ASSOCIAÇÃO ENTRE REDES SOCIAIS E DESEMPENHO ACADÊMICO DE ESTUDANTES DE MEDICINA: REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

Association between social networks and academic performance of medical students: an integrative review of the literature

Asociación entre redes sociales y rendimiento académico de estudiantes de Medicina: revisión integrativa de la literatura

1. Leticia Dantas Fragoso. Estudante de medicina. Centro Universitário de Patos (UNIFIP). leticiafragoso@med.fiponline.edu.br. 0009-0006-4780-2272

2. Alícia Germano Soares Portela. Estudante de medicina. Centro Universitário de Patos (UNIFIP). aliciaportela@med.fiponline.edu.br. 0009-0007-6750-0420

3. Livia Dantas Fragoso. Médica. Centro Universitário de Patos (UNIFIP). liviafragoso@med.fiponline.edu.br. 0000-0002-7436-7660

4. Kamilly Vitória Dantas Barbosa . Estudante de medicina. Centro Universitário de Patos (UNIFIP). kamillydantas19@gmail.com. 0009-0004-9249-1536

5. Isaura Ferreira da Costa. Estudante de medicina. Centro Universitário de Patos (UNIFIP). isauracosta@med.fiponline.edu.br. 0009-0009-5930-7959

6. Tiago Bezerra de Sá de Sousa Nogueira , Docente, Centro Universitário de Patos (UNIFIP). tiagobezerra@fiponline.edu.br. 0000-0002-5717-340X

Submetido: 29/10/2026
Aprovado: 27/11/2026

ISSN 2177-5052

Resumo

Objetivo: Analisar a associação entre o uso de redes sociais e o desempenho acadêmico de estudantes de Medicina, identificando os principais padrões de utilização relacionados ao rendimento acadêmico. **Método:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, realizada nas bases PubMed/MEDLINE e Portal de Periódicos CAPES. Foram utilizados os descritores *Medical Students*, *Social Media* e *Academic Performance*, combinados por operadores booleanos. Incluíram-se artigos originais publicados entre 2016 e 2026, disponíveis em texto completo e acesso aberto, nos idiomas português, inglês ou espanhol. Após a triagem, a exclusão de duplicados e a leitura integral, foram selecionados 15 estudos. **Resultados:** Todos os estudos apresentaram delineamento transversal. Predominaram associações negativas entre o uso excessivo ou problemático das redes sociais e o desempenho acadêmico, especialmente quando o tempo de utilização interferia nas atividades de estudo. Também foram identificadas relações com ansiedade, sofrimento psicológico, estresse e procrastinação. Em contrapartida, estudos apontaram benefícios potenciais do uso das redes sociais para fins acadêmicos, como acesso a conteúdos educacionais, comunicação e compartilhamento de conhecimentos. **Conclusão:** A associação entre o uso de redes sociais e o desempenho acadêmico parece depender da intensidade e da finalidade de utilização. O uso excessivo ou problemático pode estar relacionado a resultados acadêmicos desfavoráveis, enquanto a utilização direcionada à aprendizagem pode favorecer o desempenho. Entretanto, o predomínio de estudos transversais limita o estabelecimento de relações causais, sendo necessários estudos longitudinais para aprofundar essa associação.

Palavras-chave: “Redes Sociais”; “Estudantes de Medicina”; “Desempenho Acadêmico”.

Abstract

Objective: To analyze the association between social media use and academic performance among medical students, identifying the main patterns of use related to academic achievement. **Method**: This is an integrative literature review conducted using the PubMed/MEDLINE databases and the CAPES Journals Portal. The descriptors Medical Students, Social Media, and Academic Performance were combined using Boolean operators. Original articles published between 2016 and 2026, available in full text and open access, in Portuguese, English, or Spanish, were included. After screening, duplicate removal, and full-text assessment, 15 studies were selected. **Results:** All studies employed a cross-sectional design. Negative associations predominated between excessive or problematic social media use and academic performance, particularly when time spent on social media interfered with study activities. Associations with anxiety, psychological distress, stress, and procrastination were also identified. Conversely, some studies highlighted the potential benefits of social media for academic purposes, including access to educational content, communication, and knowledge sharing. **Conclusion**: The association between social media use and academic performance appears to depend on the intensity and purpose of use. Excessive or problematic use may be associated with poorer academic outcomes, whereas use directed toward learning may support academic performance. However, the predominance of cross-sectional studies limits the establishment of causal relationships, and longitudinal studies are needed to further investigate this association.

Keywords: “Social Media”; “Medical Students”; “Academic Performance”.

