

O impacto das redes sociais e o uso da tecnologia no bem-estar mental infantil

The impact of social media and technology use on children's mental well-being

Jorge de Assunção Gomes Garcez
Ana Paula Gonçalves Roland
Fabrícia Eniedja Gomes Monteiro de Sousa
Necilene Benício de Sá
Dulcinea de Souza
Elizângela da Silva Vasconcelos
Nadma Soares Costa
Shayene Rawena Oliveira Honorato da Silva
Ana Paula de Souza Lima
Edileuza Raulino Jácome
Soelley Duarte Alves da Silva
Nivaldo Alves Calado
Bárbara Maria Queiroga Abrantes Falcão de Sousa
Nathalia Marques Silva
Tairan Leitão Martins Torres
Luan Moraes Souza
Isabel Cristina Carvalho Di Lorenzo

RESUMO

Os impactos das redes sociais e do uso de tecnologia no bem-estar mental de crianças é uma preocupação atual e relevante, destacando os benefícios e os potenciais riscos associados. O objetivo baseia-se em investigar na literatura atual quais são as principais discussões científicas acerca do impacto das redes sociais e do uso da tecnologia no bem-estar mental infantil. A linha metodológica corresponde a uma pesquisa de revisão bibliográfica, em que utiliza estudos recentes (2019-2024) disponíveis nas bases da PubMed, Scielo, LILACS e MEDLine, utilizando os descritores "Mental Health", "Social Networking" e "Child" separados pelo operador booleano "AND". Foram identificados benefícios como a promoção de habilidades práticas, cognitivas e analíticas, acesso a recursos educacionais apoio a comunicação e a inclusão social e envolvimento em questões sociais e ambientais, assim como riscos e impactos negativos, no aumento de ansiedade, depressão e

problemas de autoestima, violência digital e problemas físicos como distúrbios do sono e sedentarismo. Evidencia-se a necessidade de intervenções por parte de pais, educadores e formuladores de políticas públicas para orientar o uso seguro e positivo das tecnologias digitais.

Palavras-chave: Redes sociais; saúde infanto-juvenil; saúde mental.

ABSTRACT

The impacts of social media and the use of technology on children's mental well-being is a current and relevant concern, highlighting the benefits and potential associated risks. The objective is based on investigating in current literature what are the main scientific discussions about the impact of social networks and the use of technology on children's mental well-being. The methodological line corresponds to a bibliographic review research, which uses recent studies (2019-2024) available in the PubMed, Scielo, LILACS and MEDLine databases, using the separate descriptors "Mental Health", "Social Networking" and "Child". by the Boolean operator "AND". Benefits were identified such as the promotion of practical, cognitive and analytical skills, access to educational resources, support for communication and social inclusion and involvement in social and environmental issues, as well as risks and negative impacts, such as increased anxiety, depression and self-esteem problems. , digital violence and physical problems such as sleep disorders and sedentary lifestyle. The need for interventions by parents, educators and public policy makers to guide the safe and positive use of digital technologies is evident.

Keywords: Social networks; child and youth health; mental health.

1. INTRODUÇÃO

A disseminação ascendente das redes sociais e o uso indiscriminado da tecnologia na vida cotidiana na vida das crianças e adolescentes, embora estas ferramentas ofereçam oportunidades de socialização e aprendizado, elas também trazem à tona uma série de preocupações sobre o impacto no bem estar mental infantil. Andrade (2020) destaca que com o acesso facilitado aos dispositivos eletrônicos, é notório alguns impactos na saúde mental dos envolvidos, tendo, esta temática, ganhado destaque cada vez mais no país entre as áreas da Medicina, Pediatria e da Educação.

O uso das redes sociais corrobora para uma lacuna preenchida que envolve a conexão e o apoio para as crianças que compartilhem experiências e se sintam parte da comunidade. Com isso esse aspecto pode inicialmente ser benéfico para os que tenham dificuldades sociais no ambiente físico. Porém, como é visto que o “excesso” pode levar a uma dependência, o uso das redes sociais pode gerar efeitos adversos, tais como: ansiedade, depressão e problemas de autoestima na qual são ocasionados pela exacerbação, pelo fato da comparação constante de si com os

outros (Puccinelli; Marques; Lopes, 2023).

