

A influência das mídias sociais nos relacionamentos sexuais dos jovens

Heloisa Junqueira Fleury¹, Carmita Helena Najjar Abdo^{II}

Programa de Estudos em Sexualidade (ProSex) do Instituto de Psiquiatria do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo

RESUMO

As redes sociais revolucionaram a maneira como os indivíduos de todas as faixas etárias se comunicam e interagem, tendo um impacto significativo nos relacionamentos sexuais. Essas plataformas oferecem acesso a informações sobre saúde sexual e facilitam a formação de vínculos amorosos e sexuais. Para os jovens que não se identificam como heterossexuais, as redes sociais desempenham um papel crucial no desenvolvimento da orientação sexual e na busca por aceitação. Embora as mídias sociais possam promover uma melhor compreensão da sexualidade e do sexo seguro, estão associadas a comportamentos de risco, como o *sexting*, e podem levar a consequências negativas, como abuso e insatisfação sexual. A agência sexual (habilidade para sentir prazer sexual, assertividade, comunicação, percepção de limites e empatia) é fundamental para navegar nas complexidades dos relacionamentos sexuais on-line. A privacidade é um desafio nesse contexto, com a vida pública e privada muitas vezes sendo confundida. Estabelecer limites claros com os parceiros sobre o que pode ser compartilhado on-line é essencial para evitar mal-entendidos e conflitos. Por outro lado, as redes sociais também podem ser uma ferramenta valiosa para educação em saúde sexual, capacitando os indivíduos a tomarem decisões informadas sobre seus relacionamentos e bem-estar sexuais. Profissionais de saúde e pesquisadores precisam estar cientes dessas influências para informar jovens, pais e educadores sobre o uso seguro e saudável dessa ferramenta para a sexualidade.

TERMOS DECS: Redes sociais on-line, saúde sexual, sexualidade, sexo seguro, adolescente.

PALAVRAS-CHAVE DOS AUTORES: Adolescência, crianças, mídia social, relacionamento amoroso, comportamento sexual, práticas sexuais.

^IPsicóloga, mestre em Ciências pela Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo (FMUSP).

 <https://orcid.org/0000-0001-5084-8390>

^{II}Psiquiatra, professora da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo (FMUSP), São Paulo (SP), Brasil. Coordenadora do Programa de Estudos em Sexualidade (ProSex) do Instituto de Psiquiatria do Hospital das Clínicas da FMUSP, São Paulo (SP), Brasil.

 <https://orcid.org/0000-0002-6312-8306>

Editor responsável por esta seção:

Carmita Helena Najjar Abdo. Psiquiatra, professora da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo (FMUSP), São Paulo (SP), Brasil. Coordenadora do Programa de Estudos em Sexualidade (ProSex) do Instituto de Psiquiatria do Hospital das Clínicas da FMUSP, São Paulo (SP), Brasil.

Contribuição dos autores: Fleury HJ: pesquisa e redação do manuscrito; Abdo CHN: análise dos dados coletados e revisão do texto.

Endereço para correspondência:

Heloisa Junqueira Fleury

R. Sergipe, 401 — conjunto 309 — São Paulo (SP) — CEP 01243-001

Tel. (11) 3256-9928 — Cel. (11) 970707871 — E-mail: hjfleury@uol.com.br

Fonte de fomento: nenhuma declarada. Conflito de interesse: nenhum.

Data de entrada: 12 de março de 2024; Última modificação: 14 de março de 2024; Aceite:

INTRODUÇÃO

O surgimento e a ampla adoção das redes sociais revolucionaram a maneira como os adolescentes, jovens adultos e indivíduos de todas as faixas etárias se comunicam e interagem cada vez mais. Passaram a fazer parte das nossas vidas, mesmo entre crianças.¹

Desde a pandemia de COVID-19, os dispositivos de mídia e o acesso à internet cresceram exponencialmente. Os adolescentes começaram a consultar as mídias sociais (Instagram, TikTok e YouTube) e, durante o “lockdown”, mantiveram atividades, como o aprendizado escolar e a comunicação com colegas e amigos.

O uso dessas mídias tem sido associado a mudanças nos relacionamentos amorosos e sexuais, proporcionando acesso às informações sobre saúde sexual e facilitando a formação de vínculos.

Adolescentes femininas expostas às mídias sociais adquiriram mais conhecimento sobre saúde sexual e reprodutiva, incluindo relações sexuais, gravidez, métodos contraceptivos e HIV/AIDS.²

Um dos impactos mais significativos dessas mídias nos relacionamentos sexuais é o aumento da conectividade e da comunicação. Plataformas como Facebook, Instagram e WhatsApp permitem que parceiros permaneçam em contato, compartilhem momentos de intimidade e mantenham sentimentos de proximidade, particularmente em relacionamentos a distância. Podem promover práticas de sexo seguro, melhorar o bem-estar emocional e a compreensão dos papéis e das consequências de determinados comportamentos sexuais, especialmente aqueles de risco.

