

OS IMPACTOS NEGATIVOS NA SAÚDE MENTAL DE JOVENS ADULTOS QUE UTILIZAM APLICATIVOS DE RELACIONAMENTO NA BUSCA POR PARCEIROS

Kedma Chalegre de Lima Costa¹

RESUMO

Os relacionamentos e afetos migraram para o campo virtual com a criação de aplicativos de namoro e com a rede móvel e os smartphones, passamos a ficar frequentemente conectados, independentemente de onde estivermos. O presente artigo analisa as implicações das redes sociais virtuais na configuração de relacionamentos dos jovens adultos. Fundamenta-se em pesquisa bibliográfica em artigos disponíveis virtualmente. A revisão bibliográfica permitiu conhecer as vantagens e as desvantagens dos jovens que aderem às redes sociais virtuais e aplicativos de namoro para se relacionar. Refletimos como a lógica de funcionamento destes dispositivos promovem em certa medida, uma promessa de felicidade, de encontro do parceiro ideal, chancelado pelo contexto neoliberal. Conclui-se que quanto mais as pessoas tentam ser vistas por meio da tecnologia, mais acabam se perdendo nesse processo.

Palavras-chave: saúde mental; redes sociais virtuais; relacionamentos.

1 INTRODUÇÃO

Na contemporaneidade, observamos mudanças significativas na forma de se relacionar. Chats e redes sociais ampliam o alcance das interações sociais, no entanto, a forma como os indivíduos frequentemente se comportam nesse ambiente dá origem a novos fenômenos e atitudes, com reações tanto positivas quanto negativas. Ao se colocarem, ou serem colocados, como objetos de consumo, os sujeitos passam a negociar sua imagem, identidade e valor simbólico de maneira alinhada à lógica mercadológica. Os aplicativos de relacionamento contribuem para a mercantilização do amor, como se fosse possível escolher características de um parceiro da mesma forma que se escolhe um produto, dentro da lógica do sistema capitalista. Tal dinâmica pode ser compreendida à luz da "sociedade do espetáculo", na qual a imagem e a aparência assumem centralidade nas relações. Além disso, a lógica da autopromoção constante e da busca por validação pode ser compreendida a partir da perspectiva do "capitalismo de vigilância", que transforma dados, comportamentos e até emoções em mercadoria.

Essa dinâmica reflete a fluidez da modernidade líquida e dos relacionamentos instantâneos, vivemos tempos de relacionamentos efêmeros. O trabalho pretende realizar uma revisão

¹ Graduanda em Psicologia na Faculdade ESUDA

bibliográfica dos impactos na saúde mental dos jovens adultos, nessa nova dinâmica das relações; compreender os efeitos negativos de se colocar numa vitrine, de se tornar um bem de consumo, ou mesmo, ser colocado no papel de ter que dar o “maior lance” ao objeto pretendido, onde tudo está propenso a mudar, com muita rapidez; onde os relacionamentos seguem a lógica da mercadoria, que se der defeito, pode ser trocado.

Os aplicativos mencionados aqui têm, em geral, o objetivo de funcionar como plataformas de cadastro de perfis, que podem ser acessadas a qualquer momento, quando há interesse em algum tipo de interação. Nesta pesquisa, utilizaremos como principal referência o aplicativo de relacionamento Tinder, por ser o mais citado nos atendimentos analisados. No entanto, existem outros, como o Inner Circle, Bumble e Happn, cada um com suas próprias propostas e promessas.

2 BREVE HISTÓRICO DAS REDES SOCIAIS

As redes sociais virtuais disponíveis para conexões são inúmeras. Embora os relacionamentos mediados por tecnologias digitais sejam frequentemente considerados um fenômeno contemporâneo, é importante destacar que formas de interação remota já existiam antes da popularização da internet. A sociabilidade à distância não é, portanto, uma novidade do século XXI, mas sim uma transformação progressiva impulsionada por diferentes tecnologias ao longo do tempo.

Nos anos 1980 e 1990, por exemplo, práticas como as chamadas em conferência telefônica (também conhecidas como chamadas em grupo) já permitiam a comunicação simultânea entre múltiplas pessoas através de uma única linha telefônica. Inicialmente restritas a ambientes corporativos, essas chamadas passaram a integrar a vida cotidiana de muitos usuários com a popularização de centrais digitais e serviços voltados ao público geral, como o “Disque-Amizade”, que oferecia salas de bate-papo por voz em tempo real. Tais serviços criavam espaços de interação interpessoal mediados tecnologicamente, nos quais se estabeleciam vínculos afetivos e redes sociais, ainda que sem o suporte visual e multimodal das plataformas atuais .

