



JUVENTUDE DIGITAL: DESAFIOS DA SAÚDE MENTAL NA ERA DAS NOVAS TECNOLOGIAS - REVISÃO DE LITERATURA

IAMILYS DE SOUZA BRAGA ROCHA

Introdução: A saúde mental da juventude é um tema de crescente relevância em nossa sociedade contemporânea, especialmente devido ao impacto das novas tecnologias. Este estudo visa explorar as implicações do uso excessivo de dispositivos eletrônicos, redes sociais e outras tecnologias no bem-estar psicológico dos jovens. **Objetivos:** Analisar como as novas tecnologias afetam a saúde mental dos jovens, identificando os possíveis sinais de alerta associados ao uso prolongado e inadequado. Pretendemos oferecer insights que possam contribuir para a promoção de estratégias e políticas que melhorem a saúde mental da juventude. **Metodologia:** A pesquisa é do tipo qualitativo exploratório, de cunho revisão bibliográfica e envolveu seleção de artigos científicos publicados entre os anos de 2017 a 2022 nas bases de dados da Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (Lilacs) e e na biblioteca virtual *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), foram estabelecidos como Descritores em Ciência da Saúde (DeCS) os seguintes conceitos: *Saúde Mental, Adolescentes, Tecnologia e Dispositivos Eletrônicos*, estes termos foram interligados através de operadores booleanos *AND* nas bases de dados. **Resultados:** Os resultados revelaram que um uso excessivo de novas tecnologias está associado a uma maior prevalência de sintomas de ansiedade e depressão entre os jovens. Além disso, o tempo gasto em redes sociais foi identificado como um fator de risco significativo para o bem-estar psicológico. Outro fator observado nas análises é a relação entre jogos eletrônicos online e a violência, como o cyberbullying, que foi relacionado ao desenvolvimento de transtornos psiquiátricos entre os jovens. **Conclusão:** Este estudo destaca a importância de abordar as questões de saúde mental da juventude em um mundo cada vez mais digitalizado. As novas tecnologias, quando usadas de forma inadequada, podem representar um sério risco para o bem-estar emocional dos jovens. Portanto, é crucial que pais, educadores e profissionais de saúde estejam cientes desses desafios e trabalhem em conjunto para promover o uso equilibrado das tecnologias. Políticas públicas, programas de conscientização e apoio psicológico são meios eficazes para ajudar a próxima geração a enfrentar os desafios da era digital, garantindo que as novas tecnologias sejam aliadas, e não ameaças, para a saúde mental da juventude.

Palavras-chave: Saúde mental, Adolescência, Juventude, Tecnologias, Dispositivos eletrônicos.