ISSN 2177-5052

Resumen

Objetivo: Analizar la asociación entre el uso de las redes sociales y el rendimiento académico de los estudiantes de Medicina, identificando los principales patrones de utilización relacionados con el desempeño académico. **Método:** Se trata de una revisión integrativa de la literatura, realizada en las bases de datos PubMed/MEDLINE y el Portal de Periódicos CAPES. Se utilizaron los descriptores *Medical Students*, *Social Media* y *Academic Performance*, combinados mediante operadores booleanos. Se incluyeron artículos originales publicados entre 2016 y 2026, disponibles en texto completo y de acceso abierto, en portugués, inglés o español. Tras el proceso de selección, la eliminación de duplicados y la lectura completa de los artículos, se seleccionaron 15 estudios. **Resultados:** Todos los estudios presentaron un diseño transversal. Predominaron las asociaciones negativas entre el uso excesivo o problemático de las redes sociales y el rendimiento académico, especialmente cuando el tiempo de utilización interfería con las actividades de estudio. También se identificaron relaciones con la ansiedad, el malestar psicológico, el estrés y la procrastinación. Por otro lado, algunos estudios señalaron beneficios potenciales del uso de las redes sociales con fines académicos, como el acceso a contenidos educativos, la comunicación y el intercambio de conocimientos. **Conclusión:** La asociación entre el uso de las redes sociales y el rendimiento académico parece depender de la intensidad y la finalidad de su utilización. El uso excesivo o problemático puede estar relacionado con resultados académicos desfavorables, mientras que la utilización orientada al aprendizaje puede favorecer el desempeño académico. Sin embargo, el predominio de estudios transversales limita el establecimiento de relaciones causales, por lo que se necesitan estudios longitudinales para profundizar en esta asociación.

Palabras clave: “Redes Sociales”; “Estudiantes de Medicina”; “Rendimiento Académico”.

Introdução

As redes sociais digitais assumiram papel relevante na sociedade contemporânea, apresentando ampla disseminação em escala mundial. Aproximadamente 67,9% da população mundial utiliza essas plataformas, correspondendo a mais de 5,44 bilhões de usuários (Kemp, 2025). Elas são ferramentas digitais que possibilitam a comunicação e a interação entre usuários, permitindo a criação de vínculos, a troca de informações e o compartilhamento de conteúdos diversos. Essas plataformas estão presentes em diferentes áreas da vida cotidiana, abrangendo desde o entretenimento e a educação até as relações pessoais e profissionais. Entre as mais conhecidas, destacam-se Facebook, Instagram, TikTok, LinkedIn e WhatsApp, que oferecem recursos variados de acordo com suas finalidades e características (Campos, 2026).

As mídias sociais possibilitam a interação entre pessoas e a produção e disseminação de diferentes tipos de conteúdo. Por meio dessas ferramentas, os usuários podem trocar informações, compartilhar opiniões e experiências, expressar sentimentos e desenvolver interações nos âmbitos pessoal, social e educacional, alcançando indivíduos de diferentes

regiões do mundo (Alahmar, 2016).

No contexto da formação médica, o uso dessas plataformas merece atenção devido às exigências acadêmicas do curso, que demandam dedicação, organização do tempo e estudo contínuo. Embora as redes sociais possam favorecer a troca de conhecimentos e o acesso a materiais educativos, seu uso excessivo também pode competir com o tempo destinado às atividades acadêmicas, favorecer distrações e contribuir para a procrastinação. Dessa forma, os efeitos associados a essas ferramentas podem variar conforme a frequência, a intensidade e a finalidade de utilização (Mota; Nascimento, 2023).

A graduação médica é marcada por uma intensa carga de estudos, avaliações frequentes e elevada exigência de desempenho, fatores que podem comprometer o equilíbrio entre as atividades acadêmicas e o descanso. Nesse cenário, as redes sociais apresentam tanto potencialidades quanto possíveis prejuízos: podem favorecer a comunicação entre estudantes, o compartilhamento de materiais e o acesso a informações relevantes para a aprendizagem, mas também podem funcionar como fontes de distração quando utilizadas excessivamente. O tempo dedicado a essas plataformas podem competir com o período destinado aos estudos e ao sono, especialmente quando há dificuldade em controlar sua utilização. Dessa forma, compreender a finalidade e os padrões de uso das redes sociais é importante para avaliar sua relação com a rotina acadêmica e o desempenho dos estudantes de Medicina (Silveira, 2026).

Embora parte dos estudos apresenta resultados semelhantes, existem diferenças entre as pesquisas quanto aos instrumentos utilizados, aos critérios de avaliação e à forma como o uso das redes sociais é definido e mensurado. Além disso, passar muito tempo conectado não significa, necessariamente, apresentar dependência dessas plataformas. A relação entre o uso das redes sociais e a saúde mental também é complexa, pois fatores emocionais podem influenciar o comportamento dos usuários no ambiente digital, assim como experiências negativas on-line podem contribuir para o sofrimento psicológico. Dessa forma, essa relação deve ser compreendida considerando não apenas o tempo de utilização, mas também os hábitos individuais e o contexto em que as redes sociais são utilizadas (WHO, 2025).

Moromizato *et al.* (2017), em estudo realizado com estudantes de Medicina, identificaram que 98,8% dos participantes utilizavam a internet e/ou as redes sociais diariamente. Além disso, 67,5% relataram interferências negativas do uso da internet nos estudos. Os autores também observaram associações entre determinados indicadores de uso desadaptativo da internet e sintomas de ansiedade e depressão, embora não tenham identificado associação estatisticamente significativa entre o tempo total de uso e esses sintomas. Esses resultados ressaltam a importância de considerar não apenas a duração do uso, mas também seus padrões e suas repercussões nas atividades acadêmicas e na saúde mental dos estudantes.