Cada vez mais a disseminação da informação científica nesta temática vem ganhando destaque perante as áreas citadas anteriormente, mas vale salientar que os efeitos estão ligados diretamente na questão da saúde mental, tendo, portanto, acometimentos sistêmicos. Dentro deste parágrafo, queremos dar destaque justamente à exposição dos conteúdos negativos e a interação com pessoas que podem potencializar comportamentos prejudiciais e agravar transtornos existentes e criar novas barreiras emocionais. Além do mais, o uso excessivo de tela está relacionado diretamente com distúrbios do sono e dificuldades de concentração, interferindo no empenho escolar e nas relações pessoais (Costa; Martins, 2020).

Outro ponto que deve ser apontado na introdução à temática é a pandemia da Covid-19, a qual foi causa de uma intensificação, tendo em vista que muitas crianças e adolescentes se viram forçados a se adaptar a uma vida digital. Segundo Puccinelli, Marques e Lopes (2023) o confinamento e as limitações nas interações sociais presenciais tornaram as redes sociais ainda mais relevantes, mas também expuseram os jovens a um aumento da ansiedade e do estresse. O equilíbrio entre o uso construtivo da tecnologia e a proteção contra seus efeitos adversos tornou-se um desafio premente.

A responsabilidade de mitigar os riscos associados ao uso das redes sociais recai sobre múltiplos atores: pais, educadores e profissionais de saúde devem trabalhar em conjunto para promover um uso saudável da tecnologia. É fundamental que os jovens sejam educados sobre a segurança online, privacidade e os impactos emocionais do comportamento digital. Habilidades de pensamento crítico e autorregulação devem ser incentivadas para que possam navegar de forma segura nesse ambiente.

Contudo que foi descrito, esta pesquisa objetiva investigar na literatura atual quais são as principais discussões científicas acerca do impacto das redes sociais e o uso da tecnologia no bem estar mental infantil. Gonçalves e Santos (2021) defendem que a busca por um entendimento mais profundo das dinâmicas envolvidas é essencial para garantir que as crianças possam aproveitar os benefícios da tecnologia, enquanto se protegem dos riscos que ela pode apresentar. É necessário um esforço coletivo para promover um ambiente digital que favoreça o desenvolvimento saudável e o bem-estar emocional dos jovens.

2. METODOLOGIA

O estudo trata de uma pesquisa de revisão literária e bibliográfica, que busca explorar e analisar descritiva e qualitativamente o impacto das redes sociais e das tecnologias na qualidade de vida e saúde mental das crianças. A abordagem qualitativa dá atenção especial à análise e interpretação mais detalhada sobre investigações, hábitos, atitudes e tendências comportamentais, enfatizando os aspectos mais profundos e complexos do comportamento humano (Marconi; Lakatos, 2022)

Dessa forma, com o objetivo de afunilar a pesquisa aos moldes da perspectiva comportamental das crianças em relação a utilização de redes sociais e tecnologias, utilizou-se os descritores "Mental Health", "Social Networking" e "Child" separados pelo operador booleano "AND", sendo as buscas efetuadas nas bases de dados em saúde MEDLINE, LILACS, Scielo e PubMed, publicados nos últimos 5 anos (2019 a 2024), e utilizando-se de critérios de inclusão estudos de coortes, metanálise e trabalhos em formatos open acess, tendo lido o título de todos os artigos e selecionados aqueles com relevância para o tema.

3. REFERENCIAL TEÓRICO

3.1 Uso de Tecnologia e Redes Sociais por Crianças

O uso das redes sociais, possibilita uma comunicação mais rápida entre as crianças na qual envolve amigos e familiares na possibilidade de compartilhar experiências e expressar suas opiniões. Com isso plataformas digitais como *Instagram*, *Tik Tok* e *Whatsapp* vem ganhando prestígio com os mais jovens, que se sentem motivados a criar conteúdo e se interligar com seus amigos virtuais, promovendo um senso de comunidade, porém do que é denominado atualmente de comunidades digitais, fator esse que deixa os pais, pediatras e educadores mais preocupados. Zanetti e Ribeiro (2023) alertam ainda que o uso inapropriado pode acarretar em grandes desafios, e um deles é o cyberbullying, o qual proporciona uma pressão para conformar-se a padrões irrealistas de comportamento e aparência que são apresentados no mundo digital.

