

Elsa Oliveira Narciso Raimundo

Social Media Disorder Scale

Desenvolvimento da versão portuguesa,
estudo da estrutura fatorial e propriedades
psicométricas



ESCOLA SUPERIOR DE ALTOS ESTUDOS

Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica
Área de Especialização em Terapias Cognitivo-Comportamentais

COIMBRA, 2018

Social Media Disorder Scale

Desenvolvimento da versão portuguesa, estudo da estrutura fatorial e das propriedades psicométricas em estudantes do ensino superior

ELSA OLIVEIRA NARCISO RAIMUNDO

Dissertação Apresentada ao ISMT para Obtenção do Grau de Mestre em Psicologia Clínica
Ramo de Especialização em Terapias Cognitivo-Comportamentais
Orientadora: Professora Doutora Ana Galhardo

Coimbra, 2018

*Social Media is changing the way we communicate
and the way we are perceived, both positively and negatively.*

*Every time you post a photo, or update your status,
you are contributing to your own digital footprint and personal brand.*

Amy Jo Martin

Agradecimentos

Em primeira instância e porque de outra forma não poderia ser, começo por agradecer a quem me deu esta oportunidade e a força e carinho necessários para que a terminasse. Não consigo colocar em palavras o quão agradecida vos estou por serem o meu porto de abrigo. A vocês, Pais, devo o que sou e o que ainda poderei vir a ser. Os ensinamentos que tanto insistiram em passar, as palavras e paciência foram fundamentais e continuarão a o ser. São o pilar da minha vida. E a vocês, Avós, não podia deixar de agradecer pela crença, em mim e na vossa fé. Os “pai-nosso” que tanto insistem em rezar para que eu esteja bem deixam em mim um sentimento de proteção inabalável, não podia haver forma mais humilde de demonstrar o quanto gostam de mim. E eu de vocês, obviamente!

A si, Professora Doutora Ana Galhardo, pelo investimento. É graças à sua crença em mim que terminamos esta etapa. Não teria tido a mesma emoção se não tivéssemos embarcado nesta aventura! Agradeço pelo investimento académico e, acima deste, o pessoal. Todos os ensinamentos em ambos fizeram com que este fosse um ano de crescimento. No fim desta etapa (mais vale tarde do que nunca) aprendi que o quanto somos notados depende apenas de nós e como diz Malcom Gladweel “success is not a random act. It arises out of a predictable and powerful set of circumstances and opportunities”, por isso obrigada pela paciência e pelas palavras.

A vocês, “Caft às 22h”, não sei se agradeça pela amizade ou pela parvoíce, são o meu arquétipo. Espero que esta amizade se mantenha por longos e saudáveis anos, de outra forma não terei com quem partilhar histórias e dividir momentos. Foram e são uma peça fundamental neste percurso, os que estão na alegria e na tristeza. Em especial, a ti, Mano, que vales quanto pesas e mais um bom pedaço.

A ti, a pessoa que me acompanha nos dias de mau humor e, obviamente, nos de bom, agradeço por estares presente. Quem mais poderia ter paciência para tanta falta de juízo, tanta teimosia e tanta felicidade que não tu, Ruben Filipe. “Nós que pensávamos que não tínhamos nada, tínhamos os sonhos e eles eram o começo de tudo”.

A vocês, as mais loucas, por embarcarem nas aventuras comigo. Adriana, Catarina, Bruna, Soraia e Loisas, não sei se vos agradeça pelas palavras ou pela falta delas! Levamos desta cidade uns quantos episódios caricatos para contar e ensinamentos que ficarão gravados, “segredos desta cidade levo comigo para a vida”.

E a ti, Mana. Por existires e por tentares continuar a existir.

Resumo

Introdução: As redes sociais fazem parte do quotidiano da sociedade atual e a sua utilização tem vindo a aumentar exponencialmente no número de utilizadores e na quantidade de horas que lhes é dedicada, tendo como público principal os jovens. Com a evolução destas torna-se essencial a existência de um instrumento que avalie o seu uso. Neste contexto foi desenvolvida a *Social Media Disorder Scale* (SMD Scale), que demonstrou ser uma medida válida e fidedigna de avaliação do grau de dependência das redes sociais.

