

Sábado, 27 de Junho de 2026

## Reféns do TikTok

### **Qual o impacto essa plataforma traz a saúde mental de crianças e jovens se usada em excesso**

A ascensão das mídias sociais transformou a maneira como as crianças e jovens interagem com o mundo, e o TikTok emergiu como uma das plataformas mais populares entre jovens usuários.

Embora o aplicativo tenha proporcionado uma plataforma criativa para entretenimento, também suscitou preocupações significativas sobre o impacto na saúde mental das crianças e jovens que usam em excesso.

O TikTok cria uma base de dados a partir do usuário na infância, onde em vez de brincar as crianças apenas assistem outros usuários a fazer dancinhas, abrir presentes e consomem conteúdo por horas.

Apesar de ser uma plataforma criativa, seu formato rápido e atraente contribui mais para distorções de contexto, autoestima e excesso de consumo.

Estudos globais e especialistas em todo mundo alertam para os desafios significativos na saúde mental das crianças e jovens quando usado o tempo todo. E quais são elas?