Nesse sentido, o uso das redes sociais pode representar tanto um recurso de apoio à aprendizagem quanto uma fonte de distração, especialmente quando interfere no tempo destinado às atividades acadêmicas. A utilização excessiva ou problemática dessas plataformas pode estar associada à procrastinação, à redução do tempo disponível para estudar e a dificuldades na manutenção da concentração. Por outro lado, quando direcionadas a finalidades educacionais, as redes sociais podem facilitar a comunicação entre estudantes e o compartilhamento de materiais e informações relevantes para a formação médica.

Diante desse cenário, torna-se importante compreender como o uso das redes sociais se relaciona com o desempenho acadêmico de estudantes de Medicina, considerando tanto possíveis repercussões negativas quanto benefícios associados à utilização acadêmica dessas

ferramentas. Assim, o presente estudo tem como objetivo analisar a associação entre o uso de redes sociais e o desempenho acadêmico de estudantes de Medicina, por meio de uma revisão integrativa da literatura.

Método

A presente revisão integrativa teve como objetivo analisar a associação entre o uso de redes sociais e o desempenho acadêmico de estudantes de Medicina. A pesquisa foi norteada pela seguinte questão: “Qual é a associação entre o uso de redes sociais e o desempenho acadêmico de estudantes de Medicina?”. Trata-se de um método de pesquisa secundária que possibilita reunir, analisar e sintetizar estudos científicos publicados sobre determinada temática, mediante um processo sistemático, transparente e criterioso, conforme as diretrizes propostas por De Sousa, Bezerra e Do Egypto (2023). .

A busca dos estudos foi realizada nas bases de dados PubMed/MEDLINE e Portal de Periódicos da CAPES, utilizando os descritores controlados dos vocabulários Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e *Medical Subject Headings* (MeSH), relacionados aos termos *"Medical Students"*, *"Social Media"* e *"Academic Performance"*. Os descritores foram combinados por meio dos operadores booleanos AND e OR, visando ampliar a identificação de estudos relacionados à temática.

Foram estabelecidos como critérios de inclusão: artigos científicos originais, publicados no período de 2016 a 2026, disponíveis em texto completo e acesso aberto (*Open Access*), nos idiomas português, inglês ou espanhol, que envolvessem estudantes de Medicina e investigassem a associação entre o uso de redes sociais e o desempenho acadêmico. Foram considerados diferentes delineamentos metodológicos, incluindo estudos transversais, longitudinais e observacionais, desde que apresentassem resultados pertinentes à questão norteadora.

Foram excluídos artigos de revisão, cartas ao editor, editoriais, relatos de caso e estudos que abordassem exclusivamente o uso de smartphones, dependência de internet ou utilização geral de tecnologias, sem avaliar especificamente o uso de redes sociais. Também foram excluídos estudos que não envolvessem estudantes de Medicina ou que não apresentassem informações relacionadas ao desempenho acadêmico.

Após as etapas de busca e coleta dos dados, realizou-se a triagem e seleção dos estudos em três etapas: (1) análise dos títulos e resumos, considerando os critérios de elegibilidade previamente estabelecidos; (2) identificação e exclusão dos estudos duplicados; e (3) leitura integral dos artigos potencialmente elegíveis. Ao final desse processo, foram selecionados 15 estudos que atenderam aos critérios definidos e apresentaram relação direta com a questão norteadora, compondo a amostra final da revisão.