Objetivos: A presente investigação teve como objetivo o desenvolvimento da versão portuguesa da *Social Media Disorder Scale* (SMD Scale-PT) e o estudo da sua estrutura fatorial e propriedades psicométricas em estudantes do ensino superior.

Método: Uma amostra de 297 estudantes, 205 mulheres (69%) e 92 homens (31%), a frequentar o ensino superior procedeu ao preenchimento, *online*, de um questionário sociodemográfico e dos instrumentos de autorresposta *Social Media Disorder Scale* (SMD Scale), Escala de Ansiedade, Depressão e Stress 21 (EADS-21), *Internet Addiction Test* (IAT) e *Nomophobia Questionnaire* (NMP-Q).

Resultados: A SMD Scale-PT revelou uma estrutura fatorial unidimensional, com os seguintes valores indicadores de ajustamento: $\chi^2/gl = 2.078$, CFI = .934, GFI = .964, TLI = .906, RMSEA = .060, MECVI = .315. No que diz respeito à consistência interna, o valor do alfa de Cronbach encontrado foi .67 e de fiabilidade compósita (FC) foi de .70. A SMD Scale-PT mostrou-se positivamente correlacionada com o IAT e o NMP-Q, que avaliam constructos semelhantes. No que respeita à associação da SMD Scale-PT com os sintomas emocionais negativos avaliados pela EADS-21 observaram-se igualmente correlações positivas e estatisticamente significativas.

Conclusão: A versão portuguesa da SMD Scale-PT, ainda que tenha revelado algumas fragilidades, demonstrou uma estrutura fatorial idêntica à dos estudos das demais versões e propriedades psicométricas adequadas. Este estudo apontou ainda possíveis modificações que poderão contribuir para um aperfeiçoamento desta medida.

Palavras-chave: redes sociais, perturbação do uso das redes sociais, *Internet*, análise fatorial confirmatória, propriedades psicométricas

Abstract

Introduction: Social media are part of everyday life in society and its use has been exponentially increasing both in number of users and in number of hours dedicated to them, with young people as their main audience. With the evolution of social media the existence of an instrument to assess its use is essential. In this context, the Social Media Disorder *Scale* (SMD *Scale*) was developed, and proved to be a valid and reliable measure of social media degree of addiction.

Objectives: The development of the Portuguese version of the Social Media Disorder *Scale* (SMD *Scale*-PT) and study of its factor structure and psychometric properties in college students.

Methods: A sample of 297 students, 205 women (69%) and 92 men (31%), attending higher education completed online self-report instruments including: socio-demographic questionnaire, the Social Media Disorder *Scale* (SMD *Scale*), the Anxiety, Depression and Stress Scale - 21 (EADS-21), the Internet Addiction Test (IAT) and the Nomophobia Questionnaire (NMP-Q).

Results: SMD *Scale*-PT revealed a unidimensional factor structure, with the following adjustment indicators: $\chi^2/df = 2.078$, CFI = .934, GFI = .964, TLI = .906, RMSEA = .060, MECVI = .315. As far as internal consistency is concerned, the Cronbach's alpha was .67 and composite reliability (FC) was .70. The SMD *Scale*-PT was positively correlated with IAT and NMP-Q, which assess similar constructs. Regarding the association of SMD *Scale*-PT with the anxiety, depressive and stress symptoms assessed by the DASS-21, there were also positive and statistically significant correlations.

Conclusion: The Portuguese version of the SMD *Scale*-PT, although revealing some fragility, showed similarities in factor structure and psychometric properties with the original and Turkish versions. This study also pointed out possible modifications that may contribute to this measure improvement.