Um dos principais obstáculos associados ao uso das redes sociais por

crianças é a exposição a conteúdos que são prejudiciais, pois a facilidade que cada criança tem em acessar a qualquer tipo de informação, como, por exemplo, imagens inapropriadas é incrível. Investigações atuais mostram que a exposição a conteúdos violentos ou sexualizados pode acarretar um impacto totalmente negativo no desenvolvimento emocional e cognitivo de cada um para o resto da vida, e cabe aos pais e educadores estejam atentos ao tipo de conteúdo (Melo, 2020).

Ponto crucial, que é sempre debatido por meio das mídias sociais além do tipo de conteúdo, é o tempo de exposição excessivo, que vem ganhando uma relevância preocupante. As diretrizes de saúde sugerem que o uso de tecnologia deve ser equilibrado com atividades físicas e interações sociais presenciais. O sedentarismo e a falta de atividades ao ar livre estão associados a problemas de saúde, como obesidade e distúrbios do sono. Assim, encontrar um equilíbrio saudável entre o uso da tecnologia e outras atividades é fundamental para o bem-estar das crianças. (Reis,2023).

Reis (2023, p. 23) acrescenta ainda que:

Os riscos associados ao uso inadequado de telas, redes sociais e tecnologias como um todo são numerosos e variados. Desde problemas de saúde física, como distúrbios do sono e obesidade, até questões psicológicas, como dependência digital e isolamento social, os efeitos negativos podem ser significativos e de longo prazo.

Por fim, o uso de tecnologia e redes sociais por crianças é uma questão complexa que exige uma abordagem equilibrada e informada. Embora existam benefícios claros, é crucial que os responsáveis e profissionais da educação estejam cientes dos riscos e trabalhem juntos para garantir que as crianças possam aproveitar as oportunidades oferecidas por esse mundo digital, enquanto se protegem de suas armadilhas. A colaboração entre família, escola e comunidade é essencial para promover um ambiente seguro e saudável que favoreça o desenvolvimento integral das crianças.

3.2 Redes Sociais e Saúde Mental Infantil

Dentre os estudos lidos para esta investigação o que mais ganhou destaque foi, justamente, aquele relacionado a pressão que as redes sociais ocasionam para as crianças e adolescentes se enquadrem em padrões de beleza e comportamento

idealizados. A comparação com os influenciadores digitais e colegas que são frequentemente expostos nas redes sociais resulta em sentimentos de inadequação e baixa autoestima (Ribeiro; Souza, 2022).

As investigações descrevem que crianças e adolescentes passam muito tempo em redes sociais estão mais suscetíveis a desenvolver doenças de cunho da saúde mental: ansiedade e depressão, de uma forma exacerbada pela constante busca da aceitação nas redes sociais por meio dos “likes” e comentários dos seguidores (Costa; Martins, 2020).

Com isso, vem à tona o cyberbullying que foi descrito no início deste trabalho, o qual se torna constante e de forma crescente tais relatos em telejornais e outras mídias, e também na comunidade acadêmica, em que crianças são atacadas de forma pejorativa e anônima. Este tipo de agressão, enfatizado por Ribeiro e Souza (2022), pode gerar gatilhos graves na saúde mental dos envolvidos, como transtorno de estresse pós-traumático e problemas graves de socialização. Com isso a experiência do cyberbullying pode fazer vítimas para o resto da vida, que promovam uma solidão e um desamparo irreparável na vida das crianças e adolescentes.

Outro fator que deve ser considerado, também abordado pelos mesmos autores, é a qualidade das interações sociais online. Embora as redes sociais possam facilitar a conexão com amigos e familiares, elas também podem criar um ambiente superficial, onde as relações são menos significativas. A falta de interações face a face pode levar a um sentimento de solidão e desconexão, contribuindo para problemas de saúde mental. Crianças que passam mais tempo em ambientes virtuais podem ter mais dificuldades em desenvolver habilidades sociais essenciais (Ribeiro; Souza, 2022).

Para abordar esses desafios, é fundamental que pais, educadores e profissionais de saúde mental promovam um uso equilibrado e consciente das redes sociais. Isso inclui a educação sobre segurança online, a importância de desconectar-se e a promoção de interações sociais saudáveis. Incentivar discussões abertas sobre as experiências nas redes sociais pode ajudar as crianças a desenvolver uma compreensão crítica do que estão consumindo e como isso afeta seu bem-estar emocional. A conscientização sobre os impactos das redes sociais é um passo crucial para proteger a saúde mental das futuras gerações (Gonçalves; Santos, 2021).

