the existential emptiness experienced in adolescence, functioning as a means of obtaining external validation. The study was conducted from a psychoanalytic perspective, based on qualitative reviews of scientific articles and relevant theoretical works. Therefore, through the study, it was possible to reflect on adolescence and how unrestrained access to social media negatively impacts the mental health of adolescents.

**Keywords:** Use of Social Networks. Adolescent Health. Adolescent Psychology.

---

3790

<sup>1</sup>Graduando em Psicologia, Faculdade Mauá- GO.

<sup>2</sup>Orientadora no curso de em Psicologia, Faculdade Mauá- GO. Especialista em Unidade de Terapia Intensiva Faculdade Mauá- GO.

**RESUMEN:** El estudio presentado consideró el período de la adolescencia, conceptualizando los factores que la constituyen e investigando cómo actúa la vulnerabilidad emocional en esta etapa del desarrollo. La investigación abordó el factor del vacío existencial y el impacto que este tiene en la salud mental de los adolescentes, analizando los mecanismos psicológicos que vinculan las redes sociales con el vacío existencial. Las redes sociales se entienden, en este contexto, como una «escape» de todo el sufrimiento emocional provocado por el vacío existencial que se vive en la adolescencia, funcionando como un medio para obtener una validación externa. El estudio se llevó a cabo desde una perspectiva psicoanalítica, basándose en revisiones bibliográficas de artículos científicos y obras teóricas relevantes de forma cualitativa. Por lo tanto, a través del estudio realizado, fue posible reflexionar sobre el período de la adolescencia y cómo el acceso desenfrenado a las redes sociales impacta negativamente en la salud mental del adolescente.

**Palabras clave:** Uso de las redes sociales. Salud adolescente. Psicología adolescente.

## I INTRODUÇÃO

A adolescência trata-se de uma etapa vital para todo ser humano, considerada como período de transição entre a puberdade e a vida adulta, esse período é marcado pela presença de mudanças físicas, cognitivas e comportamentais. Por se tratar de um ciclo de formação de identidade é comum o surgimento da necessidade de pertencimento, Segundo Aberastury (1981) é imposta uma necessidade de começar a participar do mundo adulto. Deste modo, a procura pelo descobrimento de sua identidade se manifesta por meio dessa necessidade de pertencimento, ou seja, a adaptação ao que é novo e atual, e tratando-se de atualidade, é possível associar facilmente as redes sociais.

O sofrimento presente nesse período ocasiona em uma falta de pertencimento e um vazio existencial que exige a necessidade de ser preenchido de qualquer forma, o adolescente inicia uma busca por um protótipo que lhe proporcione maior autonomia (Ayub; Macedo, 2011). A falta de consciência sobre a finalidade do uso das redes sociais acarreta no uso indevido, sem propósito, que tem como principal objetivo suprir as necessidades de uma frustração existencial que só pode ser preenchida mediante ao compartilhamento da percepção do “meu eu ideal” nas redes.

A completude, rapidez e facilidade que os meios de comunicação digitais oferecem, traz uma ideia de inutilidade das interações físicas, o que contribui para o isolamento social e consecutivamente impactos negativos no desenvolvimento cognitivo, emocional e social, que são fatores fundamentais (Ferreira, 2022). O acesso instantâneo e desenfreado tem colaborado para o surgimento de transtornos depressivos e ansiosos, a busca pelo que é aceitável mediante

a aprovação anula o estabelecimento de uma identidade subjetiva e contribui para o fator de comparação.

O objetivo do presente trabalho é apresentar as transformações do período da adolescência, de que modo as redes sociais adentram e atuam na vulnerabilidade psicoemocional do adolescente, analisar os mecanismos psicológicos que vinculam redes sociais ao vazio existencial, identificar as principais psicopatologias associadas e de modo geral Investigar como a dependência de redes sociais pode intensificar o vazio existencial em adolescentes e seus impactos na saúde mental.