Key words: social media, social media use disorder, *Internet*, confirmatory factor analysis, psychometric properties

Apêndices

Apêndice A. Pedido de autorização de utilização dos instrumentos aos autores e respetivas respostas

Apêndice B. Versão portuguesa da *Social Media Disorder Scale - SMD Scale-PT*

Apêndice C. Texto introdutório ao estudo com o âmbito, os objetivos e o consentimento informado

Apêndice D. Questionário Sociodemográfico

Tabelas

Tabela 1. Caracterização sociodemográfica dos participantes

Tabela 2. Médias, desvios padrão, correlação item total e Cronbach α se item removido dos itens da SMD *Scale*-PT

Tabela 3. Pesos fatoriais da SMD *Scale*-PT

Tabela 4. Correlação entre a SMD *Scale*-PT e o IAT, o NMP-Q e a EADS 21

Figuras

Figura 1. Modelo da estrutura unifatorial da SMD *Scale*-PT

Introdução

Na sociedade atual as redes sociais, o telemóvel e a *Internet* tornaram-se insubstituíveis. Passaram a fazer parte do nosso quotidiano e transformaram-se numa ferramenta de socialização. É parte normativa da forma de viver atual estar constantemente contactável pelo telemóvel, pelas redes sociais e, conseqüentemente, pela *Internet*. Para a maior parte da população a utilização excessiva destas ferramentas não se constitui como um problema dado que corresponde a um comportamento que se banalizou. É do conhecimento geral que os jovens são quem mais adere e utiliza estas ferramentas, mas da sua utilização advêm conseqüências. “O processo que começa na adesão transforma-se numa adição” (Çam & Ísbulan, 2012, p. 1).

A *Internet* funciona como facilitadora da comunicação, da aquisição e partilha de informação (Savci, Ercengiz & Aysan, 2018). Atualmente sabe-se que a sua utilização excessiva constitui um problema. Young (1999) enumera quatro possíveis formas de potenciar o uso excessivo desta ferramenta: as aplicações *online*, as emoções (devido à gratificação de estar *online* e ao bloqueio da dor e desconforto), as cognições (por funcionarem como alívio relativamente a pensamentos causadores de mal-estar psicológico), e acontecimentos de vida (pela possível insatisfação que estes podem acarretar). Segundo o autor, a presença de uma ou mais destas formas pode conduzir a uma maior probabilidade de desenvolver a perturbação. Por sua vez, Li e Chung (2006) concluíram que as pessoas dependentes da *Internet* agem impulsivamente e quando o uso encontra justificação na componente social, o risco de perturbação é maior. A adição à *Internet* tem vindo a ser medida por diversos instrumentos, sendo que o mais frequente é o *Internet Addiction Test* (IAT), cuja versão portuguesa é da autoria de Patrão e Pontes (2013). Este foi o primeiro instrumento deste tipo a ser validado psicometricamente (Widyanto & McMurrin, 2004), tendo sido desenvolvido com base nos critérios de diagnóstico das perturbações do controlo dos impulsos e do jogo patológico. O objetivo deste instrumento é avaliar o envolvimento com a *Internet* e o prejuízo do seu uso excessivo (Young, 1998).

Em Portugal, a *Internet* é utilizada maioritariamente pela faixa etária dos 16 aos 24 anos, dos quais 98.6% pertence ao ensino superior (PORDATA, 2017). De acordo com as estatísticas realizadas e disponibilizadas pelos grupos Marktest e IDC Portugal, fornecidas à Agência Lusa e publicadas no Jornal Público, em 2016, 78.1% dos portugueses utilizava as redes sociais para enviar e receber mensagens, 67.7% para visualizar vídeos e 67.6% para comentar publicações de amigos. Segundo o mesmo estudo, os portugueses despendiam cerca

de duas horas diárias na utilização das redes sociais e mais de metade recorria ao telemóvel para esse fim. Griffiths e Szabo (2014) referem que a *Internet* pode tornar-se adicta pelas atividades que proporciona aos seus utilizadores. De acordo com o estudo realizado por Savci, Ercengiz e Aysan (2018), as aplicações mais populares são o *WhatsApp*, o *Facebook*, o *Instagram* e o *Twitter*. Por sua vez, as estatísticas reveladas pelo grupo Marktest, relativamente ao ano 2018, indicam que o *Instagram* é a rede social que mais cresceu e o telemóvel mantém-se como o principal método de acesso. Quanto às estatísticas de utilização das redes sociais, 95.1% dos respondentes tem conta no *Facebook*, 59.7% no *Instagram*, 57.4% no *WhatsApp*, 48.4% no *Youtube* e 24.3% no *Twitter* e, destes, 76% refere que publica fotos ou imagens nas redes sociais.