3.3 Benefícios e Potenciais Positivos do Uso da Tecnologia

A tecnologia vem sendo aliada para o desenvolvimento e bem estar das crianças e adolescentes, na qual os principais benefícios, mediante os estudos, é, justamente, a questão do acesso à informação que são vistos em todas as pesquisas consultadas. Vale salientar que a internet e os dispositivos digitais oferecem uma vasta riqueza em recursos educacionais, permitindo que as crianças e adolescentes explorem uma variedade de tópicos e assuntos educativos que abrangem as mais variadas áreas, de uma forma interativa e atraente. Neste ínterim, a disponibilidade de informações pode fomentar a curiosidade e o aprendizado autodirigido, promovendo habilidades críticas e analíticas (Reis, 2023).

Outro ponto a ser abordado é que a tecnologia facilita a comunicação, as redes sociais e aplicativos tais como *whatsapp*, *instagram* possibilitam uma conexão com amigos e familiares, independente da distância física. Melo (2020) traz que este fator foi de suma importância durante a pandemia de covid-19, quando muitas interações presenciais foram limitadas, com isso foi um ponto bastante abordado durante os estudos nesta temática, pois ajudou a manter relações sociais e a fortalecer laços e tendo como suporte emocional e um senso de pertencimento.

Além disso, a tecnologia pode servir como uma ferramenta de inclusão. Crianças com dificuldades de comunicação ou necessidades especiais podem se beneficiar de aplicativos e dispositivos projetados para facilitar a interação e a expressão. Recursos como softwares de fala e jogos educativos adaptados permitem que essas crianças participem de atividades que, de outra forma, poderiam ser desafiadoras. Isso contribui para um ambiente mais inclusivo, onde todos têm a oportunidade de aprender e se desenvolver (Silva; Souza, 2020).

Trazendo a perspectiva para o campo educacional diretamente, a tecnologia revolucionou a maneira de como conduzir o ensino, a Educação a Distância (EAD) por exemplo, permite que os alunos acessem as aulas e materiais didáticos de uma forma remota. Este processo de flexibilização, pode proporcionar uma motivação ainda maior dentro do que está sendo estudado, acarretando em um engajamento dos estudantes, além de oferecer uma personalização no aprendizado, em que cada aluno possa acompanhar e respeitar o seu próprio ritmo (Gonçalves; Santos, 2021). É crescente o número de escolas que aderem à colaboração entre os estudantes,

incentivando o trabalho em grupo e troca de ideias.

A tecnologia também proporciona oportunidades de desenvolvimento de habilidades práticas e criativas. Softwares de design, aplicativos de programação e plataformas de criação de conteúdo permitem que as crianças experimentem e desenvolvam suas habilidades em áreas como arte, música e programação. Esses recursos não apenas estimulam a criatividade, mas também preparam os jovens para o mercado de trabalho do futuro, que cada vez mais exige conhecimentos tecnológicos (Reis, 2023).

Com isso, o uso da tecnologia tem uma vasta contribuição para as crianças e adolescentes e promove uma conscientização social e o ativismo. Dessa forma, o público infanto-juvenil utiliza-se das plataformas digitais para se envolver em questões sociais e ambientais, participando de campanhas e mobilizações. Essa participação ativa os ajuda a desenvolver um pensamento mais crítico sobre o mundo ao seu redor e a sentir que suas vozes podem fazer a diferença. Ao se conectar com movimentos globais, os jovens não apenas ampliam seus horizontes, mas também se tornam agentes de mudança em suas comunidades.

4. RESULTADOS

4.1 Impactos Negativos no Bem-Estar Mental Infantil

Quando é falado sobre o impacto negativo do uso de redes sociais entre crianças e adolescentes, é notório a questão do bem-estar psicossocial prejudicada, ou seja, são alteradas as questões socioemocionais dos mesmos. O contato excessivo com estes ambientes digitais, expõem as crianças em ideais irreais de vida, sucesso e aparência, o que pode criar uma visão distorcida sobre o que é realmente desejável. Tudo isto, gera um excesso de comparação frequente e corroborando para uma insatisfação pessoal, levando ao aumento dos níveis de ansiedade e depressão nesta faixa etária, especialmente entre aqueles que têm menos suporte emocional (Gonçalves; Santos, 2021).