## 2 MÉTODOS

No desenvolvimento da pesquisa foi adotado o uso da metodologia de revisão bibliográfica, recorrendo a artigos científicos, livros e dissertações para a fundamentação dos resultados. Trata-se de um estudo descritivo qualitativo visando compreender de que modo a psicanálise aborda o tema trabalhado.

Os critérios de inclusão foram pesquisas voltadas ao desenvolvimento e saúde mental, com o objetivo de contribuir para o esclarecimento da pergunta problema, artigos ou periódicos que permitem a visibilização através do download de forma gratuita e trabalhos de pesquisa voltados para a abordagem psicanalítica com adolescentes.

Os critérios de exclusão foram artigos e pesquisas que abordem temas direcionados ao público adulto ou infantil, mantendo o público-alvo da pesquisa em evidência, artigos de opinião e estudos que utilizam outras abordagens psicológicas, senão a psicanálise, os descritores em ciências da saúde utilizados foram: Uso das Redes Sociais; Saúde dos Adolescentes; Psicologia do Adolescente.

3792

## 3 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

### 3.1 A crise Identitária da Adolescência

A adolescência trata-se de uma fase biológica marcada por mudanças, transformações e crescimento, cujo objetivo é atingir a maturação cerebral. Para a psicanálise o período da adolescência é denominado de puberdade, onde ocorre um contínuo desenvolvimento rumo a maturação sexual que foi “interrompido” na primeira infância, nesse período ocorre a mudança da pulsão autoerótica para o objeto sexual, que se transforma de algo interno para externo, iniciando a busca por um objeto que satisfaça os desejos e contribua para a obtenção do prazer,

trazendo à tona sua “configuração normal definitiva” ( Freud, 1905.).

Em três ensaios da teoria da sexualidade, Freud (1905) denomina o período de adolescência como puberdade, esse período é caracterizado pela maturação sexual com o objetivo de estabelecer uma sexualidade adulta, nessa etapa o objeto sexual deixa de ser autoerótico e se direciona ao encontro do objeto no outro, de modo que esse novo alvo evoque prazer e satisfação dos desejos, dessa maneira, consequentemente ocorre a diferenciação dos sexos da menina e do menino trazendo à tona a consciência de reprodução. O fim das fantasias e a perda da identidade infantil é apresentado por Aberastury (1981) como um luto pelo corpo, mentalidade e a relação com os pais, que implicam para a necessidade de ser estabelecida uma nova identidade. Dentre essa busca surge flutuações de identidade, a ausência de uma subjetividade própria implica em uma variedade de identidade inconstante, sendo adaptável a status, pessoas e ambientes.

### 3.2 Vazio existencial e Adolescência

O termo vazio existencial pode ser conceituado de modo geral com uma falta de sentido/ propósito de vida, é uma condição de perda do sentido de viver, o vazio existencial é caracterizado como um insondável abismo da completa falta de sentido, acompanhado de angústia e desamparo ( Frankl, 2005 *apud*, Godoi; Colemonts, 2020). Associando o vazio existencial a adolescência, podemos encontrar diferentes causas, mas o principal fator a ser considerado é a falta do autoconhecimento, ou seja, pela circunstância do adolescente não ter uma subjetividade concreta essa mesma subjetividade inconclusa contribui para uma fragilidade emocional bem mais suscetível ao encontro doloroso com o vazio existencial, e por meio dessa carência de motivação surge a falta de algo que nem mesmo foi encontrado.

3793

Do ponto de vista de Heerdt (2005) os indivíduos modernos são constituídos pela responsabilidade intransferível de seu próprio destino e esse processo subjetivo e irrefreável proporciona uma jornada de solidão, vazio e desamparo.

Deste modo o adolescente se vê pressionado a achar um sentido de forma imediata, e quando tal inquietação não é aliviada instantaneamente a vida autêntica passa a ser vista como inalcançável e distante, acarretando uma solidão e desamparo, carregados da falta de sentido de vida. A necessidade de inverter a identidade infantil pela identidade adulta surgem como somatórios que corroboram a ideia do adolescente, que, a vida só tem sentido se esse sentido for atribuído através do valor que o outro enxerga “no meu eu”, ou seja, a aceitação da sociedade

é o que valida minha própria identidade.