O crescimento da *Internet* proporcionou o aparecimento das redes sociais como um fenómeno de popularidade (Boyd & Ellison, 2007). Segundo Giunchigli, Zeni, Gobbi, Bignotti e Bison (2018), redes sociais são aplicações tecnológicas utilizadas para a partilha de texto, imagem e conteúdo áudio. Pezoa-Jares, Espinoza-Luna e Vasquez-Medina (2012) definem as redes sociais como um serviço que permite aos utilizadores construir um perfil público ou semipúblico e partilhá-lo com pessoas do seu interesse, formando uma rede pessoal (Lenhart & Madden, 2007). Ao surgimento das redes sociais rapidamente se seguiu a sua proliferação e desenvolvimento. Para além disso, as consequências da sua utilização foram também sendo alvo de interesse. Efetivamente, a investigação acerca dos comportamentos de dependência *online* revelou uma nova preocupação: a dependência das redes sociais (Griffiths, 2013). Ryan, Chester, Reece e Xenos (2014), com base em investigações anteriores (Griffiths, 2013; Kuss & Griffiths, 2011; van den Eijnden, Lemmens & Valkenburg, 2016), definem as redes sociais como potenciadoras de adição para alguns dos seus utilizadores. No entanto, no Manual de Diagnóstico e Estatística das Perturbações Mentais versão 5 (DSM-5; APA, 2014) existe apenas uma perturbação relacionada com o uso da *Internet*, o Jogo Patológico. A dependência das redes sociais é definida por Andreassen e Pallesen (2014) como uma preocupação excessiva com estas, impulsionada por uma vontade incontrolável de as utilizar por tempo excessivo, provocando prejuízo para as outras áreas da vida quotidiana (como a escola ou o trabalho). Como consequência, se for reduzido o tempo gasto nelas surgem problemas emocionais e prejuízos nas relações sociais reais, pelo desejo de fugir a emoções negativas (Andreassen, Torsheim, Brunborg & Pallesen, 2012; Griffiths, 2013; Kuss & Griffiths, 2011).

Estudos recentes apontam para que 3% a 47% dos utilizadores possam encontrar-se em risco de desenvolvimento de uma adição às redes sociais (Bányai et al., 2017;

Jafarkarimi, Sim, Saadatdoost & Hee, 2016; Olowu & Seri, 2012). O uso excessivo destas tem sido comparado com as adições comportamentais e químicas (Griffiths, 2005), tendo surgido pela primeira vez como uma forma específica de adição à *Internet* (Young, 2015). A literatura aponta para que indivíduos com perturbações emocionais e psicológicas estejam mais suscetíveis a desenvolver uma adição às redes sociais (Andreassen, Billieux, Griffiths, Kuss, Demetrovics, Mazzoni & Pallesen, 2016; van den Eijnden et al., 2016). Andreassen, Pallesen e Griffiths (2017) defendem que a adição às redes sociais é, também, proporcionada pelo número de seguidores, “gostos” e comentários às publicações. Cognições como “não tenho amigos” ou “não sou interessante” podem ser alteradas por estes números, o que se reflete numa maior propensão para o desenvolvimento de uma utilização adicta às redes sociais. O reconhecimento social nas redes sociais e a necessidade do contacto social e do reforço sentidos *online* desencadeiam o desejo de permanecer numa vida social virtual (Davis, 2001).

A utilização das redes sociais é explanada e justificada por diversos autores que se dedicaram ao estudo destas. Nadkarni e Hofmann (2012) explicam o uso do *Facebook* através de duas necessidades sociais: “a necessidade de pertencer e a necessidade de autorrepresentação” (p. 5). Lee, Lee, Moon e Sung (2015) justificam a utilização do *Instagram* pela autoexpressão e interação social, que facilitam a representação do “eu real” e do “eu desejado”. Segundo Chae (2018) esta rede permite uma apresentação baseada em fotos e vídeos e, por isso, pode ser tida como mais realista. Por sua vez, Piwek e Joinson (2016) explicam o uso da aplicação *Snapchat* pela sua forma de comunicar com o ambiente imediato, através de fotografias e vídeos. Pittman e Reich (2016) estudaram o uso do *Instagram* e do *Snapchat* e encontraram associações negativas entre o uso das redes sociais baseadas em imagens e a solidão e associações positivas entre estas e a felicidade. Sendo que o *Instagram* pode despoletar emoções negativas devido à possibilidade de comparação social. Por fim, a rede social *Twitter*, baseada em texto (com limite máximo de caracteres), embora tenha a possibilidade de publicar fotos e vídeos, é mais utilizada para partilhar e informar acerca de notícias sobre política, desportos e desastres naturais (Tumasian, Sprenger, Sandner & Welp, 2010; Watson, 2016).