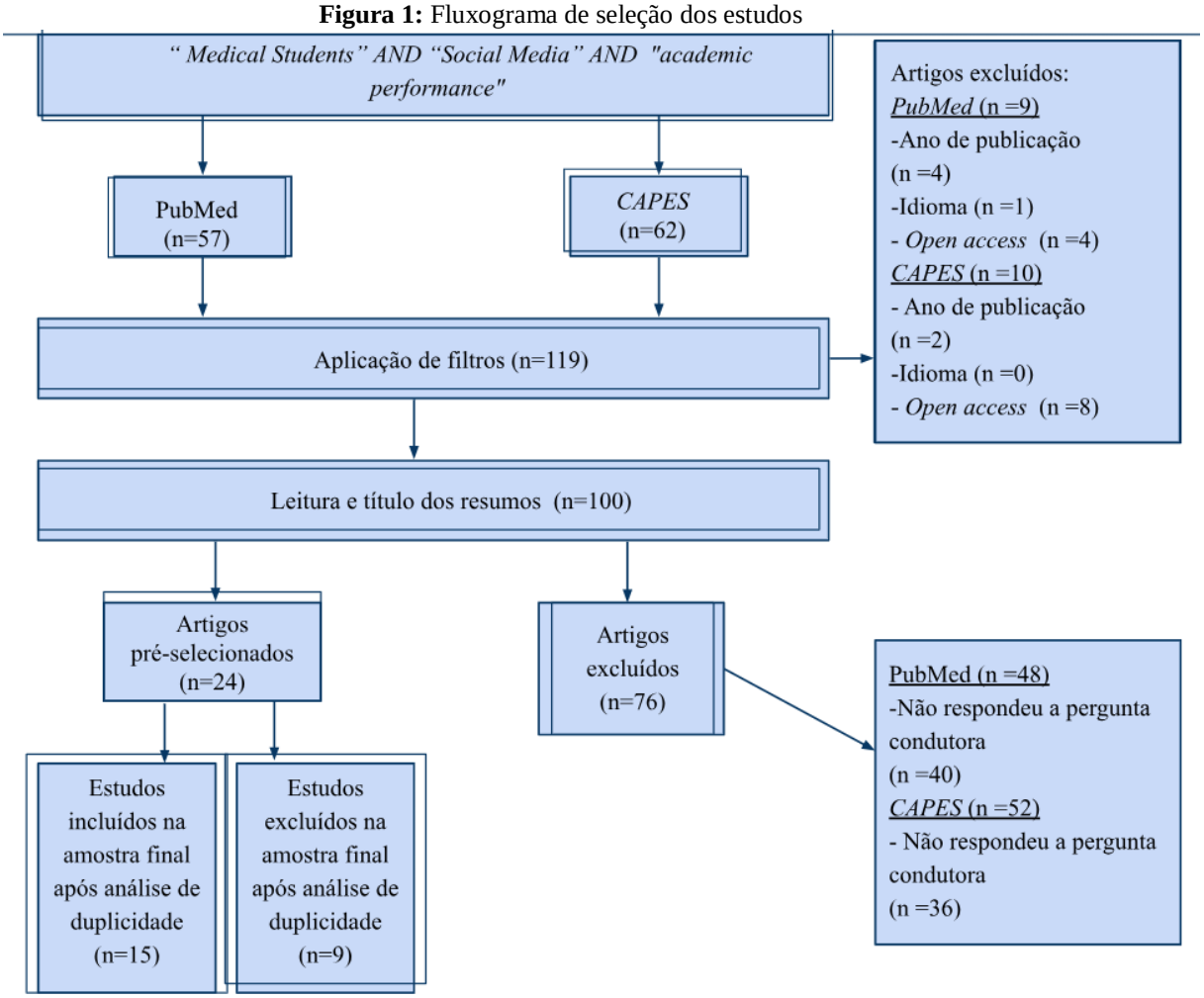
Os dados dos estudos selecionados foram organizados em instrumento de coleta contendo informações referentes a autor, ano de publicação, país, delineamento do estudo, população analisada, redes sociais avaliadas, método de avaliação do desempenho acadêmico e principais resultados. Posteriormente, os achados foram analisados de forma descritiva e integrados, buscando identificar as principais associações encontradas entre o uso de redes sociais e o desempenho acadêmico dos estudantes de Medicina.

O processo de identificação, triagem, elegibilidade e inclusão dos estudos foi apresentado em fluxograma, elaborado com base nas recomendações do *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA), conforme Page *et al.* (2023)

ISSN 2177-5052

(Figura 1).

Figura 1: Fluxograma de seleção dos estudos



Fonte: Dados de pesquisa, 2026.

Após a seleção dos estudos, os 15 artigos incluídos foram analisados de forma detalhada, considerando suas características metodológicas e os principais resultados relacionados à associação entre o uso de redes sociais e o desempenho acadêmico. Para a organização dos dados, foram extraídas informações referentes ao autor, ano de publicação, país, delineamento do estudo, população analisada, redes sociais avaliadas, forma de mensuração do desempenho acadêmico e principais achados. Posteriormente, os resultados foram agrupados e sintetizados de maneira descritiva, permitindo identificar os principais padrões e associações apresentados pelos estudos selecionados.

Resultados

No Quadro 1, verifica-se que os 15 artigos selecionados para este estudo são caracterizados como estudos transversais, correspondendo a 100% da amostra (n=15). Em

ISSN 2177-5052

relação ao ano de publicação, observa-se maior concentração nos anos de 2024, 2025 e 2026, com 20% dos estudos em cada ano (n=3). Os demais artigos foram publicados em 2019 e 2023, com 6,67% em cada ano (n=1), e em 2021 e 2022, com 13,33% em cada ano (n=2).

Quadro 1: Caracterização geral dos artigos selecionados para compor a RIL

Autor (Ano)	**Título**	**Idioma e país**	**Periódico**	**Tipo de Estudo**
Abdulsalim *et al.*, (2025)	*Evaluation of social media addiction and its relationship with anxiety and academic performance among medical and non-medical students: A cross-sectional study from Saudi Arabia*	Inglês, Arábia Saudita	*Healthcare*	Estudo transversal
Alshanqiti *et al.*, (2023)	*Social media usage and academic performance among medical students in Medina, Saudi Arabia*	Inglês, Arábia Saudita	Advances in Medical Education and Practice	Estudo transversal
Ashraf *et al.*, (2021)	*Social media improves students' academic performance: Exploring the role of social media adoption in the open learning environment among international medical students in China*	Inglês, China	*Healthcare*	Estudo transversal
Ather *et al.*, (2024)	*Examining the impact of social media overload on the academic performance of public medical college students of Lahore*	Inglês, Paquistão	*Life and Science*	Estudo transversal
Beetru *et al.*, (2026)	*Social Media Addiction and Its Association With Psychological Distress and Academic Performance Among Libyan Medical Students: A Cross-Sectional Study*	Inglês, Líbia	*Cureus*	Estudo transversal

