



A SAÚDE MENTAL DENTRO DAS MÍDIAS SOCIAIS: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Tamile Barbosa Shiina¹, Camila Cortellete Pereira da Silva², Catherine Menegaldi Silva³

¹Acadêmica do Curso de Psicologia, Campus Maringá-PR, Universidade Cesumar - UNICESUMAR. Bolsista PIBIC/ICETI-UniCesumar. tamile.shiina01@gmail.com

²Co-orientadora, Mestre, Docente no Curso de Psicologia, UNICESUMAR. Pesquisadora do Instituto Cesumar de Ciência, Tecnologia e Inovação – ICETI. Camila.cortellete@unicesumar.edu.br

³Orientadora, Mestre, Docente no Curso de Psicologia, UNICESUMAR. Pesquisadora do Instituto Cesumar de Ciência, Tecnologia e Inovação – ICETI. Catherine.silva@docentes.unicesumar.edu.br

RESUMO

O presente estudo busca compreender como a saúde mental é abordada na rede social Twitter a partir de uma revisão bibliográfica dentro das bases de dados Scielo, Periódicos CAPES e PubMed. A coleta de dados foi feita a partir da pesquisa relacionados aos termos “saúde mental” e “Twitter”, para que dessa forma podemos identificar e destacar os estudos que relatam como é discutida a saúde mental dentro desta mídia social. Com isso, identificaram-se 550 referências e após os critérios de inclusão e exclusão, organização e classificação desses com o auxílio do programa Excel 2016, sete artigos foram selecionados e analisados. Os artigos evidenciam como a saúde mental é tratada dentro do Twitter, sendo através do apoio social e amparo ou do estigma em torno deste e quais transtornos se tornam mais abordados, Espera-se que com os resultados obtidos possamos apresentar como é a discussão da saúde mental dentro do Twitter de forma que promova a saúde mental dentro da rede social.

PALAVRAS-CHAVE: Bem-estar; Rede Social; Twitter.

1 INTRODUÇÃO

Na atualidade, a mídia social se tornou bastante crescente com o passar dos anos, principalmente após os anos de pandemia, a qual houve o isolamento social, que aumentou o caso das pessoas usarem com frequência as redes sociais, por estarem com mais tempo livre, podendo interagir sem se colocar em risco de contágio. Nesse sentido, tornou-se notório esse crescimento dentro da rede social “Twitter” (ou “X”) a qual os indivíduos passaram a usar com cada vez mais frequência, pela sua facilidade em ter uma rede imediatista com diálogos interativos e por fornecer reações imediatas às crises (Carvache-Franco, 2022).

Mesmo anteriormente a este período pandêmico, as pessoas passaram a usar essa rede social como uma forma de desabafar e conectar com seus pares, compartilhando suas experiência e vida com desconhecidos como uma forma de conseguirem se sentirem vistos e incluídos, já que as questões trazidas dentro da mídia são muitas vezes questões banalizadas dentro da sociedade, utilizados como uma forma de diminuir a doença devido a falta de conhecimento que os indivíduos têm sobre os transtornos mentais (Robinson *et al*, 2019). O estigma social pode ser descrito como qualquer atitude ou comportamento discriminatório que sejam destinados a pessoas com transtorno mental, mediante a rótulos que lhe são atribuídos (Douglas, 2019).

O indivíduo com transtorno mental, além de sofrer preconceitos, ainda precisa lidar com o estigma internalizado, que consiste na adesão do indivíduo a preconceitos sociais negativos, concordando e aplicando em si esses estereótipos sobre os transtornos mentais. Isto causa influência direta no bem-estar psicológico devido ao medo do julgamento e estranhamento, resultando, além do atraso na busca por serviços de saúde, pode gerar desconfiança entre os pacientes e a baixa adesão ao tratamento farmacêutico, piorando sua condição (Ansari *et al*, 2020).



Sendo assim, o estigma social e interno é visto com frequência na sociedade e nas redes sociais, principalmente no *twitter*, que é uma rede social de microblog que permite que os usuários se engajem em conversas abertas uns com os outros (Pavlova; Berkes, 2020). Dentro desse contexto, há na literatura pesquisas que buscaram compreender como é abordada a temática saúde mental no twitter.

Podendo ser visto no estudo de Robinson *et al* (2020), que abordou em um dos seus estudos os níveis de estigmas dentro das mídias sociais, especialmente no Twitter, para avaliar as condições mentais e físicas dos usuários, sendo concluído que as condições de saúde mental estigmatizadas dentro da rede eram de 12,9% e as banalizadas 14,3%, sendo o transtorno mais estigmatizado a esquizofrenia em 41% e o mais banalizado o TOC com 33%.