Griffiths e Szabo (2014) defendem que o uso excessivo das redes sociais causa mudanças emocionais que se traduzem no aumento da preocupação comportamental, cognitiva e emocional nos sujeitos dependentes das redes sociais. van den Eijnden et al. (2016) categorizam a dependência das redes sociais em nove dimensões distintas: (1) preocupação, que se reflete no pensamento focado no momento em que poderão ser utilizadas

as redes sociais de novo; (2) tolerância, a necessidade de passar mais tempo nas redes sociais; (3) isolamento, sentir-se mal quando não está a utilizar as redes sociais; (4) persistência, falhar quando há um esforço para dar menos uso às redes sociais; (5) distanciamento, negligenciar outras atividades em função do desejo da utilização das redes sociais; (6) problemas, surgimento de alterações significativas no funcionamento interpessoal; (7) decepção, mentir a si mesmo ou aos outros acerca do tempo gasto nas redes sociais; (8) fuga, quando as redes sociais funcionam como evitamento de emoções negativas; e (9) conflito, que surge em situações familiares ou de grupo devido ao uso dado às redes sociais.

O aumento das redes sociais e o seu sucessivo estudo permitiu que fossem encontrados efeitos negativos do seu uso. Segundo Kircaburun et al. (2018), sujeitos com baixa autoestima utilizam as redes sociais para superar ou, por outro lado, evitar problemas (Blachnio, Przepiórka & Rudnicka, 2013, 2016), ou seja, as redes sociais podem funcionar como uma via de exposição a uma situação que desencadearia medo e evitamento, dado que as suas características tendem a ser entendidas como proporcionando maior controlo, permitindo não exibir diretamente medo e angústia. Os utilizadores das redes sociais preferem a comunicação *online* por esta lhes permitir ocultar e controlar aspetos do seu comportamento e do seu aspeto físico (Weinstein, Dorani, Bukovza & Yarmulnik, 2015). Consciente ou inconscientemente, é atribuída uma representação cognitiva à forma como o outro olha e fala (Barak, Boniel-Nissim & Suler, 2008), assim, a partilha de conteúdos nas redes sociais tem um lado positivo, mas também um negativo (Baccarella, Wagner, Kietzmann & McCarthy, 2018). A partilha de conteúdos desadequados pode destruir a imagem social do utilizador. Independentemente da veracidade do conteúdo exposto, quanto mais polémico for, maior vai ser a propagação e, automaticamente, maior o prejuízo para a reputação de quem partilha. Assim como o uso passivo, isto é, não publicar, mas utilizar, pode tornar os utilizadores infelizes pela comparação social ou inveja (Smith & Kim, 2007). Por outro lado, o uso ativo, ou seja, a partilha de conteúdos, pode fazer os utilizadores felizes pela conexão social (Verduyn, Ybarra, Résibois, Jonides & Kross, 2017).

A adição às redes sociais é uma temática relativamente recente, pelo que são ainda escassos os instrumentos existentes para a sua avaliação. A *Social Media Disorder Scale* (SMD Scale), criada em 2016 por van den Eijnden, Lemmens e Valkenburg, tem como base teórica a semelhança entre a perturbação do uso das redes sociais e a perturbação do uso da *Internet* e o jogo patológico (van den Eijnden, Lemmens & Valkenburg, 2016) e visa avaliar o grau de dependência das redes sociais. A criação desta veio dar resposta à necessidade da existência de um instrumento que avalie a adição às redes sociais de uma forma generalista,