Apesar desses benefícios, também podem estar relacionadas a consequências adversas, especialmente em indivíduos mais vulneráveis, como os jovens. A prática de enviar textos, fotos e vídeos com conteúdos eróticos por aplicativos e por redes sociais (conhecido como *sexting*) é a principal atividade sexual on-line entre os adolescentes, o que pode conduzir a comportamentos sexuais negativos.³ A maioria dos meninos (94%) e muitas meninas (64%) acreditam que podem evitar o sexo inseguro, porém menos da metade consegue controlar os riscos quando confrontados com a situação real.⁴

Portanto, o impacto das redes sociais no comportamento sexual é complexo, havendo indícios de que a falta de conscientização e a educação inadequada sobre sexo geram práticas sexuais inseguras associadas às mídias sociais.³

O objetivo desse texto é alertar sobre como adolescentes e jovens adultos estão usando as mídias sociais e a influência dessas plataformas nos relacionamentos sexuais.

O USO INADEQUADO DAS MÍDIAS SOCIAIS POR JOVENS

O uso excessivo das mídias está associado a comportamentos de risco para a saúde de jovens, sendo necessários novos estudos para determinar quais aspectos são mais nocivos.⁵

Uma revisão de 68 estudos relativos ao uso das redes sociais por crianças e adolescentes identificou que 19 deles lidavam com depressão, 15 com dieta, 15 com problemas psicológicos (o risco mais relatado de uso de mídia social), problemas relacionados ao sexo, entre outros, sugerindo a necessidade de pediatras estarem conscientes dos riscos e atentos para identificar os sinais de uso excessivo.¹

Um estudo envolvendo 10.425 meninas adolescentes na Índia mostrou que 28% delas tinham sido expostas à mídia social e apenas um pequeno número entre expostas e não expostas revelava conhecimento sobre saúde sexual e reprodutiva (8,7% sabiam sobre relacionamento sexual e gravidez, 11,4% sobre métodos contraceptivos e 6,6% sobre HIV/AIDS).² Aquelas que foram expostas apresentavam mais conhecimento sobre relações sexuais e gravidez, métodos contraceptivos e HIV/AIDS em comparação com as sem acesso, o que sugere que as mídias sociais podem ser uma ferramenta poderosa para melhorar o conhecimento sobre saúde sexual e reprodutiva entre meninas adolescentes.²

Três ou mais horas diárias no Facebook, em população de 236 estudantes universitários afro-americanos, foram associadas a sexo sem camisinha e a busca por relacionamentos. A população feminina foi menos propensa a fazer sexo sem preservativo, porém com tendência a mais parceiros sexuais simultâneos do que a masculina, a qual por sua vez buscava mais contato.⁶ Esses resultados indicam que plataformas de mídia social podem influenciar comportamentos sexuais de risco nessa população.⁶

Adolescentes e jovens adultos que não se identificam como heterossexuais, principalmente homens homo e bissexuais, usam a internet para aumentar sua autoconsciência em relação à sua orientação sexual, aprender sobre a vida da comunidade gay, se comunicar e se encontrar com outras pessoas homo ou bissexuais, encontrar aceitação da orientação sexual, entre outros objetivos relacionados ao desenvolvimento da orientação, ao apoio social e à conexão com outras pessoas caracterizadas como minorias sexuais.⁷ Um estudo com 146 jovens de minorias sexuais e 477 jovens heterossexuais identificou que os dois grupos utilizam igualmente sites de redes sociais, porém os de minorias sexuais usam mais os sites para o desenvolvimento de orientação sexual e comunicação social.⁷

Esse uso de mídias sociais entre adolescentes tem grande impacto no comportamento sexual. Apesar de várias consequências positivas, como compreensão do papel sexual e das

consequências, práticas de sexo seguro e melhoria do bem-estar emocional, pode também haver aspectos negativos, como abusos, pornografia, múltiplos parceiros sexuais on-line e insatisfação sexual.³

A INFLUÊNCIA NOS RELACIONAMENTOS SEXUAIS

Considerando que o desenvolvimento sexual saudável pressupõe a capacidade de comunicar e negociar as necessidades sexuais com empatia pelos desejos e necessidades da parceria, o conceito de agência sexual torna-se relevante para as mídias sociais. Refere-se a habilidades tais como sentir prazer sexual, assertividade, comunicação e conscientização relativa à saúde sexual, percepção de limites e empatia.⁸

Jovens utilizam diferentes plataformas de mídia social para fins distintos e conhecem as características de cada público, também negociam e criam suas próprias regras para o comportamento online, baseados em experiências passadas,⁹ o que torna a fortalecimento da agência sexual importante para o desenvolvimento da identidade e de práticas sexuais saudáveis entre adolescentes.⁸

