

INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL GENERATIVA E A (DES)REGULAÇÃO EMOCIONAL EM ADOLESCENTES: REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

GENERATIVE ARTIFICIAL INTELLIGENCE AND (DYS)EMOTIONAL REGULATION IN ADOLESCENTS: AN INTEGRATIVE LITERATURE REVIEW

INTELIGENCIA ARTIFICIAL GENERATIVA Y (DES)REGULACIÓN EMOCIONAL EN ADOLESCENTES: UNA REVISIÓN INTEGRATIVA DE LA LITERATURA

Karen Tayane Conceição Lima¹

Lisbeth Angela Mamani Rios²

Paula Oliveira Silva³

Silvia Helena Modenesi Pucci⁴

RESUMO: O presente trabalho aborda os achados sobre o uso de inteligência artificial (IA) generativa e a (des)regulação emocional em adolescentes, a fim de investigar, por meio de uma revisão integrativa da literatura, evidências de impacto relacionadas a esse tema. Para a coleta de dados, foram consultadas bases de dados reconhecidas internacionalmente, como PubMed, SciELO, Cochrane e a Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), que inclui acervos relevantes como LILACS e MEDLINE, considerando artigos publicados entre 2021 e 2026. Para a busca nas bases, foram utilizados descritores localizados no DeCS/MESH, respeitando-se os critérios de inclusão estabelecidos para a seleção dos estudos. Os resultados evidenciaram que o uso de IA generativa está relacionado a fatores contextuais demográficos, culturais, econômicos e sociais nos quais os adolescentes estão inseridos, sendo que, em alguns casos, essa interação pode apresentar efeitos positivos e contribuir para a saúde mental. No entanto, também foram observados aspectos como a confiança atribuída à IA ou às intervenções por ela mediadas, os quais podem representar fatores de preocupação entre adolescentes em relação ao uso dessas tecnologias e seus possíveis impactos futuros. Conclui-se, dessa forma, a importância de profissionais capacitados para a oferta de cuidados em saúde mental, bem como da atenção ao uso da IA generativa nesse contexto, a fim de evitar riscos e possíveis impactos negativos no desenvolvimento emocional dos adolescentes.

Palavras-chave: Inteligência Artificial Generativa. Adolescentes. Regulação Emocional.

¹ Graduada em Psicologia – UNISA.

² Graduada em Psicologia – UNISA.

³ Mestre em Ciências da Saúde pela FCMSC-SP (2016), formação em terapia com enfoque na sexualidade pelo INPASEX e em Terapia do Esquema pela Wainer (2018). Instrutora de Mindfulness pelo IPQ-HCFMUSP em 2020. Psicóloga clínica (UNISA - 2004) com 21 anos de experiência em atendimento com a Terapia cognitivo-comportamental, atuando principalmente em saúde mental, sexualidade, infância, adolescência e adultos. Supervisora Clínica de TCC na Psicologia da Universidade Santo Amaro / UNISA. Docente Convidada do Curso de Pós-Graduação em Terapia Cognitiva Comportamental com Ênfase na Saúde e na Saúde Mental – FCMSC-SP.

⁴ Psicóloga, Doutora em Psicologia da Saúde pela Universidade do Minho (Portugal), revalidado pela Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP), e Mestre em Psiquiatria e Psicologia Médica pela Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP). Especialista em Dependência Química, Promoção e Prevenção em Álcool, Tabaco e Outras Drogas (UNIFESP) e Psico-Oncologia (AC Camargo). Atua nas áreas de Psicologia Clínica, Saúde Mental e Terapia Cognitivo-Comportamental, com experiência em ensino, supervisão clínica e pesquisa. Docente e Supervisora convidada da Faculdade de Ciências Médicas da Santa Casa de São Paulo.

ABSTRACT: This study addresses findings on the use of generative artificial intelligence (AI) and (dys)emotional regulation in adolescents, aiming to investigate, through an integrative literature review, evidence of impacts related to this topic. For data collection, internationally recognized databases were consulted, such as PubMed, SciELO, Cochrane, and the Virtual Health Library (VHL), which includes relevant repositories such as LILACS and MEDLINE, considering articles published between 2021 and 2026. For the database search, descriptors from DeCS/MESH were used, in accordance with the established inclusion criteria for study selection. The results showed that the use of generative AI is associated with demographic, cultural, economic, and social contextual factors in which adolescents are embedded. In some cases, this interaction may have positive effects and contribute to mental health. However, aspects such as trust placed in AI or in AI-mediated interventions were also observed, which may represent concerns among adolescents regarding the use of these technologies and their potential future impacts. It is concluded that there is a need for trained professionals to provide mental health care, as well as careful attention to the use of generative AI in this context, in order to prevent risks and potential negative impacts on adolescents' emotional development.

Keywords: Generative Artificial Intelligence. Adolescents. Emotional Regulation.

RESUMEN: El presente estudio aborda los hallazgos sobre el uso de inteligencia artificial (IA) generativa y la (des)regulación emocional en adolescentes, con el objetivo de investigar, mediante una revisión integradora de la literatura, evidencias de impacto relacionadas con este tema. Para la recolección de datos se consultaron bases de datos reconocidas internacionalmente, como PubMed, SciELO, Cochrane y la Biblioteca Virtual en Salud (BVS), que incluye repositorios relevantes como LILACS y MEDLINE, considerando artículos publicados entre 2021 y 2026. Para la búsqueda en las bases de datos se utilizaron descriptores localizados en DeCS/MESH, respetando los criterios de inclusión establecidos para la selección de los estudios. Los resultados evidenciaron que el uso de la IA generativa está relacionado con factores contextuales demográficos, culturales, económicos y sociales en los que se encuentran los adolescentes, siendo que, en algunos casos, esta interacción puede presentar efectos positivos y contribuir a la salud mental. Sin embargo, también se observaron aspectos como la confianza atribuida a la IA o a las intervenciones mediadas por ella, los cuales pueden representar factores de preocupación entre los adolescentes en relación con el uso de estas tecnologías y sus posibles impactos futuros. Se concluye, por lo tanto, la importancia de profesionales capacitados para la atención en salud mental, así como la atención al uso de la IA generativa en este contexto, con el fin de evitar riesgos y posibles impactos negativos en el desarrollo emocional de los adolescentes.

Palabras clave: Inteligencia Artificial Generativa. Adolescentes. Regulación emocional.