Portanto Aguiar e Andrade (2021) afirmam que o sentido da vida é uma construção recorrente que deve e precisa ser autêntica e singular, e que de forma alguma pode ser substituído por vivências superficiais e momentâneas, algo efêmero.

### 3.3 Redes sociais como acobertamento do vazio

É possível conceituar redes sociais como meio de comunicação digital através de plataformas, que permitem o compartilhamento de conteúdos, envio de mensagens, interações, e criação de perfis, uma pesquisa realizada pela TIC kids online (2024) revelou que 83% de crianças e adolescentes de 9 a 17 anos possuem um perfil próprio em plataformas digitais. Não pode-se considerar a evolução das redes sociais somente como um aspecto negativo, mas até que ponto o acesso precoce de adolescentes às redes sociais é concebível?

É por meio das redes que há a possibilidade de construir uma imagem ideal, que não tem como base o real, mas sim a ânsia de querer ser o objeto de desejo do outro, a comunicação sem necessidade de interações físicas torna os relacionamentos cada vez mais frágeis e efêmeros. Segundo Almeida e Andrade (2024) o uso imoderado favorece um comportamento voltado para si, corroborando para que as relações interpessoais sejam superficiais e frágeis e a partir disso é reforçado um comportamento de indiferença no que diz respeito ao outro, esse reforço emerge como um encobrimento do vazio interno que é sentido pelo indivíduo.

3794

De acordo com Dutra e Dias (2020), o uso abusivo das redes sociais tem o objetivo de suprir e preencher os vazios existenciais dos jovens, essa falta de controle ocasiona a perda de uma subjetividade que nem mesmo foi pré-estabelecida devido a falta de experiências, interações sociais e sua autopercepção. Com a autenticidade enfraquecida e a evolução para o vazio de si, o acesso às redes sociais se manifesta como um preenchimento desse vazio existencial confabulando para um “eu” ideal, desejado e inalcançável.

### 3.4 A Saúde Mental do Adolescente

A problemática da saúde mental do adolescente tem ganhado espaço gradualmente, segundo a Agência Senado (2024) a ansiedade entre crianças e jovens superou os indicadores constatados em 2023 entre adultos no Brasil, a quantidade de jovens de 10 a 14 anos atendidos por transtornos de ansiedade alcançou 125,8 a cada 100 mil; e, entre adolescentes de 15 a 19 anos, 157 a cada 100 mil, já em adultos acima de 20 anos se reflete na taxa de 112 a cada 100 mil.

De acordo com a Organização mundial de saúde (2025) algumas das principais psicopatologias encontradas em jovens é o transtorno de ansiedade e depressão, avalia-se que 4,1% dos jovens de 10 a 14 anos e 5,3% dos jovens de 15 a 19 anos sofrem de um transtorno de ansiedade já a depressão ocorre entre 1,3% dos adolescentes de 10 a 14 anos e 3,4% dos jovens de 15 a 19 anos.

A vulnerabilidade emocional e as alterações de humor presentes no estágio de desenvolvimento da adolescência contribuem para os números apresentados, se manifestando também como fator que contribui para a dificuldade de pedir ajuda, de acordo com a Organização Pan-Americana da Saúde o suicídio é a 3<sup>a</sup> principal causa de morte entre adolescentes de 15 a 19 anos.

#### 4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Pode-se considerar a adolescência como um período de transformações rumo a um preparo que tem como objetivo resultar na identidade da vida adulta. Pelo fato do adolescente não saber “quem ele é” ele absorve todas as influências do ambiente que ele está inserido de modo que essas influências externas conversem com as influências internas a fim de produzir um “eu” aceitável perante a sociedade, sociedade essa que passa por várias transformações geracionais, elaborando continuamente novas tendências como um padrão a ser seguido para somente assim obter aprovação.