Bhandarkar *et al.*, (2021)	*Impact of social media on the academic performance of undergraduate medical students*	Inglês, Índia	*Medical Journal Armed Forces India*	Estudo transversal
El Naggar *et al.*, (2024)	*Social media effects on the academic performance of undergraduate medical students in KSA*	Inglês, Arábia Saudita	*Majmaah Journal of Health Sciences*	Estudo transversal
Idrees *et al.*, (2025)	*Social Media Usage Pattern and Its Impact on Academic Performance of Public-Sector Medical Students*	Inglês, Paquistão	*Proceedings*	Estudo transversal
Khanimov *et. al.*, (2026)	*Impact of Social Media Use on Mental Health, Academic Performance, and Procrastination Among Medical College Students in Aruba*	Inglês, Aruba	*Cureus*	Estudo transversal
Lahiry *et al.*, (2019)	*Impact of social media on academic performance and interpersonal relation: A cross-sectional study among students at a tertiary medical center in East India*	Inglês, Índia	*Journal of Education and Health Promotion*	Estudo transversal
Lone *et al.*, (2026)	*Social media use motives and academic performance among Saudi medical students: the mediating role of perceived stress*	Inglês, Arábia Saudita	*Frontiers in Medicine*	Estudo transversal

ISSN 2177-5052

Shiraly *et al.*, (2024)	*Psychological distress, social media use, and academic performance of medical students: the mediating role of coping style*	Inglês, Irã	*BMC Medical Education*	Estudo transversal
Taha *et al.*, (2025)	*Assessment of the effect of social media use on medical students' academic performance: cross-sectional study from Jordan*	Inglês, Jordânia	*Frontiers in Public Health*	Estudo transversal
Takieddin *et al.*, (2022)	*Effects of social networking services on academic performance and self-esteem: A cross-sectional study among medical students*	Inglês, Jordânia	*Journal of Family Medicine and Primary Care*	Estudo transversal
Upadhyay e Sedain, (2019)	*Impact and perception of social networking sites on academic performance of medical students*	Inglês, Nepal	*Journal of College of Medical Sciences-Nepal*	Estudo transversal

Fonte: Dados de pesquisa, 2026.

De acordo com o Quadro 2, constatou-se que, entre os achados relacionados à associação negativa, a redução do desempenho acadêmico foi a subcategoria mais frequente, presente em 86,67% dos estudos (n=13), seguida da interferência no tempo de estudo, identificada em 80% (n=12), e do uso excessivo ou problemático das redes sociais, observado em 73,33% (n=11). Quanto às associações positivas, o apoio à aprendizagem destacou-se em 66,67% dos estudos (n=10), evidenciando que as redes sociais também podem contribuir para o processo educativo quando utilizadas com finalidade acadêmica.

Quadro 2: Categorização dos estudos selecionados na pesquisa Fonte: Dados de pesquisa, 2026.

Categorias	**Subcategorias**	**Autores (Ano)**	**n**	**%**

ISSN 2177-5052

Associação negativa	Alterações no sono	Abdulsalim *et al*. (2025)	1	6,67%
	Redução do desempenho acadêmico	Abdulsalim *et al.* (2025), Alshanqiti *et al.* (2023), Ather *et al.* (2024), Beetru *et al.* (2026), Bhandarkar *et al.* (2021), El Naggar *et al.* (2024), Idrees *et al.* (2025), Khanimov *et al.* (2026), Lahiry *et al.* (2019), Lone *et al.* (2026), Shiraly *et al.* (2024), Taha *et al.* (2025) e Upadhyay e Sedain (2019).	13	86,67%
	Repercussões na saúde mental	Abdulsalim *et al.* (2025) Ather *et al.* (2024) , Beetru *et al.* (2026), Khanimov *et al.* (2026) Lone *et al.* (2026) Shiraly *et al.* (2024) Takieddin *et al.* (2023)	7	46,67%
	Procrastinação e distração	Abdulsalim *et al.* (2025), Ather *et al.* (2024), Beetru *et al.* (2026), Khanimov *et al*. (2026), Lone *et al.* (2026), Shiraly *et al.* (2024) e Takieddin *et al.* (2023).	7	46,67%
	Uso excessivo ou problemático	Abdulsalim *et al.* (2025), Alshanqiti *et al.* (2023), Ather *et al.* (2024), Beetru *et al.* (2026), Bhandarkar *et al.* (2021), El Naggar *et al.* (2024), Idrees *et al.* (2025), Khanimov *et al.* (2026), Taha *et al.* (2025), Takieddin *et al*. (2023) e Upadhyay e Sedain (2019).	11	73,33%
	Interferência no tempo de estudo	Abdulsalim *et al.* (2025), Alshanqiti *et al.* (2023), Ather *et al.* (2024), Beetru *et al.* (2026), Bhandarkar *et al.* (2021), El Naggar *et al.* (2024), Idrees *et al.* (2025), Khanimov *et al.* (2026), Lahiry *et al*. (2019), Shiraly et al. (2024), Taha *et al.* (2025) e Upadhyay e Sedain (2019).	12	80%
Associação positiva	Apoio à aprendizagem	Alshanqiti *et al.* (2023), Ashraf *et al.* (2021), Bhandarkar *et al.* (2021), Idrees *et al*. (2025), Khanimov *et al*. (2026), Lahiry *et al.* (2019), Lone et al. (2026), Taha *et al*. (2025), Takieddin *et al.* (2023) e Upadhyay e Sedain (2019).	10	66,67%
	Comunicação e compartilhamento de informações	Abdulsalim *et al.* (2025), Ashraf *et al*. (2021), Lahiry *et al.* (2019) e Lone *et al.* (2026).	4	26,67%

Fonte: Dados de pesquisa, 2026.

