

EXPLORANDO OS IMPACTOS DAS REDES SOCIAIS: ANSIEDADE E FoMO EM JOVENS ADULTOS (APOIO UNIP)

Aluno: Pietro Vendramini Di Julio

Orientadora: Profa. Ma. Marina Gomes Coelho de Souza Schwartz

Curso: Psicologia

Campus: Pinheiros

O presente projeto teve como objetivo explorar a relação entre o uso de redes sociais e os níveis de ansiedade e *Fear of Missing Out* (FoMO) em jovens adultos brasileiros, com idades entre 18 e 29 anos. A pesquisa seguiu uma abordagem quantitativa, com a aplicação de questionários on-line por meio da plataforma Microsoft Forms para coletar dados sobre o tempo de uso das redes sociais, engajamento, dissociação, ansiedade e FoMO. A amostra foi composta por 113 participantes válidos, selecionados mediante critérios de inclusão e exclusão. Os dados foram analisados por meio de estatísticas descritivas e testes de correlação, a fim de verificar a relação entre as variáveis estudadas. Os resultados indicaram uma correlação positiva e significativa entre FoMO e ansiedade, sendo essa relação observada de maneira consistente em diferentes grupos, segmentados por gênero, faixa etária, tempo de uso diário das redes sociais e plataforma mais utilizada. Conclui-se que um maior tempo dedicado às redes sociais e um maior nível de engajamento estão associados a níveis mais elevados de ansiedade e FoMO, sugerindo que essas plataformas podem impactar negativamente a saúde mental de jovens adultos.