Outra forma de discussão sobre a saúde mental dentro da rede social foi identificada por Naslund *et al* (2016) que identificou resultados de uma melhora significativa no funcionamento social nos indivíduos que utilizam a mídia social, especialmente por pessoas com transtornos mentais, que utilizaram dessas mídias populares como uma forma de compartilhar experiências e buscar conselhos, como um meio de se conectar ao seu semelhante. Esse estudo destacou que a utilização dessas redes podem ser entendidas como um desafio ao estigmas, uma vez que elas apropriam-se de um empoderamento, o que pode ser muito reconfortante e cria-se um sentimento de pertencimento ao grupo, maior identidade social, se sentindo menos sozinhos.

Com isso, vemos estudos que contribuem com a forma de identificarmos como a saúde mental está sendo tratada dentro das mídias sociais no intuito de trazer amparo e combater à estigmas que atravessam a população, dando voz a um grupo silenciado e trazendo a visibilidade para esse desafio atual (Bteshe, 2018). Esses estudos são importantes para que haja uma disseminação de informação e faz com que a sociedade esteja ciente sobre o tema. Além disso, isso faz com que o assunto se torne cada vez menos um tabu, diminuindo a ansiedade e o receio das pessoas falarem sobre esse tema, diminuindo cada vez mais o estigma social (Cruz *et al*, 2023).

Tendo isso em vista, a pesquisa abordará a seguinte questão: "Como a saúde mental é abordada no twitter?". Esses dados poderão servir de base para a identificação do discurso sobre a saúde mental na mídia social e na construção de uma saúde mental melhor para esse público. Com isso, o objetivo deste artigo será compreender como a saúde mental é vista dentro do Twitter, a partir de uma revisão bibliográfica sobre os estudos disponíveis dentro dos bancos de dados com a Scielo, Periódicos CAPES e PubMed. Para tal, podemos especificar os objetivos em: identificar quais transtornos mentais são mais abordados e classificar os principais temas desses tweets.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo de revisão bibliográfica que teve por objetivo realizar uma revisão de literatura identificando os principais estudos que abordaram a saúde mental na plataforma Twitter. Para tal, foi realizada uma revisão bibliográfica nas principais bases de dados Scielo, Periódicos CAPES e PubMed. Para a coleta desses dados, utilizou-se como palavras-chave os termos: "saúde mental" e "twitter". Foram excluídos do estudo artigos não relacionados ao twitter, além de revisões de literatura, relatos de casos, protocolos, comentários, dissertações, capítulos de livros, cartas e resumos de conferências. Inicialmente, a busca gerou como resultado de 550 estudos relacionados ao tema, entretanto após a análise dos títulos e de seus respectivos resumos, de acordo com os



critérios de inclusão e de exclusão, foram selecionados 40 artigos para a leitura completa, que ao final sete artigos foram selecionados para este estudo.

A análise de dados partiu da organização e caracterização dos conteúdos obtidos nos artigos selecionados para a leitura completa. A organização destes teve o auxílio do programa Excel 2016, que se deu com a divisão em categorias dos conteúdos presentes nos estudos, sendo eles: autores, ano de publicação, tipo de estudo, referência, principais resultados e discussão, com todas estas informações agrupadas em um quadro, permitiu a categorização dos dados. Com base nessa categorização, foram selecionados sete artigos os quais tinham o objetivo de apresentar como a saúde mental é abordada dentro da rede social.

3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Foram identificados 550 estudos desde 2012, destes foram selecionados 40 a partir da análise dos títulos e de seus respectivos resumos. Dos 40 avaliados em texto completo, sete foram incluídos para integrar esta revisão, por atenderem a todos os critérios, destes selecionados foram publicados entre 2014 e 2022, e os estudos foram realizados com amostras variadas de países entre eles: Estados Unidos (Berry, 2017), Índia (Singh, 2022) e outros que não especificaram o localização da amostra, mas que a coleta foi realizada somente em tweets os quais o idioma era em inglês (Lachmar *et al*, 2017, Reavley; Pilkington, 2014, Jilka *et al*, 2022, Simms *et al*, 2020, Zhao *et al*, 2019).

Durante a pesquisa inicial, grande parte dos estudos realizados por meio das redes sociais foram após a pandemia do COVID-19. Jansli *et al* (2022) enfatizou que foi notório como esse período pandêmico moldou nossa forma de tratar a saúde mental dentro dessas plataformas devido ao isolamento social, a qual fez com que as pessoas, por disponibilizarem de mais tempo livre e estarem mais solitárias, encontrassem um senso de comunidade dentro do Twitter de forma que mesmo com estigmas, diminuíssem sua frustração durante o período de *lockdown*.