Esses modos de comunicação pré-digitais demonstram que o desejo humano por conexão remota antecede os aplicativos contemporâneos. A mediação tecnológica das relações, portanto, não é um fenômeno exclusivamente vinculado à era da internet, mas um processo histórico de longa duração, marcado por mudanças nos dispositivos, protocolos e formas de uso, sem alterar substancialmente a motivação relacional subjacente.

No começo do século XXI, os computadores começaram a se conectar entre si por meio de circuitos digitais, o que abriu caminho para que as pessoas também se conectassem umas às outras. Com o avanço das redes sociais virtuais, nossa sociedade começou a mudar rapidamente. Primeiro veio o e-mail, depois os bate-papos online, que logo evoluíram para ferramentas como o MSN e, mais adiante, para plataformas como Orkut e Facebook. Essas redes ampliaram os laços entre as pessoas, permitindo que muitas se conectassem ao mesmo tempo, de formas antes impensáveis. Isso tudo acabou transformando profundamente a forma como vivemos e nos organizamos enquanto sociedade.

Os aplicativos de namoro também trouxeram um novo jeito de se relacionar, mais horizontal. Foi nesse cenário que nasceu o que hoje conhecemos como Web 2.0. Com a aceleração do tempo e a derrubada das fronteiras físicas e psicológicas, os vínculos se tornaram mais rápidos, passageiros e variados. Nesse contexto, a internet, a tecnologia e o mundo virtual passaram a influenciar diretamente a maneira como os jovens se relacionam e convivem.

3 A FORÇA DA IMAGEM NOS RELACIONAMENTOS VIRTUAIS

A noção de interação social ganha um novo significado, já que esta ocorre muitas vezes mais à distância do que presencialmente. Apesar de haver aspectos positivos nos encontros virtuais, o uso ilimitado das conexões eletrônicas pode levar ao desencontro no mundo real, resultando no afastamento físico entre as pessoas. Isso ocorre, por exemplo, quando os encontros virtuais passam a ser vistos como suficientes e começam a substituir os encontros presenciais.

Há diferentes vivências com aplicativos de namoro: algumas pessoas encontraram o amor por meio dele, outras nunca chegaram a marcar um encontro, algumas o utilizam apenas para sexo casual e conseguem atingir seus objetivos, enquanto outras ainda estão usando sem saber exatamente o que buscam. O aplicativo trouxe tanto encontros quanto desencontros, facilitando a conexão com pessoas distantes, mas ao mesmo tempo dificultando os encontros com quem está mais próximo.

Nesse novo modelo de conexão, a imagem ocupa o centro das relações, funcionando como um elo que, embora aproxime, cria vínculos muitas vezes simulados. As redes sociais têm ditado normas, condutas, posturas e imagens para seus usuários, além de fortalecer a criação de uma persona que atenda aos seus ditames. O que faz com que as pessoas, principalmente jovens, sofram com a simples ameaça de não fazerem parte deste universo virtual.

Partindo dessa ideia, é possível perceber que vivemos uma espécie de crise de visibilidade, uma necessidade constante de se mostrar, de estar presente no olhar do outro.

A imagem, nesse contexto, já não remete ao mundo real, ela se refere apenas a si mesma, marcando uma época em que o visível se tornou o principal valor. Pessoas, objetos e experiências, ao serem transformados em imagens, multiplicam-se, mas também se diluem. É nesse movimento de virtualização da vida que se desenha uma nova forma de existir no mundo, uma forma cada vez mais volátil e menos enraizada na experiência concreta.

Movido pelo desejo de ser visto e de despertar o interesse do outro, o sujeito passa a remodelar constantemente sua própria imagem. Nessa tentativa de se tornar visível e desejável, o que se projeta no ambiente virtual ganha um novo valor, quase como uma moeda de existência. É por meio dessa imagem que muitos buscam afirmar que estão ali, que existem.

Com o tempo, porém, essa imagem vai perdendo seu vínculo com a realidade. Ela se afasta do que é concreto, do que é vivido de fato, e passa a representar algo efêmero, fugidivo, uma presença que não se sustenta, que escapa ao controle. Trata-se de uma imagem carregada de expectativas, mas esvaziada de verdade. A lógica do visível ganha força, enquanto o que não se vê, o que não se mostra, parece perder valor.

4 EFEMERIDADE DOS RELACIONAMENTOS

Mas essa crise não diz respeito apenas ao que se vê. Ela alcança também o campo dos afetos e das relações humanas, que, pressionadas pela velocidade da vida contemporânea, tornam-se mais frágeis e efêmeras. Essa busca incessante pela exposição transforma os laços interpessoais em algo cada vez mais imediato e passageiro.

Hoje, com tantas opções de relações disponíveis, parece que se deseja muito pouco, ou se deseja tudo ao mesmo tempo, já que somos levados a buscar prazeres imediatos. O que esses aplicativos oferecem é a promessa de satisfação rápida, o que afeta a forma como lidamos com o tempo. Com isso, quase não há espaço para o desejo crescer.