sem o recurso a instrumentos que avaliem redes específicas, como o caso da *Bergen Facebook Addiction Scale* (Pontes, Andreassen & Griffiths, 2016). Uma primeira versão foi criada com 27 itens, de resposta dicotómica (sim/não) categorizadas em nove dimensões: preocupação, tolerância, isolamento, persistência, distanciamento, problemas, decepção, fuga e conflito. Com vista à sua validação, a *SMD Scale* foi administrada a três grupos distintos de jovens holandeses. Após a análise da estrutura fatorial foram retiradas duas questões de cada categoria, passando a vigorar apenas os itens com maior peso fatorial, constituindo-se assim a escala de 9 itens. A correlação entre a escala de 27 itens e a de 9 itens revelou um r de .89 ($p < .001$) e um alfa de Cronbach de .81. Esta versão curta da *SMD Scale* manteve o tipo de resposta dicotómica, alterando a sua estrutura para unifatorial. Tornou-se, assim, um instrumento fácil de administrar, com uma boa consistência interna. O desenvolvimento e validação deste encontra pertinência na falta de informações acerca do tema e na rapidez com que as redes sociais se alteram e novas surgem. Esta é uma oportunidade de avaliar e monitorizar a prevalência do uso das redes sociais e contribuir para a literatura crescente nesta área (van den Eijnden, Lemmens & Valkenburg, 2016).

Os equipamentos móveis, como o telemóvel, têm demonstrado ser o principal dispositivo de acesso às redes sociais, às quais está inerente o uso da *Internet*. Assim, a utilização do telemóvel e das redes sociais parecem estar diretamente ligados (Kuss & Griffiths, 2017). Pesquisas sugerem, ainda, que a perturbação do uso do telemóvel pode ser parte integrante da dependência às redes sociais (Kuss & Griffiths, 2017; Kuss, Harkin, Kanjo & Billieux, 2018). O telemóvel tem, hoje em dia, uma série de funções que ultrapassam as funções básicas de fazer/receber chamadas: é possível jogar, conversar, aceder a *sites* e procurar informação (Choi et al., 2015), com a vantagem de poder ser utilizado em qualquer altura e lugar (Nielsen & Fjuk, 2010). As redes sociais, utilizadas com diferentes propósitos (Ryan et al., 2014), permitem aos utilizadores revelarem-se e apresentarem-se, gerindo a impressão que transmitem (Rui & Stefanone, 2013). King, Valença, Silva, Baczynski, Carvalho e Nardi (2013) sugerem que a verificação do telemóvel pode funcionar como um comportamento de segurança em sujeitos ansiosos. Esta verificação estende-se, não só às mensagens ou telefonemas a que se destinam as funções básicas do telemóvel, como também à verificação das aplicações com atualizações de *status* e notificações regulares. Desta forma, colocaram a hipótese do comportamento de verificação poder contribuir para o desenvolvimento e manutenção de sintomas de psicopatologia, como é o caso da dependência (Jeong, Kim, Yum & Hwang, 2016). Os utilizadores das redes sociais procuram nestas contacto com os outros, segundo estudos realizados (Joinson's, 2008; Subrahmanyam, Reich,

Waechter & Espinoza, 2008) esta utilização está relacionada com a necessidade de não se sentirem isolados. Assim, a dependência das redes sociais parece estar relacionada com a dependência do telemóvel (Know, et al., 2013) e da *Internet* (Kuss & Griffiths, 2011). Esta é uma área de pesquisa relativamente recente e tem sido explorada de forma multidimensional (Savci, Ercengiz & Aysan, 2018). A investigação tem-se centrado nos padrões de uso das redes sociais, nas motivações para o uso, nos traços de personalidade dos utilizadores, nos resultados negativos do uso e no seu potencial de desenvolvimento de dependência (Kuss & Griffiths, 2011). Os estudos têm revelado uma associação entre a dependência das redes sociais e a depressão (Woods & Scott, 2016), a ansiedade (Woods & Scott, 2016; Karaiskos, Tzavellas & Paparrigopoulos, 2010), a impulsividade (Savci, 2016; Wu, Cheung, Ku & Hung, 2013), a dependência da *Internet* (Kuss et al., 2013), a qualidade do sono (Woods & Scott, 2016; Espinoza & Juvonen, 2011; van der Schuur, Baumgartner & Sumter, 2018), o bem-estar (Brooks, 2015), a solidão (Savci, 2016; Bonetti, Campbell & Gilmore, 2016; Sharabi & Margalit, 2010), a autoestima (Andreassen, Pallesen & Griffiths, 2016; Wilson, Fornasier & White, 2010), o autocontrolo (Cock et al., 2014) e o desempenho académico (Kirschner & Karpinski, 2010; Giunchigli et al., 2018).