INTRODUÇÃO

A adolescência representa uma fase fundamental do desenvolvimento humano, situada entre a infância e a vida adulta, sendo marcada por intensas transformações cognitivas, fisiológicas, sociais e emocionais. Esse período é geralmente compreendido entre

aproximadamente 10 e 19 anos de idade, conforme definição da Organização Mundial da Saúde, fase em que ocorre o processo da puberdade, caracterizado pelo alcance da maturidade sexual e por diversas alterações físicas e hormonais no organismo (PAPALIA; FELDMAN, 2013; OMS, 2014). Entre as mudanças mais evidentes estão o crescimento acelerado do corpo, o surgimento de pelos púbicos, axilares e faciais, o amadurecimento dos órgãos sexuais, alterações hormonais e mudanças na pele e no odor corporal. Tais transformações podem ocorrer de formas distintas entre meninos e meninas, sendo frequentemente acompanhadas por diferentes respostas emocionais (PAPALIA; FELDMAN, 2013).

Além das mudanças físicas, a adolescência também envolve importantes transformações cognitivas e neurológicas. Pesquisas indicam que, durante esse período, o cérebro ainda se encontra em processo de desenvolvimento, especialmente em áreas relacionadas ao controle das emoções, à tomada de decisões, ao julgamento e à organização do comportamento (PAPALIA; FELDMAN, 2013). Esse processo pode contribuir para maior impulsividade e para a predominância de aspectos emocionais nas decisões dos adolescentes. Nesse sentido, fatores como rede de apoio familiar, contexto socioeconômico, relações com pares, ambiente escolar e condições culturais podem influenciar significativamente o desenvolvimento saudável nessa etapa da vida. Quando esses fatores são desfavoráveis, aumentam os riscos relacionados ao bem-estar físico e mental, podendo surgir comportamentos impulsivos, baixa autoestima, conflitos familiares, uso de substâncias, transtornos emocionais e outras dificuldades que evidenciam a necessidade de proteção e acompanhamento durante essa fase (PAPALIA; FELDMAN, 2013).

Do ponto de vista cognitivo, o desenvolvimento do pensamento abstrato, descrito por Piaget no estágio operatório formal, também influencia a forma como adolescentes interpretam experiências emocionais e interações digitais. Esse estágio geralmente se inicia por volta dos 11 ou 12 anos e caracteriza-se pelo desenvolvimento do pensamento abstrato, da capacidade de raciocínio lógico e do pensamento hipotético-dedutivo. Nesse período, o indivíduo passa a refletir sobre ideias e conceitos que não estão necessariamente presentes na realidade concreta, além de formular hipóteses, analisar diferentes possibilidades e avaliar mentalmente suas consequências antes de chegar a uma conclusão (PIAGET, 1976).

Além das transformações cognitivas e sociais, a adolescência também é um período marcado pelo desenvolvimento das habilidades de regulação emocional. A regulação emocional refere-se ao conjunto de processos por meio dos quais os indivíduos influenciam quais emoções

experimentam, quando as experimentam e de que maneira as expressam ou controlam em diferentes contextos. Durante a adolescência, essas habilidades ainda se encontram em processo de consolidação, uma vez que os sistemas neurais relacionados ao controle emocional e ao autocontrole continuam em desenvolvimento. Como resultado, os adolescentes podem apresentar maior intensidade emocional e maior dificuldade para lidar com sentimentos complexos, especialmente em situações de estresse ou conflito (SAHI; EISENBERGER; SILVERS, 2023). Além disso, essa fase do desenvolvimento é particularmente sensível às influências sociais e ambientais, fatores que podem contribuir tanto para o fortalecimento quanto para dificuldades na regulação das emoções (SILVERS, 2022).

Paralelamente às transformações próprias do desenvolvimento humano, observa-se, nas últimas décadas, um avanço significativo das tecnologias digitais, especialmente da Inteligência Artificial (IA). A IA pode ser compreendida como um conjunto de sistemas tecnológicos capazes de realizar tarefas que tradicionalmente exigiriam inteligência humana, como análise de dados, reconhecimento de padrões, produção de conteúdos e simulação de interações (HUANG et al., 2024).

Atualmente, essas tecnologias estão amplamente presentes no cotidiano, principalmente por meio de aplicativos, redes sociais e plataformas digitais acessadas por dispositivos móveis. De acordo com o Centro Regional de Estudos para o Desenvolvimento da Sociedade da Informação (CETIC), quase dois terços dos usuários de Internet brasileiros, com idades entre nove e dezessete anos, já incorporaram ferramentas de inteligência artificial generativa em suas rotinas, seja para auxiliar nos estudos, criar conteúdo ou, até mesmo, para conversar sobre suas emoções. Essa pesquisa, realizada em sua 12ª edição no ano de 2025, investigou o uso de IA generativa e constatou que aproximadamente 60% das crianças e dos adolescentes nessa faixa etária recorrem à tecnologia para realizar pesquisas escolares ou estudar. Outros usos incluem a procura por informações (42%), a criação de conteúdo como textos e imagens (21%) e (10%) conversas sobre problemas pessoais ou emoções (COMITÊ GESTOR DA INTERNET NO BRASIL, 2025).

Entre os diferentes tipos de IA, destaca-se a chamada Inteligência Artificial Generativa (IAG), que possui a capacidade de criar textos, imagens, vozes e diversos conteúdos digitais, além de simular interações semelhantes às humanas. Esses sistemas oferecem entretenimento, oportunidades de aprendizado e recomendação de conteúdos com base em algoritmos que

analisam o comportamento do usuário. Dessa forma, tornam-se cada vez mais acessíveis e presentes na rotina das pessoas, especialmente entre jovens e adolescentes, que frequentemente convivem com essas tecnologias como parte natural do ambiente em que vivem (AMERICAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION, 2023).

Nem todos os sistemas conversacionais utilizados em saúde mental são exemplos de inteligência artificial generativa. Enquanto alguns chatbots operam por meio de respostas pré-programadas e fluxos estruturados de interação, os sistemas de IA generativa utilizam modelos capazes de produzir respostas originais e adaptadas ao contexto da conversa. Entretanto, na prática, observa-se uma crescente integração entre essas tecnologias, especialmente em aplicações voltadas ao suporte emocional e à saúde mental.

Entretanto, à medida que essas tecnologias avançam e se tornam mais sofisticadas, também surgem preocupações relacionadas aos seus possíveis impactos no desenvolvimento dos adolescentes. A capacidade da IA generativa de simular conversas, comportamentos e até relações semelhantes às humanas pode aumentar a sensação de proximidade e identificação com a tecnologia (HUANG et al., 2024).