O transtorno depressivo foi um dos diversos focos de estudo dentro das redes sociais, como discutido por Lachmar *et al* (2017) que teve o objetivo analisar como os usuários da rede falam sobre seus sintomas depressivos dentro do Twitter. No estudo abordou-se principalmente como as pessoas compartilham suas experiências, como também, evidenciou que a mídia pode ser um motivador para que as pessoas tenham conexões e suporte social. Outro estudo que evidenciou o apoio social foi o de Reavley e Pilkington (2014), que tiveram o objetivo de analisar o discurso sobre o transtorno depressivo e a esquizofrenia dentro do Twitter. Eles concluíram que a maior porcentagem de dos tweets apresentam características de apoio para as pessoas diagnosticadas ou eram neutras. Porém, também foi identificado que a esquizofrenia recebeu um maior número de tweets com temáticas que banalizaram e estigmatizam quando comparado ao transtorno depressivo. Isso também foi evidente no estudo feito por Jilka (2022) que identificou que em um total de 746 tweets sobre a esquizofrenia, 40% destes eram estigmatizantes, o que é um número grande comparada às outras patologias. Dada a prevalência do estigma no Twitter, há uma necessidade de educação e campanhas online para reduzir o conteúdo estigmatizante de forma que promova a saúde mental desses indivíduos.

Com isso, houve dois estudos que evidenciaram a discussão sobre o sofrimento mental compartilhados pelos usuários dentro do Twitter, o primeiro foi realizado por Berry *et al* (2017) através da identificação da *#WhyWeTweetMH*, os resultados mostraram que discutir saúde mental é uma forma de desenvolver um sentimento de pertencimento a uma comunidade, acessar apoio, desafiar o estigma e aumentar a conscientização, compartilhar



experiências sendo um processo fortalecedor. Outro estudo feito por Singh e Singh (2022), identificou que dentro do Twitter há indicativos de sofrimento a partir das postagens publicadas pela população indiana, de forma que a identificação das expressões de angústias dentro da rede social pode vir a ser uma ferramenta eficaz para o indicativo de sofrimento psíquico.

Por fim, dois estudos tiveram o foco na saúde mental de minorias, o estudo de Zhao *et al* (2020) que teve o foco nas minorias sexuais e de gênero que identificaram que esse público-alvo tem mais facilidade de falar sobre seu sofrimento mental na rede social, devido ao estigma sofrido pela sociedade, no entanto expressam mais sentimentos e emoções negativas e de raiva dentro dos tweets. Já o segundo, também com foco em minorias, de Simms (2020) teve como amostra em jovens trans com comportamentos autolesivos e tendências suicidas, identificou que a maioria dos tweets relacionados à esses comportamentos eram de suporte e compreensão de forma que não encorajaram tal ideiação, mas de forma que busca-se amparo.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O objetivo deste artigo é compreender como a saúde mental é vista dentro do Twitter, a partir de uma revisão bibliográfica. Portanto, foi possível identificar que os transtornos mais abordados nessa mídia social, foram: o transtorno depressivo e a esquizofrenia, bem como estudos que mostraram o sofrimento mental a partir do compartilhamento de emoções e sentimentos negativos, como a autolesão e as ideiações suicidas partilhadas por jovens trans ou porque as pessoas falam de saúde mental (apresentar como eles abordam, retome).

Nesse sentido, foi possível concluir que as redes sociais oferecem apoio social e suporte aos indivíduos o qual se identificam e compartilham experiências e ideias iguais ou parecidas como uma forma de não se sentirem sozinhos, esse sentimento de pertencimento à um grupo pode vir a aumentar a autoestima e autoeficácia, além de contribuir com o bem estar e integração social. No entanto, a rede tem o seu lado negativo, o qual muitas vezes é presente nas redes sociais, a desaprovação ou atitudes negativas, sendo elas vindo de ideias estigmatizadas e de rejeição faz com que muitas pessoas se sintam excluídas e desvalorizadas, isso combinado com o sofrimento mental pode trazer a piora, mas por estar em um ambiente online o indivíduo escolhe a que nível de envolvimento ele pode chegar com as pessoas, tendo um maior controle sobre o que deseja ou não ver.

Com isso, entende-se que é necessário compreender como a saúde mental é tratada dentro das mídias sociais, já que muitos indivíduos compartilham seus sentimentos, emoções ou ideias negativas estão em sofrimento mental, portanto, o uso de alguns termos ou hashtags podem ajudar as pessoas a ter um suporte social a qual não teriam pessoalmente, isso pode vir a ser um auxílio na intervenções destinadas ao bem-estar dessas pessoas, de forma que se forem realizadas por meio da comunidade online, pode haver o apoio entre pares e promover envolvimento ao tratamento, promovendo intervenções adaptativas e flexíveis.