3795

Constantes questionamentos complexos permeiam esse processo, o fim das fantasias infantis acerca da visão de mundo e da relação parental causam um impacto significativo, seguido pelo desamparo, decorrente da solidão e falta de compreensão do outro para consigo e da compreensão de sua autopercepção, “quem sou eu?”. O papel sociocultural surge como um parâmetro do que é bem-visto e aceitável para o encontro da identidade, as influências sociais distanciam as influências parentais de modo que esse distanciamento traga uma independência ideal, do ponto de vista do adolescente. O surgimento do deslocamento de interesses vem através de uma análise do que já é conhecido, do interesse que foi realocado e do interesse que já não é mais aceitável na maturação de acordo com a sociedade, ou seja, as mudanças de interesses, comportamentos e vínculos sociais tem o objetivo de se adequar a uma compatibilidade grupal, abandonando de vez a identidade infantil.

As redes sociais surgem como preenchedoras do vazio existencial nesse período, de maneira que, a imitação se torne um forte aliado para o adequamento em grupos, suprindo o

desamparo e cooperando para a sensação de pertencimento. O “eu” desconhecido traz insegurança carregada do inalcançável, que, do ponto de vista do adolescente precisa ser alcançado e vai ser alcançado através do status estabelecido pelas redes sociais, a autossuficiência excessiva que a mesma oferece anula a necessidade da construção de vínculos pessoais e interpessoais, vivências de experiências reais e o autoconhecimento, acarretando em transtornos depressivos e ansiosos.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Deste modo, levando em consideração os aspectos apresentados pode-se observar que a saúde mental do adolescente é posta em risco cotidianamente, e a falta de uma supervisão adequada e regulamentações mais rigorosas dos aplicativos em relação à faixa etária contribuem negativamente para este fator. Recentemente foi sancionada a Legislação nº 15.211, de 17 de setembro de 2025, que estabelece a proteção de crianças e adolescentes em âmbitos digitais, essa sanção contribui significativamente para um processo que ainda necessita de muitas melhorias.

A saúde e bem estar do adolescente é de domínio público, considerando o art.º 4º do Estatuto da Criança e do Adolescente, que alega o dever de todos, sendo eles a família, estado, e sociedade no que diz respeito aos direitos referentes à vida da criança e do adolescente.

3796

Portanto, conclui-se que há a necessidade de estudos que coligam o abuso das redes sociais ao estágio de desenvolvimento da adolescência, de modo que haja uma atenção maior no que diz respeito ao psicoemocional do adolescente. A exposição inadequada das redes sociais contribui para a baixa estima, fator de comparação e a busca incessante pela validação externa, consequentemente conclui-se que os esses impactos negativos não afetam somente as relações interpessoais, mas de modo geral o desenvolvimento emocional, cognitivo e social.

## REFERÊNCIAS

ABERASTURY, Arminda; KNOBEL, Maurício. Adolescência normal: um enfoque psicanalítico. Porto Alegre: Artmed, 1981.

AGUIAR, Magna; ANDRADE, Ana. Vazio existencial e sofrimento psíquico na vida contemporânea: a busca de sentido. 2021. Artigo (Graduação em Psicologia)- Centro Universitário Academia (UniAcademia) na Linha de Psicologia Clínica. Juiz de Fora, 2021. Disponível em: <https://seer.uniacademia.edu.br/index.php/cadernospsicologia/article/view/3160/2160> Acesso em: 7 de mar. 2025.

ALMEIDA, Patrícia; ANDRADE, Ana. Considerações a respeito da influência das redes sociais na evolução do psiquismo do adolescente contemporâneo. 2024. Artigo (Graduação em Psicologia)- Centro Universitário Academia na Linha de Pesquisa Psicologia e Tecnologia, Juiz de Fora, 2024. Disponível em: <https://seer.uniacademia.edu.br/index.php/cadernospsicologia/article/download/4159/3097>. Acesso em: 7 mar. 2025.