Em alguns casos, isso pode dificultar a distinção entre o que é real e o que é artificial, especialmente entre adolescentes que ainda se encontram em processo de desenvolvimento emocional, psicológico e social (HUANG et al., 2024).

Estudos apontam que o uso intensivo de tecnologias digitais, incluindo ferramentas de Inteligência Artificial Generativa (IAG), pode influenciar o desenvolvimento cognitivo, social e emocional de jovens, uma vez que essas tecnologias oferecem constantemente novas formas de interação e experiências no ambiente virtual. Além disso, pesquisas realizadas pela American Psychological Association, publicadas em 2023 e atualizadas em 2024, indicam que o uso excessivo dessas ferramentas pode estar associado ao desenvolvimento de comportamentos problemáticos relacionados ao uso digital, sobretudo em indivíduos que apresentam dificuldades emocionais ou vulnerabilidades pré-existentes (AMERICAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION, 2025).

Apesar do crescimento do uso de IA generativa entre adolescentes, ainda são limitadas as pesquisas que investigam especificamente seus impactos sobre os processos de regulação emocional nessa população. Embora essas tecnologias tragam inúmeros benefícios e oportunidades, também apresentam desafios que exigem atenção de pesquisadores, educadores,

famílias e formuladores de políticas públicas. Nesse sentido, incentivar o pensamento crítico, promover o uso consciente das tecnologias digitais e ampliar o debate sobre seus efeitos no desenvolvimento humano constituem estratégias importantes para garantir o bem-estar e o desenvolvimento saudável dos adolescentes em uma sociedade cada vez mais mediada por tecnologias digitais. Assim, o presente estudo tem como objetivo analisar as evidências científicas acerca dos impactos da Inteligência Artificial Generativa na (des)regulação emocional de adolescentes.

MÉTODOS

A presente pesquisa baseou-se em uma revisão integrativa da literatura. Esta metodologia é um método de pesquisa que possibilita reunir, analisar e sintetizar resultados de estudos sobre um determinado tema, permitindo uma compreensão ampla do conhecimento científico produzido na área. Esse tipo de revisão se destaca por possibilitar a inclusão de pesquisas com diferentes delineamentos metodológicos, tanto de abordagem quantitativa quanto qualitativa, favorecendo uma análise abrangente do fenômeno investigado (SOUZA; SILVA; CARVALHO, 2010; GIL, 2019).

A formulação da pergunta norteadora foi baseada na estratégia PICO (Population, Interest, Context), considerada adequada para revisões integrativas e estudos qualitativos, por possibilitar maior flexibilidade na investigação de fenômenos e experiências em saúde (METHLEY et al., 2014). Neste sentido, para o presente estudo, definiu-se: P = adolescentes de 10 a 19 anos, conforme definição da Organização Mundial da Saúde (2014); I = uso de inteligência artificial generativa; Co = contexto da regulação emocional na adolescência. A partir dessa estrutura, formulou-se a seguinte pergunta norteadora: “O uso de inteligência artificial generativa pode influenciar os processos de regulação emocional em adolescentes?”

Para busca dos estudos, utilizou-se as bases de dados: PubMed, pois trata-se de um recurso gratuito e confiável, desenvolvido pela Biblioteca Nacional de Medicina dos Estados Unidos (NLM), que auxilia globalmente na busca de trabalhos nas áreas da saúde, e conta com mais de 40 milhões de citações e resumos de literatura científica; a Biblioteca Virtual em Saúde (BVS Saúde), importante ferramenta para trabalhos acadêmicos visto que democratiza o acesso ao conhecimento e fortalece a produção e disseminação de informações em saúde, coordenada pela Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS) em parceria com a Organização Mundial

de Saúde (OMS), reúne dados científicos confiáveis e gratuitos, além de possuir em seu acervo outras bases relevantes e organizadas como a LILACS e MEDLINE; a SciELO, uma biblioteca eletrônica que disponibiliza parte significativa da produção científica de pesquisadores e professores vinculados a importantes universidades nacionais e internacionais, permitindo o acesso a artigos em diversos idiomas, e podendo ser utilizado não apenas por especialistas, mas também por estudantes e curiosos interessados em ciência; e Cochrane, uma rede global formada por pesquisadores, profissionais, pacientes e cuidadores da saúde que produzem e promovem informações de saúde, integrando uma base de dados que reúne revisões sistemáticas elaboradas com metodologia rigorosa e foco em evidências de alta qualidade, que sintetiza resultados de diversos estudos primários e oferece uma visão mais abrangente sobre o tema de estudo.

Os descritores foram localizados a partir do DeCS/MESH – Descritores em Ciências da Saúde. O DeCS é um vocabulário estruturado e multilíngue criado pela BIREME em 1986, baseado no MESH, organizado hierarquicamente e atualizado anualmente, com a finalidade de padronizar a terminologia utilizada na indexação e recuperação de informações em saúde nas bases de dados, permite a busca eficiente e consistente de conteúdos científicos em diferentes idiomas, além de incorporar categorias específicas que ampliam sua abrangência, contribuindo para a disseminação do conhecimento e o avanço das pesquisas na área da saúde. Para a presente pesquisa, os descritores localizados com os respectivos operadores booleanos, foram: ("Inteligência Artificial Generativa" AND (Adolescente OR Adolescentes) AND "Regulação Emocional"), em inglês os descritores com respectivos operadores booleanos, foram: ("Generative Artificial Intelligence" AND Adolescent AND "Emotional Regulation").

Foi realizada uma ampliação da estratégia de busca retirando o descritor “Emotional Regulation” mantendo o foco da pesquisa a responder à questão norteadora, considerando a anterior baixa recuperação de estudos.

Como critérios de inclusão dos artigos de resultados, foram considerados artigos escritos em língua portuguesa (brasileira) e inglesa, de 2021 a 2026, com artigos publicados na integralidade, disponíveis gratuitamente para acesso, e que respondessem ao objetivo da presente pesquisa.

Como critérios de exclusão, foram considerados estudos duplicados e aqueles que não contemplavam os critérios de inclusão estabelecidos.

O presente trabalho seguiu as diretrizes da Associação Brasileira de Normas Técnicas, especialmente a ABNT NBR 6023:2025, referente à elaboração de referências, e a NBR 10520:2023, referente às citações em documentos acadêmicos.