Os aplicativos de relacionamento têm mudado a forma como vivemos o amor hoje em dia. Elas trazem facilidades, como conversar com várias pessoas ao mesmo tempo, mas também permitem atitudes como simplesmente deixar alguém no silêncio, sem resposta. Nas clínicas psicológicas, isso costuma aparecer como fonte de incômodo e sofrimento.

Esse mal-estar começa a tomar forma em situações muito comuns nesse tipo de experiência, como quando a troca de mensagens é interrompida de repente, quando o “match” simplesmente desaparece (o que chamamos de ghosting), ou ainda quando conversas que

pareciam promissoras não levam a nenhum convite para um encontro presencial. Nessas horas, a frustração aparece, e a expectativa de um possível futuro com o outro acaba sendo colocada em dúvida.

Essas situações nos fazem pensar: que tipo de relação está sendo criada dentro desse ritmo rápido dos aplicativos? Qual é o tempo necessário para que um vínculo realmente aconteça, se muitas conversas acabam poucas horas depois de começarem? Nesse cenário, o amor também acaba sendo tratado como mais um item de consumo: algo que se pode “adquirir”.

Embora os aplicativos ofereçam ferramentas que prometem filtrar e ajudar a encontrar exatamente o que se busca, com uma variedade quase infinita de opções, essa abundância também pode causar uma angústia constante. As tentativas repetidas de encontrar o parceiro ideal acabam refletindo um sentimento de fracasso, já que o que se busca nunca parece ser exatamente encontrado, transformando o amor em uma busca constante e incompleta.

5 CONCLUSÃO

A pesquisa evidenciou como as tecnologias digitais e os aplicativos de relacionamento vêm transformando profundamente a experiência amorosa na contemporaneidade. A lógica do consumo e da imagem, tão presente nesse ambiente virtual, redefine a maneira como os jovens constroem suas identidades e estabelecem vínculos afetivos. A mercantilização do amor, aliada à busca incessante pela visibilidade e pela satisfação imediata, resulta em relações cada vez mais efêmeras, marcadas pela fragilidade dos laços e pela dificuldade de concretizar encontros presenciais que deem sentido a essas conexões.

A rapidez com que as interações acontecem e se desfazem, muitas vezes sem explicações, revela uma crise na temporalidade das relações, comprometendo o desenvolvimento do desejo e a possibilidade de um compromisso mais duradouro. Além disso, a abundância quase infinita de opções pode gerar angústia e sentimentos de fracasso, reforçando a ideia de que o amor se tornou uma busca contínua, porém incompleta.

Assim, torna-se urgente aprofundar as pesquisas sobre os impactos dessa nova dinâmica nas relações interpessoais e na saúde mental dos jovens, buscando compreender melhor como esses fenômenos influenciam o modo como nos relacionamos, nos percebemos e nos sentimos no mundo cada vez mais conectado. Compreender essa complexidade é fundamental para pensar estratégias que possam promover relações mais autênticas, saudáveis e significativas no contexto das tecnologias digitais.

REFERÊNCIAS

BAUMAN, Z. **Amor líquido: sobre a fragilidade dos laços humanos**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Editor, 2004.

BORDIGNON, C.; BONAMIGO, I. Os jovens e as redes sociais virtuais. **Pesqui. prá. psicossociais**, São João del-Rei , v. 12, n. 2, p. 310-326, ago. 2017 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-89082017000200006&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 6 maio 2025.

CARDOSO JÚNIOR, A. DE L.; WAHBA, L. L.. Ingresso do afeto: Exposição indevida e *ghosting* em jovens usuários de redes sociais. **Revista Brasileira de Psicodrama**, v. 30, p. e1822, 2022.

DE ARAUJO, L. U. I. S. A poção do amor na era dos aplicativos. **Anais do Interprogramas Secomunica**, v. 8, 2024.

DELA COLETA, A. DOS S. M.; DELA COLETA, M. F.; GUIMARÃES, J. L.. O amor pode ser virtual? O relacionamento amoroso pela Internet. **Psicologia em Estudo**, v. 13, n. 2, p. 277–285, abr. 2008.

JUSTO, C.A. A.T. Os jovens, a internet e as novas formas de sociabilidade. In: NOVAES, Aauto (Org.). Hipertexto. **São Paulo: Companhia das Letras**, 2005. p. 65–84.

KOBS, V.D. Falando do passado: mídias e tecnologia nas décadas de 1980 e 1990. **Interartes: Blog de artes & mídias**. Disponível em: <https://danielkobsveronica.wixsite.com/interartes/post/falando-do-passado-m%C3%ADdias-e-tecnologia-nas-d%C3%A9cadas-de-1980-e-1990?utm_source=chatgpt.com>. Acesso em: 6 maio 2025.

SIBILIA, P. **O show do eu: a intimidade como espetáculo**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2008.