Discussão

Os resultados desta revisão integrativa evidenciam que a associação entre o uso de redes sociais e o desempenho acadêmico de estudantes de Medicina é complexa, multifatorial e assimétrica. Essa relação não é determinada isoladamente pelo tempo cronológico de exposição, mas depende da intensidade de utilização, da finalidade do acesso, do contexto acadêmico e das repercussões desse comportamento na rotina de estudos e na saúde mental dos estudantes. De modo geral, os estudos analisados apontaram que o uso excessivo, compulsivo ou problemático dessas plataformas pode estar associado a um menor rendimento acadêmico. Entretanto, também foram identificados benefícios relacionados à utilização das redes sociais como ferramentas de aprendizagem, comunicação e compartilhamento de conhecimentos, apresentando potencial pedagógico promissor.

Em relação aos impactos negativos indicam que a intensidade e o uso das mídias sociais exercem papel determinante no rendimento discente. Estudos conduzidos por Abdulsalim *et al.* (2025), Alshanqiti *et al.* (2023), Beetru *et al.* (2026) e Bhandarkar *et al.* (2021) identificaram associações significativas entre padrões mais intensos ou problemáticos de uso das redes sociais e o desempenho acadêmico menos favorável. Alshanqiti *et al*. (2023), ao investigarem estudantes de Medicina na Arábia Saudita, encontraram uma correlação negativa entre o tempo dedicado às redes sociais e o coeficiente de rendimento acadêmico (CRA), embora de baixa magnitude. De maneira semelhante, Bhandarkar *et al.* (2021) observaram uma correlação negativa fraca entre o uso dessas plataformas e o desempenho acadêmico, além de identificarem maior utilização entre estudantes com rendimento inferior. Esses resultados sugerem que o aumento do tempo de exposição às redes sociais pode acompanhar um menor rendimento acadêmico, embora a intensidade dessa associação varie entre os estudos.

A interferência no tempo destinado às atividades acadêmicas também se destacou entre os resultados encontrados. El Naggar *et al.* (2024), Idrees *et al.* (2025), Lahiry *et al.* (2019), Taha *et al.* (2025) e Upadhyay e Sedain (2019) apontaram possíveis repercussões negativas do uso das redes sociais quando este compete com o tempo reservado aos estudos. Nesse contexto, a utilização frequente das plataformas pode dificultar a organização da rotina acadêmica, especialmente quando ocorre durante atividades que exigem atenção e concentração. A distração e a procrastinação constituem aspectos relevantes dessa relação, uma vez que podem contribuir para o adiamento de tarefas e para a redução do tempo efetivamente dedicado à aprendizagem. Contudo, é importante distinguir a percepção de interferência nos estudos da comprovação de uma redução objetiva das notas, pois essas medidas não são equivalentes.

A articulação entre o uso das redes sociais, a saúde mental, e o rendimento acadêmico revela que a conduta digital do estudante é profundamente modulada por seu estado emocional e psicoafetivo. Abdulsalim *et al.* (2025) demonstraram uma associação significativa entre a dependência das mídias sociais e níveis elevados de ansiedade, enquanto Beetru *et al.* (2026) observaram correlações com o sofrimento psicológico global, abrangendo sintomas depressivos, ansiosos e padrões de procrastinação crônica. Khanimov *et al.* (2026) também investigaram a relação entre o uso de redes sociais, a saúde mental, a procrastinação e o desempenho acadêmico. Esses achados indicam que a compreensão dessa associação deve considerar não apenas o tempo de utilização, mas também os aspectos emocionais e comportamentais relacionados ao uso das plataformas. Entretanto, os resultados não permitem afirmar que as redes sociais sejam, isoladamente, responsáveis pelo sofrimento psicológico ou pela redução do rendimento acadêmico.

Aprofundando esses mecanismos mediadores, Lone *et al.* (2026) e Shiraly *et al.* (2024), que analisaram fatores psicossociais envolvidos na associação entre o uso de redes sociais e o desempenho acadêmico. Lone *et al*. (2026) investigaram o papel mediador do estresse percebido, enquanto Shiraly *et al*. (2024) avaliaram a participação do estilo de enfrentamento (*coping*) nessa relação. Esses estudos ampliam a compreensão do fenômeno ao indicar que os efeitos acadêmicos associados ao uso das redes sociais podem estar relacionados a fatores emocionais e às estratégias utilizadas pelos estudantes para lidar com as demandas cotidianas. Dessa forma, intervenções voltadas à organização do tempo e ao uso consciente das plataformas podem ser acompanhadas de ações de promoção da saúde mental no ambiente universitário.