Para revisão linguística e adequação gramatical do manuscrito, foi utilizada ferramenta de apoio baseada em inteligência artificial, sem interferência na análise, interpretação dos dados ou elaboração científica do conteúdo. (OPENAI, 2026).

Procedimento Metodológico

A busca de resultados da presente pesquisa foi realizada em três etapas. Primeira etapa corresponde a busca de resultados através dos descritores previamente citados em cada base de dados com os respectivos operadores booleanos. A segunda etapa corresponde a leitura dos títulos dos trabalhos, e a terceira etapa, corresponde a leitura dos resumos/resultados dos artigos identificados.

Na primeira etapa foi realizada a busca de resultados na base de dados PubMed através dos descritores em inglês: Generative Artificial Intelligence AND Adolescent AND Emotional Regulation, e foi identificado 1 artigo. Depois reduziu-se os descritores afim de encontrar mais trabalhos e utilizando para a pesquisa os termos: Generative Artificial Intelligence AND Adolescent, encontrou-se 140 artigos. A segunda etapa da presente pesquisa, foram as seleções dos títulos dos artigos de resultados previamente identificados na etapa um.

Na base de dados da PubMed, foram selecionados 21 artigos em inglês. Na terceira etapa, foram verificados os resumos/resultados dos artigos selecionados na etapa anterior, e restaram 4 artigos em inglês. Essas etapas ocorreram no dia 28/03/2026.

Na base de dados BVS Saúde para a primeira etapa, realizou-se a busca através dos descritores em inglês: Generative Artificial Intelligence AND Adolescent AND Emotional Regulation, e foram encontrados 3 artigos. Para a segunda etapa destes descritores selecionou-se os 3 artigos a partir da leitura dos títulos, e logo após, com a verificação dos resumos/resultados não foi possível selecionar nenhum destes devido incompatibilidade com os critérios de inclusão. Em seguida, selecionou-se o conjunto dos descritores em português: Inteligência Artificial Generativa AND Adolescente AND Regulação Emocional, e não houve resultados. Na sequência foi realizada a redução dos descritores em português, utilizando para a pesquisa a combinação: Inteligência Artificial Generativa AND Adolescente, que identificou

em 77 artigos. Na segunda etapa da presente pesquisa, realizou-se as seleções dos títulos dos artigos de resultados previamente identificados na etapa um e foram selecionados 16 artigos. Seguindo para a terceira etapa, foram verificados os resumos/resultados dos trabalhos escolhidos anteriormente e restaram 3 artigos. As etapas da pesquisa nesta base foram realizadas no dia 29/03/2026.

Na base de dados SciELO selecionou-se os descritores em português: Inteligência Artificial Generativa AND Adolescente AND Regulação Emocional, e não se encontrou resultado. Em seguida realizou-se a pesquisa com redução dos descritores: Inteligência Artificial Generativa AND Adolescente, e também não houve resultados. Logo após filtrou-se os descritores: Adolescente AND Regulação Emocional, e não foram identificados trabalhos, não sendo possível prosseguir para as etapas seguintes com esta base. Essa busca realizou-se no dia 29/03/2026

Na base de dados Cochrane, além do uso dos descritores também foi necessário a utilização de filtros existentes no site de pesquisa, então para todas as pesquisas nesta base o filtro utilizado foi: “Todo o Texto”, pois é mais abrangente e reúne o maior número de resultados. Para a primeira etapa na Cochrane, realizada no dia 29/04/2026, selecionou-se os descritores em inglês: Generative Artificial Intelligence AND Adolescent AND Emotional Regulation, e foram encontrados 2 resultados, mas devido a incompatibilidade nos títulos não foi possível prosseguir com eles. Em seguida reduziu-se os descritores, utilizando: Generative Artificial Intelligence AND Adolescent, resultando em 37 revisões, 4 protocolos e 34 estudos. Na segunda etapa as 37 revisões e 4 protocolos foram descartados por incompatibilidade a partir da leitura dos títulos e dos 34 estudos foi possível selecionar 7 artigos. Já na terceira etapa os artigos selecionados anteriormente, foram descartados pois não se enquadraram nos critérios de inclusão previamente definidos para a presente pesquisa.

Observou-se, durante a etapa de seleção dos estudos, uma quantidade reduzida de publicações que abordavam especificamente a Inteligência Artificial Generativa associada à regulação emocional de adolescentes. Entretanto, os resultados recuperados pelas bases de dados incluíram estudos relacionados a sistemas conversacionais e chatbots baseados em inteligência artificial aplicados à saúde mental. Considerando a proximidade temática desses recursos com o objeto investigado e sua relevância para a compreensão dos processos de apoio emocional mediados por IA, tais estudos foram incluídos na análise, desde que atendessem aos critérios de

inclusão previamente estabelecidos e contribuíssem para responder à questão norteadora da pesquisa.

Após o término das etapas em todas as bases de dados pesquisadas, restaram ao todo 7 artigos que atenderam aos critérios de inclusão.

Os dados dos estudos selecionados foram organizados em quadro sinóptico contendo autor, ano, objetivo, método, tipo de inteligência artificial generativa, principais resultados e aspectos relacionados à regulação emocional, permitindo a análise comparativa e a síntese das evidências encontradas.

RESULTADOS e DISCUSSÃO

Os estudos selecionados foram organizados e sintetizados no Quadro 1.0, com o objetivo de facilitar a visualização das principais características metodológicas e dos achados relacionados ao impacto da inteligência artificial generativa na regulação emocional de adolescentes.

Quadro 1 - Síntese dos estudos sobre o impacto da Inteligência Artificial Generativa na (des)regulação emocional de adolescentes.