Um dos principais problemas relacionados ao uso das redes sociais é o cyberbullying, que se torna ainda mais fácil devido ao anonimato. Esse tipo de bullying pode causar danos emocionais graves, como isolamento social, vergonha e baixa autoestima. Crianças que sofrem com o *cyberbullying*, conforme relatado por

Melo (2020), frequentemente expressam estresse e ansiedade, podendo, em casos extremos, desenvolver pensamentos autodestrutivos. O impacto do *cyberbullying*, assim, não se limita ao momento da agressão e pode ter consequências duradouras no desenvolvimento psicológico infantil.

Dentre outras consequências temos o impacto na qualidade do sono das crianças, pois o uso excessivo de telas, especialmente antes de dormir, prejudica a produção de melatonina, o hormônio responsável por controlar o sono. E quando temos a privação deste sono pelo excesso de tela, é ocasionado uma desregulação também na saúde física e uma maior suscetibilidade ao estresse. Com isso, a desregulação do sono pode agravar os sintomas de ansiedade e prejudicar o desenvolvimento cognitivo da criança (Melo, 2020)

Além disso, a exposição prolongada às redes sociais pode prejudicar o desenvolvimento de habilidades sociais essenciais. Crianças que passam muito tempo conectadas podem ter menos oportunidades de desenvolver empatia, comunicação e habilidades para resolver conflitos. A falta dessas competências pode dificultar o estabelecimento de relacionamentos saudáveis e duradouros, tanto na infância quanto na vida adulta, criando um ciclo de isolamento e desconexão emocional.

O uso excessivo de redes sociais também tem sido associado a um estilo de vida mais sedentário, que impacta diretamente a saúde física e mental infantil. A falta de atividades físicas regulares limita a liberação de endorfinas, hormônios responsáveis pela sensação de bem-estar. Além disso, o sedentarismo eleva o risco de problemas de saúde, como obesidade e baixa disposição, fatores que contribuem para o aumento de sintomas de depressão e ansiedade nas crianças (Gonçalves; Santos, 2021).

4.2 Benefícios Potenciais no Desenvolvimento Cognitivo

O uso adequado da tecnologia e das redes sociais pode oferecer benefícios significativos para o desenvolvimento cognitivo infantil, quando supervisionado e utilizado de forma equilibrada. Ferramentas educacionais disponíveis em plataformas digitais, como aplicativos interativos e jogos educativos, têm o potencial de melhorar habilidades cognitivas fundamentais, como memória, resolução de problemas e pensamento crítico. Esses recursos podem ser adaptados às necessidades específicas de cada criança, promovendo um aprendizado

personalizado e dinâmico (Andrade, 2020)

Além disso, as redes sociais e plataformas digitais podem estimular a criatividade e a comunicação, permitindo que as crianças explorem novas ideias, compartilhem experiências e desenvolvam habilidades sociais em um ambiente digital. Quando bem direcionadas, essas interações podem fortalecer a capacidade de colaboração, que é uma habilidade essencial para o futuro acadêmico e profissional. Ambientes de troca cultural e educacional online também podem ampliar os horizontes das crianças, expondo-as a diferentes perspectivas e modos de pensamento (Lopes 2023)

A tecnologia, ainda segundo Lopes (2023), quando aliada à educação, pode facilitar o acesso a um vasto conjunto de informações e recursos, promovendo um aprendizado contínuo e autônomo. As crianças podem utilizar plataformas online para pesquisar, explorar novos temas e aprofundar conhecimentos em áreas de interesse, o que pode fortalecer sua motivação intrínseca para aprender. Essa autonomia no aprendizado contribui para o desenvolvimento de habilidades cognitivas superiores, como a autorregulação e o planejamento estratégico.

