



ISSN 1983-0173

PREJUÍZOS COGNITIVOS CAUSADOS PELA NOMOFOBIA EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Jaqueline de Souza Rodrigues^{1*}; Renata Cortez Horsts¹; Wallef Miguel de Oliveira¹; Thiago Soares¹

¹ Psicologia, Faculdade do Futuro, Manhuaçu, Minas Gerais, Brasil.

A nomofobia é uma doença psicológica do século XXI, sua causa é devido ao uso exagerado da tecnologia, principalmente os celulares. Este estudo teve como objetivo geral realizar uma pesquisa bibliográfica sobre a nomofobia, como ela pode afetar a vida acadêmica dos universitários e quais impactos pode causar na saúde mental desses indivíduos de forma a trazer prejuízos, investigando os possíveis danos provocados a saúde mental pela nomofobia. Discutimos possíveis danos provocados a uma aprendizagem de qualidade. Analisamos como a carreira acadêmica é afetada. A metodologia utilizada foi uma revisão bibliográfica, através da análise de artigos e livros, utilizando alguns critérios. Como resultado é possível perceber que o assunto ainda é escasso e pouco estudado, devido a essa questão seja necessário o estudo mais aprofundado sobre o tema para que o diagnóstico seja relevante e os tratamentos eficazes sejam realizados para recuperação dos pacientes. O uso excessivo das redes sociais pode causar muitos malefícios aos estudantes universitários comprometendo o seu aprendizado, causando insônia, depressão, ansiedade e baixo rendimento. A terapia é uma opção favorável e significativa através da ajuda do psicólogo que possui papel fundamental na recuperação desses indivíduos, fazendo com que eles tenham autocontrole e possam trabalhar suas queixas.

Palavras-chave: nomofobia; ansiedade; saúde mental; estudantes; cognitivo.