Autor / Ano / País	Objetivo do estudo	Método - Amostra	Tipo de IA generativa	Principais resultados	Observações na regulação emocional
Li, S., Liu, L., Wang, Y., Deng, X., 2025 / China	Examinar adoção de chatbots para educação em saúde mental de estudantes do ensino médio	Qualitativo - 317 adolescentes	Chatbots de IA	Uso de IA depende da utilidade percebida, facilidade do uso e apoio social	Favorece expressão emocional quando há confiança na IA, mas medo da falta de privacidade a prejudica
Li, J., Li, Y., Hu, Y., Ma, D., Chan, E. A., Yorke, J., 2025/China	Avaliar sistematicamente a eficácia das intervenções de chatbots	Quantitativo - Banco de dados	Chatbots convencionais	Redução significativa no sofrimento psicológico	Não houve efeito significativo no bem-estar

Chen, T. H., Chu, G., Pan, R. H., & Ma, W. F., 2025/China	Avaliar eficácia de chatbot no alívio dos sintomas de depressão e ansiedade	Meta-análise – Banco de dados	Chatbots de conversação e monitoramento do humor	Mostraram eficácia no tratamento da depressão e não eficaz para ansiedade	Necessário explorações para otimizar eficácia no manejo da ansiedade
Vanhoffelen, G., Vandenbosch, L., Schreurs, L., 2025/ Bélgica	Investigar se probabilidade do uso de IA relaciona-se a fatores sociodemográficos	Qualitativo – 303 adolescentes	My AI (snapchat)	Adolescentes mais jovens tem maior probabilidade de usar o My AI	Adolescentes mais jovens experimentam mais emoções positivas que os mais velhos no uso de IA
Dallison, S., 2025/ Reino Unido	Explorar experiências e perspectiva do uso de IA	Qualitativo – 15-19 anos	Kuamsha, Chatgpt	Falta de experiência com o uso das ferramentas de IA	Processo avaliativo descrito como agradável, envolvente, aumento de humor e alívio emocional
Clark, A., 2025/ EUA	Determinar a propensão de chatbots de IA em adolescentes fictícios seja apoio ou prejudicial	Qualitativa – 10 chatbots de suporte	Chatbots de conversação	Chatbots apoiaram ideias prejudiciais em 32% dos casos	Predomínio de comportamento adaptativo com maior abertura para ajuda
Charles, M., Sauer, JD., Roehrer, E., Princhard, J., Watters, P., Scanlam, J., 2025/ Austrália	Avaliar se o chatbot pode ser útil para atender as necessidades de adolescentes em risco de sofrer danos online	Quantitativa – 16,8 anos	Chatbots	A maioria dos participantes mostrou disposição para clicar no link de suporte	Prevaleceu regulação emocional positiva com o uso da ferramenta

Fonte: Lima, KTC; Rios, LAM, Silva PO, Pucci SHM (2026).

No estudo de Li, S. et al. (2025), foram investigados os fatores que influenciam a adoção de chatbots de inteligência artificial voltados à educação em saúde mental entre estudantes de áreas rurais da China, utilizando a teoria comportamental UTAUT₂ como base para a construção do modelo teórico da pesquisa. Os resultados demonstraram que a crença na eficácia dos chatbots para a promoção da saúde mental constitui um dos principais fatores associados à

intenção de uso, assim como a facilidade de utilização dessas tecnologias. Em contrapartida, limitações de acesso aos recursos tecnológicos, dificuldades de interação e inadequações no design dos sistemas foram identificadas como barreiras capazes de reduzir o engajamento dos usuários e dificultar o suporte oferecido pelos professores. Esses achados indicam que fatores relacionados à confiança, à percepção de utilidade e à acessibilidade tecnológica desempenham papel fundamental na aceitação de ferramentas de inteligência artificial voltadas à saúde mental. Esse resultado pode ser interpretado à luz do modelo cognitivo proposto por Beck (2022), segundo o qual crenças e interpretações influenciam comportamentos e decisões dos indivíduos. Em relação ao objetivo deste estudo, os resultados sugerem que aspectos como segurança, confiança e apoio social podem influenciar a disposição dos adolescentes em utilizar ferramentas baseadas em inteligência artificial para o manejo emocional. Assim, a adoção dos chatbots não depende apenas de sua disponibilidade tecnológica, mas também da forma como os usuários percebem sua capacidade de auxiliar na compreensão e regulação das emoções.

No artigo de Li J. et al. (2025), foi avaliada a eficácia, viabilidade e aceitabilidade das intervenções em saúde mental mediadas por chatbots para jovens. A partir da análise de estudos publicados entre janeiro de 2014 e setembro de 2024, os autores identificaram que as intervenções realizadas por meio dessas tecnologias promoveram redução significativa do sofrimento psicológico. Entretanto, não foram observados efeitos significativos sobre o bem-estar dos participantes. Além disso, os resultados indicaram que os chatbots foram considerados ferramentas viáveis e bem aceitas pelos usuários, embora seu papel tenha se mostrado mais adequado como complemento aos serviços de saúde mental já existentes do que como substitutos do atendimento profissional. Esses resultados evidenciam que os recursos baseados em inteligência artificial podem contribuir para a redução de sintomas psicológicos, mas ainda apresentam limitações na promoção de mudanças mais amplas relacionadas ao bem-estar emocional. Tal constatação reforça a importância de um dos principais pilares da Terapia Cognitivo-Comportamental, a relação terapêutica. Segundo Beck (2022), a construção de uma relação baseada em empatia, acolhimento, colaboração e confiança constitui elemento essencial para o desenvolvimento e manutenção do processo terapêutico. No contexto deste trabalho, os achados sugerem que os chatbots podem representar ferramentas úteis para auxiliar estratégias de regulação emocional, especialmente por ampliarem o acesso ao suporte psicológico. Contudo, suas limitações na oferta de um atendimento integralmente humanizado indicam que essas

tecnologias ainda não substituem aspectos relacionais importantes envolvidos no desenvolvimento emocional e no acompanhamento terapêutico de adolescentes e jovens adultos.

O estudo de Chen, et al. (2025), avaliou a eficácia de intervenções mediadas por chatbots no tratamento de sintomas de depressão e ansiedade. Os resultados demonstraram eficácia significativa na redução dos sintomas depressivos, especialmente quando os chatbots incorporavam técnicas da Terapia Cognitivo-Comportamental, recursos de monitoramento do humor e conversação terapêutica. Por outro lado, não foram encontrados resultados igualmente eficazes para o manejo dos sintomas ansiosos, indicando a necessidade de aperfeiçoamentos nessas intervenções. Esses achados corroboram os pressupostos da TCC, segundo os quais a identificação de pensamentos disfuncionais, o monitoramento emocional e a modificação de padrões cognitivos constituem componentes centrais do tratamento da depressão (Beck, 2022). Nesse sentido, os chatbots demonstraram potencial para favorecer processos de psicoeducação, auto monitoramento e acompanhamento emocional. Em contrapartida, a ausência de resultados significativos no tratamento da ansiedade sugere que determinadas demandas clínicas podem exigir intervenções mais complexas e individualizadas. Quanto à relação com o objetivo deste estudo, os resultados indicam que ferramentas baseadas em inteligência artificial podem contribuir para a regulação emocional ao auxiliarem o reconhecimento, monitoramento e manejo de estados emocionais associados à depressão. Entretanto, as limitações observadas no tratamento da ansiedade evidenciam que a eficácia dessas tecnologias varia de acordo com a complexidade das demandas emocionais envolvidas, reforçando a necessidade de desenvolvimento contínuo de recursos capazes de oferecer intervenções mais abrangentes e adaptadas às necessidades dos usuários.