As redes sociais desempenham um papel significativo na formação da agência sexual, com amigos influenciando as atitudes em relação ao sexo e aos relacionamentos. Um estudo envolvendo 50 adolescentes, entre 14 e 17 anos, identificou sinais de desenvolvimento dessas habilidades, sugerindo que estão se tornando mais conscientes e no controle de seus sentimentos e comportamentos sexuais. Eles têm ideias complexas sobre namoro e início de relacionamentos românticos e sexuais.¹⁰

Um exemplo disso são os jovens australianos, que aprendem sobre relacionamentos e sexualidade nas mídias sociais,

filmes e programas de TV, nos quais encontram referências para as experiências de romance e sexo. Eles também assistem pornografia, o que pode criar ideias fantasiosas sobre sexo, especialmente para meninos.¹⁰

Além disso, o aumento do uso das mídias sociais teve impacto significativo na compreensão e aplicação de normas de privacidade e limites no comportamento sexual. As plataformas de mídia social se tornaram espaços populares para interação e compartilhamento de informações pessoais, levando à necessidade de gerenciar questões como privacidade. A tecnologia popular faz com que os usuários se sintam à vontade, o que aumenta a confiança,¹¹ desafiando a privacidade e os limites, especialmente quando se trata de relacionamentos sexuais. A mídia social pode levar à confusão entre vida pública e privada, o que torna essencial que os usuários estabeleçam limites claros com suas parcerias quanto ao que é compartilhado on-line. A falta de comunicação sobre esses limites pode levar a sérios mal-entendidos e conflitos.

CONCLUSÃO

As mídias sociais podem ser uma ferramenta valiosa para educação e conscientização em saúde sexual, por facilitar o acesso a informações, capacitando os indivíduos a tomar decisões acertadas sobre relacionamentos sexuais e bem-estar.

Embora possam melhorar a conectividade e fornecer informações valiosas, também representam desafios com vários riscos associados, inclusive para a saúde sexual.

Profissionais de saúde e pesquisadores devem se interessar pela etiqueta das redes sociais, no sentido de orientar pais, professores e os próprios adolescentes e jovens adultos sobre potenciais benefícios e riscos.

REFERÊNCIAS

1. Bozzola E, Spina G, Agostiniani R, et al. The Use of Social Media in Children and Adolescents: Scoping Review on the Potential Risks. *Int J Environ Res Public Health*. 2022;19(16):9960. PMID: 36011593; <https://doi.org/10.3390/ijerph19169960>.
2. Saha R, Paul P, Yaya S, Banke-Thomas A. Association between exposure to social media and knowledge of sexual and reproductive health among adolescent girls: evidence from the UDAYA survey in Bihar and Uttar Pradesh, India. *Reprod Health*. 2022;19(1):178. PMID: 35978427; <https://doi.org/10.1186/s12978-022-01487-7>.
3. Arsal FS, Abdul Khani MIA, Daud F. A Systematic Review of Immersive Social Media Activities and Risk Factors for Sexual Boundary Violations among Adolescents. 2020. <https://doi.org/10.31436/imjm.v20i1.1766>.
4. Kisaakye P, Bukuluki P, Wandiembe SP, et al. How Self-Efficacy and Agency Influence Risky Sexual Behavior among Adolescents in Northern Uganda. *Adolescents*, 2023(3):404-415. <http://dx.doi.org/10.3390/adolescents3030028>.
5. Purba AK, Thomson RM, Henery PM, et al. Social media use and health risk behaviours in young people: systematic review and meta-analysis. *BMJ*. 2023;383:e073552. PMID: 38030217; <https://doi.org/10.1136/bmj-2022-073552>.
6. Regmi PR, van Teijlingen ER, Silwal RC, Dhital R. Role of social media for sexual communication and sexual behaviors: A focus group study among young people in Nepal. 2022. <http://dx.doi.org/10.3126/jhp.v10i1.50995>.
7. Ceglarek PJD, Ward LM. A tool for help or harm? How associations between social networking use, social support, and mental health differ for sexual minority and heterosexual youth. *Comput Human Behav* 2016;65:201–9. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.07.051>.

8. Lim MSC, Cooper S, Lewis L, et al. Prospective mixed methods study of online and offline social networks and the development of sexual agency in adolescence: the Social Networks and Agency Project (SNAP) protocol. *BMJ Open*. 2019;9(5):e024329. PMID: 31110083; <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2018-024329>.
9. Cooper S, Schobert K, Cheruvillil S, Porter A, Palmedo PC. Posts, Likes, Shares, and DMs: A Qualitative Exploration of How Social Media Is Related to Sexual Agency in Young People. *J Health Commun*. 2021;26(2):121-126. PMID: 33736576. <https://doi.org/10.1080/10810730.2021.1890283>.
10. Cooper SC, Ferreira K, Edwards RG et al. A Qualitative Exploration of Young Australians' Experiences of Social Media's Impacts on Relationship Development. 2022. <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-2166861/v1>.
11. Horne, C, Przepiorka W. Technology use and norm change in online privacy: experimental evidence from vignette studies. 2023. <https://doi.org/10.1080/1369118X.2019.1684542>;