Atendendo a que a área da avaliação da dependência das redes sociais se encontra ainda em desenvolvimento, o presente trabalho teve como objetivo o alcance de uma versão portuguesa da SMD *Scale* (SMD *Scale* – PT) e o estudo da estrutura fatorial e propriedades psicométricas em estudantes do ensino superior, a população que, como referido anteriormente, mais utiliza as redes sociais.

Materiais e Métodos

Participantes

A amostra do presente estudo foi composta por 297 estudantes do ensino superior, dos quais 205 mulheres (69%) e 92 homens (31 %). Foram definidos como critérios de inclusão a idade igual ou superior a 18 anos e a frequência no ensino superior, independentemente do curso ou ano curricular.

Instrumentos

De seguida são apresentados os instrumentos utilizados para a recolha de dados e que foram selecionados em função dos objetivos do estudo:

Questionário Sociodemográfico. O questionário sociodemográfico englobou as seguintes variáveis: sexo, idade, estado civil, curso que frequenta, anos de escolaridade e ano que frequenta no momento do preenchimento (com opções do 1º ao 5º ano). Com o intuito de avaliar o autoconhecimento dos participantes em relação à utilização dada às redes sociais foram formuladas as seguintes questões: “até que ponto se sente dependente das redes sociais”, respondida numa escala de 1 a 5, em que 1 corresponde a “nada dependente” e 5 a “muito dependente”; “com que frequência utiliza as redes sociais por dia” e, igualmente por dia, “com que frequência publica algo nas redes sociais”, respondidas com base nas opções: “nunca”; “menos de uma vez”, “1-2 vezes”, “3-5 vezes”, “6-10 vezes”, “11-20 vezes”, “21-40 vezes”, e “mais de 40 vezes”. Por último, foi pedido que de entre as redes sociais *Youtube*, *WhatsApp*, *Facebook*, *Twitter*, *Instagram* e *Snapchat* escolhesse as duas mais utilizadas.

Social Media Disorder Scale (SMD *Scale*; van den Eijnden, Lemmens & Valkenburg, 2016). A *SMD Scale* tem como objetivo avaliar a dependência das redes sociais em geral e é constituída por 9 itens respondidos num formato de resposta dicotómica (sim/não). A validade da escala foi verificada através da sua comparação com constructos previamente relacionados com o uso compulsivo da *Internet*, sendo eles a autoestima, depressão, solidão, défice de atenção e impulsividade. Na sua consistência interna, a escala de 9 itens foi avaliada em três amostras distintas de adolescentes, tendo sido obtidos alfas de Cronbach de .81, .76 e .82 (Van den Eijnden, Lemmens & Valkenburg, 2016). Por fim, o ponto de corte, à semelhança das escalas de avaliação do jogo patológico, é de 5 ou mais respostas “sim” (van den Eijnden, Lemmens & Valkenburg, 2016).

Internet Addiction Test (IAT; Young, 1998; versão portuguesa de Patrão & Pontes, 2013). O IAT procura avaliar dois parâmetros 1) o envolvimento do respondente com a *Internet* e 2) o prejuízo que o uso excessivo da mesma provoca na sua vida quotidiana. Na sua versão original era composto por 20 itens, 8 com base nos critérios de diagnóstico do jogo patológico e 12 criados para o efeito, com resposta do tipo Likert (numa escala de 5 pontos). No estudo da sua versão portuguesa foram eliminados 8 itens que se revelaram problemáticos, pelo que esta versão é composta por 12 itens no total (Pontes & Patrão, 2013). O estudo da versão portuguesa revelou uma estrutura unifatorial e uma boa consistência interna, com um alfa de Cronbach de .88. O ponto de corte encontrado nesta versão é de 30, classificando-se como “uso normal” uma pontuação entre 0 e 18, “uso leve” dos 19 aos 29, “uso moderado” dos 30 aos 42, e “uso severo” dos 48 aos 60. Ou seja, quanto maior a

pontuação obtida pela soma das respostas, maior o nível de dependência (Young, 2011). No presente estudo o instrumento revelou um alfa de Cronbach de .90.