REFERÊNCIAS

ANSARI, Eram *et al*. Cross-sectional study of internalised stigma and medication adherence in patients with obsessive compulsive disorder. **General Psychiatry**, v. 33, n. 2, 2020. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7066600/>. Acesso em: 28 jul 2023.



BERRY, Natalie *et al.* # WhyWeTweetMH: understanding why people use Twitter to discuss mental health problems. **Journal of medical Internet research**, v. 19, n. 4, p. e107, 2017. Disponível em: <https://www.reciis.icict.fiocruz.br/index.php/reciis/article/view/1597>. Acesso em: 02 ago 2023.

BTESHE, Mariana. O suicídio na mídia: reflexões para o cuidado em saúde mental. **Revista Eletrônica de Comunicação, Informação & Inovação em Saúde**, v. 12, n. 3, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.29397/reciis.v12i3.1597>. Acesso em: 31 jul 2023.

CARVACHE-FRANCO, Orly *et al.* Topic and sentiment analysis of crisis communications about the COVID-19 pandemic in Twitter's tourism hashtags. **Tourism and Hospitality Research**, v. 23, n. 1, p. 44-59, 2023. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37520686/>. Acesso em: 04 ago 2023.

CRUZ, Walter Gabriel Neves *et al.* Impact Analysis of the Brazilian Suicide Prevention Campaign. **Trends in psychiatry and psychotherapy**, 2023. Disponível em: <http://www.trends.periodikos.com.br/article/doi/10.47626/2237-6089-2022-0564>. Acesso em: 28 jul 2023.

DOUGLASS, Mark; MOY, Benjamin. Evaluation of the impact of a social media-focused intervention on reducing mental health stigma among pharmacy students. **Mental Health Clinician**, v. 9, n. 3, p. 110-115, 2019. Disponível em: <https://meridian.allenpress.com/mhc/article-abstract/9/3/110/429200>. Acesso em: 31 jul 2023.

JANSLI, Sonja M. *et al.* Investigating mental health service user views of stigma on Twitter during COVID-19: a mixed-methods study. **Journal of Mental Health**, v. 31, n. 4, p. 576-584, 2022. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35786178/>. Acesso em: 01 ago 2023.

JILKA, Sagar *et al.* Identifying schizophrenia stigma on Twitter: a proof of principle model using service user supervised machine learning. **Schizophrenia**, v. 8, n. 1, p. 1, 2022. Disponível em: <https://www.nature.com/articles/s41537-021-00197-6>. Acesso em: 31 jul 2023.

LACHMAR, E. Megan *et al.* # MyDepressionLooksLike: Examining public discourse about depression on Twitter. **JMIR mental health**, v. 4, n. 4, p. e8141, 2017. Disponível em: <https://mental.jmir.org/2017/4/e43/>. Acesso em: 01 ago 2023.

NASLUND, John A. *et al.* The future of mental health care: peer-to-peer support and social media. **Epidemiology and psychiatric sciences**, v. 25, n. 2, p. 113-122, 2016. Disponível em: <https://www.cambridge.org/core/journals/epidemiology-and-psychiatric-sciences/article/future-of-mental-health-care-peertopeer-support-and-social-media/DC0FB362B67DF2A48D42D487ED07C783>. Acesso em: 31 jul 2023.

PAVLOVA, Alina; BERKERS, Pauwke. Mental health discourse and social media: Which mechanisms of cultural power drive discourse on Twitter. **Social Science & Medicine**, v. 263, p. 113250, 2020. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S027795362030469X>. Acesso em: 31 jul de 2023.

REAVLEY, Nicola J.; PILKINGTON, Pamela D. Use of Twitter to monitor attitudes toward depression and schizophrenia: an exploratory study. **PeerJ**, v. 2, p. e647, 2014. Disponível em: <https://peerj.com/articles/647/>. Acesso em: 02 ago 2023.

ROBINSON, Patrick *et al.* Measuring attitudes towards mental health using social media: investigating stigma and trivialisation. **Social psychiatry and psychiatric epidemiology**, v. 54, p. 51-58, 2019. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.1007/s00127-018-1571-5>. Acesso em: 31 jul 2023.

SIMMS, Drew. Peer responses to trans youth tweeting about self-harm and suicidality. **Creative nursing**, v. 26, n. 2, p. 135-142, 2020. Disponível em: <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1891/CRNR-D-19-00089>. Acesso em: 02 ago 2023.

ZHAO, Yunpeng *et al.* Assessing mental health signals among sexual and gender minorities using Twitter data. **Health informatics journal**, v. 26, n. 2, p. 765-786, 2020. Disponível em: <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/1460458219839621>. Acesso em: 03 ago 2023.