O estudo de Vanhoofelen, Vandenbosch e Schreurs (2025), teve como objetivo compreender como ocorre a interação dos adolescentes com chatbots, especificamente com a plataforma My AI, investigando seu potencial para auxiliar na regulação emocional. Além disso, foram analisadas possíveis diferenças relacionadas ao gênero, idade e condição socioeconômica dos participantes. Os resultados demonstraram que o uso da inteligência artificial entre adolescentes é frequente, porém os impactos emocionais variam de acordo com as características individuais de cada usuário. O estudo também menciona pesquisas realizadas na Dinamarca, nas quais alguns adolescentes relataram sentimentos de solidão durante a

interação com a plataforma, indicando que nem todas as experiências com inteligência artificial produzem efeitos positivos sobre o suporte emocional. Em relação às variáveis investigadas, gênero e condição socioeconômica apresentaram pouca influência nos resultados. Entretanto, a idade destacou-se como um fator relevante, uma vez que adolescentes mais jovens relataram emoções mais positivas e maior envolvimento com a ferramenta, enquanto adolescentes mais velhos apresentaram menor interação emocional. Esses achados sugerem que a experiência emocional proporcionada pelos chatbots não é homogênea, sendo influenciada pelo estágio de desenvolvimento dos usuários. Tal resultado pode estar relacionado ao desenvolvimento cognitivo e à ampliação da capacidade crítica durante a adolescência. Conforme discutido por Friedberg e McClure (2019), os adolescentes desenvolvem formas mais complexas de pensamento, reflexão e processamento emocional ao longo do desenvolvimento, o que pode influenciar a forma como interpretam e se relacionam com ferramentas digitais. No contexto deste trabalho, os resultados evidenciam que a eficácia dos chatbots como recurso de apoio emocional depende das características individuais dos adolescentes, especialmente da faixa etária. Dessa forma, embora a inteligência artificial apresente potencial para auxiliar na regulação emocional, sua utilização deve considerar as particularidades do desenvolvimento cognitivo e emocional dos usuários, favorecendo experiências mais adequadas às necessidades de cada grupo etário.

O estudo de Dallison, et al. (2025) buscou compreender as experiências de adolescentes no uso da Inteligência Artificial Generativa (GenAI) para criação de histórias, músicas e imagens por meio do aplicativo Kuamsha, desenvolvido para promover saúde mental em jovens em situação de vulnerabilidade social na África do Sul. A pesquisa contou com a participação de 23 adolescentes entre 15 e 19 anos. Os resultados demonstraram que a maioria dos participantes não possuía experiência prévia com ferramentas de inteligência artificial generativa, mas descreveu a experiência como positiva, criativa e envolvente. Além disso, muitos adolescentes personalizaram os conteúdos produzidos pela IA para refletir suas identidades, experiências pessoais e contexto cultural. Apesar dos benefícios observados, alguns participantes identificaram que as histórias originais do aplicativo apresentavam objetivos terapêuticos mais claros do que os conteúdos gerados pela inteligência artificial. Também foram relatadas dificuldades na elaboração de comandos para a ferramenta, além de preocupações relacionadas a vieses culturais e questões éticas. Esses resultados indicam que a inteligência

artificial generativa pode favorecer o engajamento dos adolescentes em intervenções digitais por meio da criatividade, da personalização e da participação ativa no processo. Tal aspecto encontra respaldo nas contribuições de Friedberg e McClure (2019), que destacam a importância de estratégias lúdicas e interativas para aumentar a participação dos adolescentes em intervenções terapêuticas. Além disso, a personalização dos conteúdos reforça a relevância de abordagens centradas no usuário, favorecendo a identificação emocional e cognitiva com as atividades propostas. Por outro lado, as dificuldades observadas e a necessidade de suporte humano demonstram que a tecnologia, isoladamente, ainda apresenta limitações para garantir objetivos terapêuticos consistentes. Em relação ao objetivo deste estudo, os achados sugerem que a inteligência artificial generativa possui potencial para contribuir com processos de regulação emocional ao estimular expressão, criatividade e reflexão sobre experiências pessoais. Contudo, os resultados também indicam a necessidade de supervisão humana e de cuidados éticos para garantir que essas ferramentas mantenham propósito terapêutico e atendam adequadamente às necessidades emocionais dos adolescentes.

O estudo de Clark, A. (2025) teve como objetivo avaliar a confiabilidade de chatbots terapêuticos e sistemas de Inteligência Artificial Generativa utilizados por adolescentes com demandas relacionadas à saúde mental. O autor destaca que essas ferramentas vêm sendo cada vez mais utilizadas sem supervisão de adultos, principalmente em razão da facilidade de acesso, da disponibilidade contínua e do menor custo quando comparadas ao atendimento realizado por profissionais de saúde mental. Para a realização da pesquisa, foram avaliados dez chatbots terapêuticos e sistemas de IA generativa por meio da apresentação de três casos clínicos fictícios envolvendo adolescentes com dificuldades emocionais. Os resultados demonstraram que quatro dos sistemas analisados validaram ou reforçaram pensamentos potencialmente prejudiciais, evidenciando riscos importantes relacionados ao uso dessas tecnologias. Esses achados sugerem que nem todas as ferramentas de inteligência artificial estão preparadas para lidar adequadamente com demandas complexas de saúde mental. Segundo Friedberg e McClure (2019), intervenções voltadas aos adolescentes devem considerar fatores ambientais, sociais e tecnológicos que influenciam pensamentos, emoções e comportamentos. Nesse sentido, a ausência de avaliação crítica e supervisão adequada pode favorecer o reforço de pensamentos disfuncionais e comprometer aspectos importantes do desenvolvimento emocional dos jovens. No contexto deste trabalho, os resultados reforçam que a inteligência artificial apresenta

potencial para ampliar o acesso ao suporte emocional, mas também evidencia limitações e riscos quando utilizada sem monitoramento adequado. Assim, embora os chatbots possam contribuir para processos relacionados à regulação emocional, sua utilização requer supervisão, critérios éticos e mecanismos de segurança capazes de minimizar possíveis impactos negativos sobre a saúde mental dos adolescentes.