Em contraposição às repercussões desfavoráveis, a literatura demonstra que as redes sociais também apresentaram potencial para contribuir com o processo de aprendizagem. Ashraf *et al.* (2021) identificaram uma associação positiva entre a adoção de redes sociais no ambiente de aprendizagem aberta e o desempenho acadêmico de estudantes internacionais de Medicina na China. Alshanqiti *et al.* (2023) também verificaram que parte dos participantes reconhecia benefícios relacionados às discussões acadêmicas e ao compartilhamento de conhecimentos por meio dessas plataformas. De forma semelhante, Bhandarkar *et al.* (2021) relataram a utilização das redes sociais para acessar notícias relacionadas à saúde, realizar atividades acadêmicas e preparar seminários e avaliações. Esses achados demonstram que tais ferramentas podem favorecer o acesso à informação e a interação entre estudantes quando utilizadas com objetivos educacionais definidos.

A importância da finalidade de acesso e da contextualização do uso é evidenciada por Ather *et al.* (2024). Embora o estudo tenha investigado a sobrecarga associada às redes sociais e suas relações com o desempenho acadêmico, os resultados descritos no resumo indicaram que mais de quatro horas de uso direcionado a atividades educacionais estiveram associadas a melhor desempenho nos exames entre os participantes do sexo masculino. Esse achado reforça que o tempo de utilização, isoladamente, não é suficiente para caracterizar o efeito acadêmico das redes sociais. É necessário diferenciar o uso voltado à aprendizagem daquele destinado predominantemente ao entretenimento, além de considerar as características dos participantes e o contexto de utilização. Assim, não se deve interpretar o uso prolongado como necessariamente prejudicial ou benéfico em todas as circunstâncias.

De maneira complementar, Takieddin *et al.* (2022) investigaram a relação entre os serviços de redes sociais, o desempenho acadêmico e a autoestima, enquanto os resultados descritos por Upadhyay e Sedain (2019) indicaram que os estudantes reconheciam tanto possíveis interferências negativas quanto possibilidades de utilização acadêmica dessas plataformas. Em conjunto, esses achados reforçam a necessidade de analisar os padrões de uso de maneira contextualizada, evitando generalizações sobre os efeitos das redes sociais na formação médica.

Quanto às características metodológicas, a totalidade dos estudos incluídos nesta revisão apresentam delineamento transversal, o que permite identificar associações entre variáveis, mas limita a determinação da direção dessas relações e o estabelecimento de causalidade. Dessa forma, não é possível concluir se o uso problemático das redes sociais contribui para o pior desempenho acadêmico, se estudantes com dificuldades acadêmicas recorrem mais frequentemente a essas plataformas ou se ambos os fenômenos são influenciados por outros fatores. Além disso, as diferenças entre os instrumentos utilizados, as definições de uso excessivo e as formas de avaliação do desempenho acadêmico dificultam a comparação direta dos resultados.

Diante do conjunto de evidências, depreende-se que o impacto do uso das redes sociais na formação médica é heterogêneo e depende da dinâmica entre frequência, finalidade e saúde mental do estudante. O uso excessivo ou problemático e a interferência nas atividades de estudo aparecem relacionados a resultados acadêmicos desfavoráveis em parte dos estudos, enquanto a utilização direcionada à aprendizagem pode oferecer benefícios. Portanto, recomenda-se que as instituições de ensino médico desenvolvam ações de letramento digital que busquem incentivar o uso consciente dessas ferramentas, combinadas ao fortalecimento de redes institucionais de apoio psicopedagógico e à promoção da saúde mental. Por fim, ressalta-se a urgência de pesquisas futuras com delineamentos longitudinais e métodos

padronizados de avaliação, capazes de monitorar a trajetória comportamental e acadêmica dos estudantes ao longo da graduação médica.

Considerações Finais

A associação entre o uso de redes sociais e o desempenho acadêmico de estudantes de Medicina é marcada por uma dupla dimensão, a depender da intensidade e da finalidade de utilização. Enquanto, o uso excessivo e problemático correlaciona-se a danos acadêmicos, potencializados pela interferência no tempo dedicado aos estudos, pela procrastinação e por impactos na saúde mental, o uso direcionado a fins pedagógicos atua como importante ferramenta de aprendizagem, comunicação e cooperação acadêmica. Contudo, a predominância de estudos transversais na literatura limita o estabelecimento de relações causais entre o uso de redes sociais e o desempenho acadêmico. Torna-se imperativo o desenvolvimento de estudos longitudinais para elucidar as relações casuais e subsidiar estratégias institucionais de letramento digital e suporte psicopedagógico na formação médica.

Referências

ABDULSALIM, Suhaj *et al.* Evaluation of social media addiction and its relationship with anxiety and academic performance among medical and non-medical students: a cross-sectional study from Saudi Arabia. *Healthcare*, 2025, p. 295.

ALAHMAR, Ahmed Tawfeeq. The impact of social media on the academic performance of second year medical students at College of Medicine, University of Babylon, Iraq. *Journal of Medical and Allied Sciences*, v. 6, n. 2, p. 77, 2016.