BRASIL. Lei nº 15.211, de 17 de setembro de 2025. Dispõe sobre a proteção de crianças e adolescentes em ambientes digitais (Estatuto Digital da Criança e do Adolescente). Diário Oficial da União: Seção 1, edição extra, Brasília, DF, p. 1-4, 17 set. 2025. PL 2.628/2022..

BRASIL. Lei nº 8.069, de 13 de julho de 1990. Dispõe sobre o Estatuto da Criança e do Adolescente e dá outras providências. Diário Oficial da União: Seção 1, Brasília, DF, ano 128, n. 133, p. 13563, 16 jul. 1990. Art. 4º

BRASIL. SENADO FEDERAL. Paim alerta para crise de saúde mental entre jovens. Brasília, DF: Senado Federal, 2024. Disponível em: <https://www12.senado.leg.br/noticias/materias/2024/08/19/paim-alerta-para-crise-de-saude-mental-entre-jovens>. Acesso em: 2 out. 2025

CASTANHO, Gisela; DIAS, Maria. Terapia de família com adolescentes. 1. ed. Vila Mariana: GEN, 2014.

CETIC.BR. TIC Kids Online Brasil 2024: Crianças e adolescentes. C9: crianças e adolescentes que possuem perfil próprio em plataformas digitais. 2024. Disponível em: <https://cetic.br/pt/tics/kidsonline/2024/criancas/C9/>. Acesso em: 1 out. 2025.

3797

DUTRA, Dandara; DIAS, Vanina. Redes sociais virtuais e o vazio existencial de jovens contemporâneos, 2020. Disponível em: [https://www.faculdadecienciasdavida.com.br/sig/www/openged/ensinoBibliotecaVirtual/o0230\\_624c870ac1070\\_045859\\_5f331b61866bd\\_TCC\\_2\\_REVISADO\\_24\\_JUNHO\\_1.pdf](https://www.faculdadecienciasdavida.com.br/sig/www/openged/ensinoBibliotecaVirtual/o0230_624c870ac1070_045859_5f331b61866bd_TCC_2_REVISADO_24_JUNHO_1.pdf) Acesso em: 29 mar. 2025.

FREUD, Sigmund. Obras completas: os três ensaios sobre a teoria da sexualidade. Alemanha: Imago, 1905.

GODOI, Giovana; COLEMONT, Clara. O vazio existencial na era do excesso de informação midiática. Revista Iniciacom, v. 9, n. 3, 2020. Disponível em: <https://revistas.intercom.org.br/index.php/iniciacom/article/view/3684>. Acesso em: 5 maio 2025.

HEERDT, Mauri. Pensando para viver. 5. ed. Florianópolis: Sophos, 2005.

LIRA, Ariana et al. Uso de redes sociais. Influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras, 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/6NrPypcRchnc35RH9GLSYwK/#>. Acesso em: 20 mar. 2025.

MATOS, Kelvym; GODINHO, Mônica. A influência do uso excessivo das redes sociais na saúde mental de adolescentes: uma revisão integrativa. Revista Foco, v. 17, n. 4, p. 1-18, 2024.



Disponível em: <https://ojs.focopublicacoes.com.br/foco/article/view/4716>. Acesso em: 7 mar. 2025.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE. Saúde mental dos adolescentes .Disponível em: <https://www.paho.org/pt/topicos/saude-mental-dos-adolescentes>. Acesso em: 02 out. 2025.

TAVARES, Aline; ALBERTI, Sônia. Adolescência e psicanálise: sobre a importância de acolher o recém-chegado. *Psicanálise e Barroco em Revista*, v. 14, n. 2, p. 13-20, 2016. Disponível em: <https://seer.unirio.br/psicanalise-barroco/article/view/7292> Acesso em: 16 Maio. 2025

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Adolescent mental health (online). Geneva: WHO, 2021. Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>. Acesso em: 2 out. 2025.

ZIMERMAN, David. Fundamentos psicanalíticos: teoria, técnica e clínica. Porto Alegre: Artmed, 1999.