O estudo de Charles et al. (2025) teve como objetivo investigar aspectos relacionados à confiança em chatbots conversacionais e em chatbots guiados por menu, bem como compreender de que forma essas ferramentas poderiam auxiliar adolescentes em situações de vulnerabilidade online. Considerando que os adolescentes utilizam frequentemente plataformas digitais de comunicação por perceberem maior facilidade de interação e conforto emocional, os autores analisaram a confiança dos participantes na utilização de chatbots para obtenção de suporte diante de dificuldades online, como situações de cyberbullying. A pesquisa contou com 224 participantes, dos quais 39% relataram que buscariam ajuda fora do núcleo familiar em situações de sofrimento emocional, enquanto 42% afirmaram que provavelmente não procurariam apoio externo. Durante o estudo, os participantes interagiram com um chatbot conversacional e com um chatbot baseado em menu contendo palavras e opções relacionadas a dificuldades emocionais e experiências negativas no ambiente virtual. Os resultados demonstraram que 63% dos participantes acessaram o link de ajuda disponibilizado pelo chatbot com menu, sendo as adolescentes do sexo feminino as que mais utilizaram esse recurso. Além disso, após a interação, os participantes relataram sentir-se mais positivos em relação às escolhas realizadas e ao suporte recebido. Esses resultados sugerem que a confiança representa um elemento fundamental para a efetividade das intervenções mediadas por inteligência artificial. A percepção de utilidade, acolhimento e segurança parece favorecer a adesão dos adolescentes às ferramentas digitais de apoio emocional. Tal aspecto encontra respaldo nos pressupostos da Terapia Cognitivo-Comportamental, uma vez que Friedberg e McClure (2019) destacam que intervenções com crianças e adolescentes devem ocorrer em um ambiente colaborativo, acolhedor e baseado na confiança. Da mesma forma, a identificação de pensamentos, emoções e comportamentos disfuncionais constitui um componente essencial para promover respostas mais adaptativas diante das dificuldades emocionais (FRIEDBERG; MCCLURE, 2019). No contexto deste trabalho, os achados indicam que os chatbots podem representar uma alternativa relevante de apoio emocional para adolescentes que apresentam dificuldades em buscar ajuda

junto à família ou a outros adultos. A combinação entre chatbot conversacional e chatbot estruturado por menus demonstrou potencial para ampliar a sensação de suporte, acolhimento e positividade diante de situações de sofrimento psicológico. Dessa forma, os resultados sugerem que ferramentas baseadas em inteligência artificial podem contribuir para processos de regulação emocional ao facilitar o acesso ao apoio, favorecer a expressão de dificuldades emocionais e estimular estratégias mais adaptativas de enfrentamento, desde que sejam capazes de estabelecer relações de confiança com seus usuários.

O que é possível perceber pelos estudos identificados como resultados na presente pesquisa, é que as ferramentas advindas da IA parecem auxiliar, de alguma forma, na regulação emocional, seja pela facilitação da expressão emocional, ampliação ao acesso ao “suporte psicológico” e monitoramento emocional, e expressão emocional. Ao mesmo tempo, foi possível verificar que há limitações quanto a confiabilidade nas respostas, necessidade de supervisão humana e os vieses per se em relação as variações algorítmicas que não permitem a reprodução do atendimento psicológico tradicional. Por fim, a variação das características do usuário implica diretamente na experiência com a IA.

Durante o desenvolvimento da pesquisa, identificaram-se algumas limitações relevantes que impactaram a produção do trabalho, relacionadas ao idioma utilizado, visto não serem encontrados artigos e pesquisas científicas na língua portuguesa brasileira e a escassez de publicações sobre o tema da presente pesquisa. A quantidade reduzida de estudos dificultou o aprofundamento teórico e a ampliação das análises, limitando a comparação entre diferentes pesquisas e resultados. Dessa forma, evidencia-se a necessidade de mais produções científicas e pesquisas de campo sobre o assunto, visando ampliar o conhecimento e contribuir para futuras investigações. Outra limitação trata sobre a predominância de estudos internacionais, o que pode dificultar a generalização dos resultados para a realidade brasileira. Além disso, a heterogeneidade dos métodos utilizados nas pesquisas selecionadas não possibilitou comparações mais precisas entre os resultados encontrados. Outra limitação refere-se à escassez de estudos que abordam especificamente a Inteligência Artificial Generativa e a regulação emocional em adolescentes, o que resultou na inclusão de pesquisas sobre sistemas conversacionais e chatbots baseados em inteligência artificial aplicados à saúde mental, podendo restringir a especificidade das conclusões em relação à IA generativa.

CONCLUSÃO

O presente estudo teve como objetivo analisar as evidências científicas acerca dos impactos da Inteligência Artificial Generativa nos processos de regulação e desregulação emocional de adolescentes. Os resultados encontrados demonstraram que a interação dos adolescentes com ferramentas de inteligência artificial é influenciada por fatores demográficos, culturais, econômicos e sociais. Os estudos analisados evidenciaram que essas tecnologias podem favorecer o acesso ao suporte emocional, estimular a expressão de sentimentos, ampliar estratégias de enfrentamento e contribuir para a promoção da saúde mental, especialmente em contextos marcados pela escassez de recursos e dificuldades de acesso aos serviços psicológicos.

Por outro lado, os achados também demonstraram que os efeitos da inteligência artificial não são uniformes entre os adolescentes. Enquanto alguns participantes relataram experiências positivas e maior confiança nas ferramentas digitais, outros manifestaram preocupações relacionadas à confiabilidade das informações fornecidas, à qualidade do suporte oferecido e aos possíveis impactos decorrentes do uso excessivo dessas tecnologias. Além disso, os resultados sugerem que a inteligência artificial pode atuar como recurso complementar às intervenções em saúde mental, mas ainda apresenta limitações para substituir o acompanhamento realizado por profissionais qualificados, especialmente em demandas emocionais mais complexas.

18

Dessa forma, conclui-se que os estudos analisados sugerem que ferramentas baseadas em Inteligência Artificial Generativa e sistemas conversacionais podem favorecer aspectos relacionados ao apoio emocional, à expressão de sentimentos e ao monitoramento emocional, apresentando potencial para contribuir indiretamente para processos de regulação emocional em adolescentes.