ALSHANQITI, Asma *et al.* Social media usage and academic performance among medical students in Medina, Saudi Arabia. *Advances in Medical Education and Practice*, p. 1401–1412, 2023.

ASHRAF, Muhammad Azeem *et al.* Social media improves students' academic performance: exploring the role of social media adoption in the open learning environment among international medical students in China. *Healthcare*, 2021, p. 1272.

ATHER, Muhammad Ali *et al.* Examining the impact of social media overload on the academic performance of public medical college students of Lahore. *Life and Science*, v. 5, n. 2, 2024.

BEETRU, Aseel A. *et al.* Social media addiction and its association with psychological distress and academic performance among Libyan medical students: a cross-sectional study. *Cureus*, v. 18, n. 1, 2026.

BHANDARKAR, Ajay M. *et al.* Impact of social media on the academic performance of undergraduate medical students. *Medical Journal Armed Forces India*, v. 77, p. S37–S41, 2021.

CAMPOS, Tiago Soares. Redes sociais. *Brasil Escola*, 2026. Disponível em:

https://brasilescola.uol.com.br/sociologia/redes-sociais.htm. Acesso em: 9 out. 2026.
DE SOUSA, M. N. A.; BEZERRA, A. L. D.; DO EGYPTO, I. A. S. Trilhando o caminho do conhecimento: o método de revisão integrativa para análise e síntese da literatura científica. *Observatorio de la Economía Latinoamericana*, v. 21, n. 10, p. 18448–18483, 2023.
EL NAGGAR, Marwa Ahmed *et al.* Social media effects on the academic performance of undergraduate medical students in KSA. *Majmaah Journal of Health Sciences*, v. 12, n. 1, p. 41, 2024.
IDREES, Hafiz Muhammad Ahtisam *et al.* Social media usage pattern and its impact on academic performance of public-sector medical students. In: *PROCEEDINGS*. 2025. p. 12–18.
KEMP, Simon. *Digital 2025: global overview report*. DataReportal, 2025. Disponível em: https://datareportal.com/reports/digital-2025-global-overview-report. Acesso em: 8 out. 2026.
KHANIMOV, David; KISHORE, Arnaw; IZRALIOV, Allen J. Impact of social media use on mental health, academic performance, and procrastination among medical college students in Aruba. *Cureus*, v. 18, n. 5, 2026.
LAHIRY, Sandeep *et al.* Impact of social media on academic performance and interpersonal relation: a cross-sectional study among students at a tertiary medical center in East India. *Journal of Education and Health Promotion*, v. 8, p. 73, 2019.
LONE, Ayoob *et al.* Social media use motives and academic performance among Saudi medical students: the mediating role of perceived stress. *Frontiers in Medicine*, v. 13, p. 1883808, 2026.
MOROMIZATO, Maíra Sandes *et al.* O uso de internet e redes sociais e a relação com indícios de ansiedade e depressão em estudantes de medicina. *Revista Brasileira de Educação Médica*, v. 41, n. 4, p. 497–504, 2017.
MOTA, Fernanda de Oliveira; DO NASCIMENTO, Ladislau Ribeiro. O uso das mídias sociais digitais e os impactos no desempenho acadêmico dos estudantes universitários: uma revisão integrativa. *Revista Educação, Cultura e Sociedade*, v. 13, n. 2, p. 10–22, 2023.
PAGE, Matthew J. *et al.* A declaração PRISMA 2020: diretriz atualizada para relatar revisões sistemáticas. *Revista Panamericana de Salud Pública*, v. 46, p. e112, 2023.
SHIRALY, Ramin *et al.* Psychological distress, social media use, and academic performance of medical students: the mediating role of coping style. *BMC Medical Education*, v. 24, n. 1, p. 999, 2024.
SILVEIRA, Gabriel Abbad. As limitações do direito nacional e a regulação da liberdade de expressão nas redes sociais: por que não há um tratado internacional? *Revista Tópicos*, Rio de Janeiro, v. 4, n. 35, p. 1–45, 2 jul. 2026. DOI: https://doi.org/10.70773/revistatopicos/782847821. Disponível em: https://revistatopicos.com.br/artigos/as-limitacoes-do-direito-nacional-e-a-regulacao-da-liberdade-de-expressao-nas-redes-sociais-por-que-nao-ha-um-tratado-internacional. Acesso em: 9 out. 2026.
TAHA, Hana *et al.* Assessment of the effect of social media use on medical students' academic performance: cross-sectional study from Jordan. *Frontiers in Public Health*, v. 13, p. 1551905, 2025.
TAKIEDDIN, Siba Ziad *et al.* Effects of social networking services on academic performance and self-esteem: a cross-sectional study among medical students. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, v. 11, n. 10, p. 6221, 2022.
UPADHYAY, Hari Prasad; SEDAIN, Prativa. Impact and perception of social networking

sites on academic performance of medical students. *Journal of College of Medical Sciences-Nepal*, v. 15, n. 2, p. 119–124, 2019.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. *Addressing the digital determinants of youth mental health and well-being: policy brief*. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe, 2025. Disponível em: https://www.who.int/europe/publications/i/item/WHO-EURO-2025-12187-51959-79685. Acesso em: 9 out. 2026.