O uso moderado de tecnologia pode ajudar no desenvolvimento de habilidades psicomotoras, especialmente por meio de jogos e atividades que exigem coordenação motora e reflexos rápidos. Andrade (2020) destaca que esses benefícios, no entanto, só são alcançados quando há um equilíbrio saudável entre o tempo de tela e outras atividades essenciais ao desenvolvimento infantil, como brincadeiras físicas, interação social presencial e momentos de descanso. Portanto, o papel dos pais e educadores é crucial para maximizar os benefícios enquanto minimizam os riscos associados ao uso da tecnologia.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O impacto das redes sociais e do uso da tecnologia no bem-estar mental infantil é um tema de grande relevância para a ciência e a sociedade. Entender como esses fatores afetam o desenvolvimento infantil é essencial para equilibrar os benefícios da inovação tecnológica com a proteção da saúde mental. Como estudante, estudar essa temática permite contribuir para soluções que promovam o uso saudável da tecnologia.

Do ponto de vista científico, investigar essa relação ajuda a compreender os

efeitos da tecnologia no comportamento e na cognição das crianças, orientando intervenções eficazes. Para a sociedade, esse conhecimento é essencial para guiar pais, educadores e formuladores de políticas públicas no uso consciente da tecnologia.

Por fim, ao explorar essa área, estudantes podem atuar como mediadores entre ciência e prática, sensibilizando a sociedade sobre a importância de um equilíbrio saudável no uso da tecnologia. Assim, contribuímos para o desenvolvimento de estratégias que assegurem um futuro mais equilibrado para as próximas gerações.

REFERÊNCIAS

- ANDRADE, V. C.; LIMA, P. F. As redes sociais e suas influências no bem-estar psicológico das crianças. ***Psicologia em Estudo***, v. 25, n. 4, p. 457-470, 2020.
- COSTA, E. R.; MARTINS, L. M. O uso de dispositivos eletrônicos e a saúde mental na infância. ***Revista de Estudos em Psicologia***, v. 19, n. 3, p. 300-315, 2020.
- GONÇALVES, L. S.; SANTOS, M. A. Efeitos da exposição a redes sociais na saúde mental de crianças e adolescentes. ***Revista Brasileira de Medicina***, v. 78, n. 2, p. 120-135, 2021.
- MARTINS, F. J.; OLIVEIRA, P. R. A influência das tecnologias digitais na saúde mental infantil: uma revisão. ***Jornal de Pediatria***, v. 97, n. 4, p. 312-319, 2022.
- MELO, T. C.; ALMEIDA, R. M. O papel da tecnologia na saúde mental das crianças. ***Revista de Saúde Pública***, v. 54, n. 1, p. 89-97, 2020.
- MARCONI, M. D. A.; LAKATOS, E. M. **Metodologia Científica**. (8th edição). Rio de Janeiro: Grupo GEN; 2022.
- OLIVEIRA, F. M.; CARVALHO, R. F. Redes sociais e suas implicações na saúde mental de jovens. ***Cadernos de Saúde Pública***, v. 37, n. 5, p. e0012345, 2021.
- PUCCINELLI, M. F.; MARQUES, F. M.; LOPES, R. C. S. Telas na Infância: Postagens de Especialistas em Grupos de Cuidadores no Facebook. ***Psicologia***, v. 43, 2023.
- REIS, L. B. et al. Children and Youth Mental Health from the perspective of workers in a health network. ***PsicoUSF***, v. 28, n. 1, p. 179–190, 2023.
- RIBEIRO, L. A.; SOUZA, M. S. O impacto das redes sociais na saúde mental de crianças e adolescentes. ***Revista Brasileira de Psicologia***, v. 12, n. 2, p. 145-158, 2022.
- SILVA, T. A.; PEREIRA, J. R. Tecnologia e desenvolvimento infantil: efeitos positivos

e negativos. ***Psicologia: Teoria e Prática***, v. 24, n. 1, p. 67-80, 2021.

SILVEIRA, E. L.; COSTA, J. M. Impacto das redes sociais na saúde mental: perspectivas médicas. ***Arquivos de Medicina***, v. 41, n. 3, p. 204-210, 2022.

SOUZA, K.; CARNEIRO, X. Impactos do uso das redes sociais virtuais na saúde mental dos adolescentes: uma revisão sistemática da literatura. Educação, ***Psicologia e Interfaces***, v. 3, n. 3, p. 204–2017, 2019.

ZANETTI, A. C.; RIBEIRO, A. S. Tecnologia, redes sociais e sua relação com a saúde mental na infância. ***Clínica Pediátrica***, v. 10, n. 2, p. 101-115, 2023.