Por fim, verifica-se o crescente acesso as utilizações de ferramentas relacionadas a IA pelos adolescentes, sendo essencial que educadores, pesquisadores, profissionais de saúde, familiares, profissionais que lidam com a política pública estejam em constante acompanhamento desse processo tecnológico, para que possam ser explorados da melhor forma os benefícios, e minimizados ou melhores controlados os possíveis impactos nessa população.

REFERÊNCIAS

1. AMERICAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION (APA). Artificial intelligence and adolescent wellbeing: an APA health advisory. Washington, DC: APA, 2025. Disponível

em: <https://www.apa.org/topics/artificial-intelligence-machine-learning/health-advisory-ai-adolescent-well-being>. Acesso em: 08 mar. 2026.

2. AMERICAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION (APA). Health advisory on social media use in adolescence. Washington, DC: APA, 2023. Disponível em: <https://www.apa.org/topics/social-media-internet/health-advisory-adolescent-social-media-use>. Acesso em: 07 mar. 2026.

3. BECK, Judith S. Terapia cognitivo-comportamental: teoria e prática. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2022.

4. CHARLES, Meriel; SAUER, James D.; ROEHRER, Erin; PRICHARD, Jeremy; WATTERS, Paul; SCANLAN, Joel. Adolescent perceptions of an online safety chatbot: survey study. *JMIR Human Factors*, v. 13, e71498, 2026. DOI: 10.2196/71498.

5. CHEN, Tzu Han; CHU, Ginger; PAN, Ren-Hao; MA, Wei-Fen. Effectiveness of mental health chatbots in depression and anxiety for adolescents and young adults: a meta-analysis of randomized controlled trials. *Expert Review of Medical Devices*, v. 22, n. 3, p. 233-241, 2025. DOI: 10.1080/17434440.

6. CLARK, Andrew. The ability of AI therapy bots to set limits with distressed adolescents: simulation-based comparison study. *JMIR Mental Health*, v. 12, e78414, 2025. DOI: 10.2196/78414.

7. COMITÊ GESTOR DA INTERNET NO BRASIL. TIC Kids Online Brasil: 65% das crianças e dos adolescentes usam IA generativa para estudar, criar conteúdo e lidar com emoções. São Paulo, 2025. Disponível em: <https://cetic.br/pt/noticia/tic-kids-online-brasil-65-das-criancas-e-dos-adolescentes-usam-ia-generativa-para-estudar-criar-conteudo-e-lidar-com-emocoes/>. Acesso em: 07 mar. 2026.

8. DALLISON, Sophie; MOFFETT, Bianca; MAKHUBELA, Princess; NKUNA, Tamera; POZUELO, Julia R.; HEERDEN, Alastair Van; O'MAHEN, Heather. Using generative AI to co-design digital mental health interventions with adolescents in rural South Africa: qualitative thematic analysis of participatory workshops. *Journal of Medical Internet Research*, v. 27, e73535, 2025. DOI: 10.2196/73535.

9. FRIEDBERG, Robert D.; MCCLURE, Jessica M. A prática clínica da terapia cognitiva com crianças e adolescentes. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2019.

10. GIL, Antonio Carlos. Métodos e técnicas de pesquisa social. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2019.

11. HUANG, S.; LAI, X.; KE, L.; et al. AI technology panic – is AI dependence bad for mental health? A cross-lagged panel model and the mediating roles of motivations for AI use among adolescents. *Psychology Research and Behavior Management*, v. 17, p. 1087-1102, 2024. DOI: 10.2147/PRBM.S440889.

12. LI, Jiaying; LI, Yan; HU, Yule; MA, Dennis Chak Fai; CHAN, Engle Angela; YORKE, Janelle. Chatbot-delivered interventions on psychological health among young people: a systematic review and meta-analysis. *Studies in Health Technology and Informatics*, v. 329, p. 1874-1875, 2025. DOI: 10.3233/SHTI251258.
13. LI, Shuo; LIU, Lei; WANG, Yuhui; DENG, Xinyun. Determinants of rural middle school students' adoption of AI chatbots for mental health. *Frontiers in Public Health*, v. 13, art. 1619535, 2025. DOI: 10.3389/fpubh.2025.1619535.
14. METHLEY, Abigail M.; CAMPBELL, Sheila; CHEW-GRAHAM, Carolyn; MCNALLY, Rosie; CHERAGHI-SOHI, Sudeh. PICO, PICOS and SPIDER: a comparison study of specificity and sensitivity in three search tools for qualitative systematic reviews. *BMC Health Services Research*, v. 14, p. 579, 2014. DOI: 10.1186/s12913-014-0579-0.
15. OPENAI. ChatGPT. San Francisco: OpenAI, 2026. Disponível em: <https://chatgpt.com>. Acesso em: 29 mar. 2026.
16. ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). Health for the world's adolescents: a second chance in the second decade. Geneva: World Health Organization, 2014. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/WHO-FWC-MCA-14.05>. Acesso em: 08 mar. 2026.
17. PAPALIA, Diane E.; FELDMAN, Ruth Duskin. *Desenvolvimento humano*. 12. ed. Porto Alegre: Artmed, 2013.
18. PIAGET, Jean. *A equilibração das estruturas cognitivas: problema central do desenvolvimento*. Rio de Janeiro: Zahar, 1976.
19. SAHI, Razia S.; EISENBERGER, Naomi I.; SILVERS, Jennifer A. Peer facilitation of emotion regulation in adolescence. *Developmental Cognitive Neuroscience*, v. 62, 2023. DOI: 10.1016/j.dcn.2023.101262.
20. SILVERS, Jennifer A. Adolescence as a pivotal period for emotion regulation development. *Current Opinion in Psychology*, v. 44, p. 258-263, 2022. DOI: 10.1016/j.copsyc.2021.09.023.
21. SOUZA, Marcela T.; SILVA, Michelly D.; CARVALHO, Rachel de. *Revisão integrativa: o que é e como fazer*. Einstein, São Paulo, v. 8, n. 1, p. 102-106, 2010.
22. VANHOOFELLEN, Gaëlle; VANDENBOSCH, Laura; SCHREURS, Lara. Teens, Tech, and Talk: Adolescents' Use of and Emotional Reactions to Snapchat's My AI Chatbot. *Behavioral Sciences, Basel*, v. 15, n. 8, p. 1037, 2025. DOI: 10.3390/bs15081037.