Nomophobia Questionnaire (NMP-Q; Yildirim, 2014; versão portuguesa de Galhardo & Loureiro, 2018). O NMP-Q é um instrumento de autorresposta constituído por 20 itens com resposta do tipo Likert numa escala de 7 pontos. Este questionário avalia quatro dimensões: (1) “não ser capaz de comunicar”, (2) “perder a conexão”, (3) “não poder aceder a informações, e (4) “desistir da convivência”. A pontuação total corresponde ao somatório das respostas de cada item, variando entre 20 a 140 pontos. No estudo original, o alfa de Cronbach para as 4 dimensões foi de .94, .88, .83 e .81, pela ordem apresentada anteriormente. No total dos itens do questionário o alfa de Cronbach foi de .95 (Yildirim & Correia, 2014). No estudo da estrutura fatorial e propriedades psicométricas e sucessiva validação para a população portuguesa o alfa de Cronbach foi de .96 para o NMP-Q e para as subescalas .96 para “não poder comunicar”, .90 para “perder conectividade”, .88 para “não poder aceder à informação” e .85 “desistir da convivência” (Galhardo & Loureiro, 2018). No presente estudo o alfa de Cronbach foi de .95.

Escalas de Ansiedade, Depressão e Stress – 21 (EADS-21; Lovibond & Lovibond, 1995; versão portuguesa de Pais-Ribeiro, Honrado & Leal, 2004). A EADS-21 é composta por 21 itens divididos em três escalas: depressão, ansiedade e *stress*. Cada escala contém sete itens que dirigem o sujeito para sintomas emocionais negativos através de afirmações às quais responde consoante a gravidade ou frequência dos sintomas durante a “semana passada”. As respostas são dadas numa escala tipo Likert de 0 a 3, em que 0 corresponde a “não se aplicou nada a mim”, 1 “aplicou-se a mim algumas vezes”, 2 “aplicou-se a mim de muitas vezes” e 3 “aplicou-se a mim a maior parte das vezes”. Os resultados correspondem à soma dos sete itens e podem variar entre 0 e 21, sendo que quanto maior a pontuação, mais negativos são os estados afetivos. No que diz respeito às propriedades psicométricas, os valores da consistência interna recorrendo ao alfa de Cronbach foram de .74 para a subescala da ansiedade, .85 para a subescala da depressão e .81 para a subescala do *stress* (Pais-Ribeiro, Honrado & Leal, 2004). No presente estudo os valores de consistência interna foram de .88 para a subescala de ansiedade, .91 para a subescala depressão e .95 para a subescala de *stress*.

Procedimentos

Uma vez realizada a revisão bibliográfica do tema foram definidos os objetivos do estudo e selecionados os instrumentos adequados. Por forma a respeitar os princípios éticos foram enviados *emails* para os autores de cada instrumento, informando-os sobre o âmbito e objetivos deste trabalho e solicitando autorização para o uso dos mesmos (Apêndice A).

A SMD Scale-PT foi, após cedida a autorização para a sua utilização, e questionados os autores acerca da sua adequação para indivíduos mais velhos, a frequentar o ensino superior (atendendo a que foi desenvolvida para adolescentes), traduzida para a língua portuguesa e enviada para uma pessoa fluente na língua inglesa. Embora as diferenças entre a versão original e a traduzida fossem mínimas, procederam-se a pequenas alterações de modo a que todos os itens coincidissem o mais possível com o instrumento original e a que não existissem incongruências na linguagem. Os procedimentos descritos estão de acordo com as recomendações de Hambleton, Merenda e Spielberger (2005) e da *International Test Commission* (2010).

Desenvolvida a versão portuguesa da SMD Scale-PT (Apêndice B) e obtidas as autorizações para utilização dos instrumentos foi construída uma plataforma *online* com o protocolo da investigação. Este teve início com um texto introdutório onde constava o âmbito da investigação e os seus objetivos. De seguida era pedida a colaboração voluntária dos participantes, sendo assegurado o anonimato e confidencialidade e referindo a possibilidade de desistirem da investigação a qualquer altura do preenchimento do protocolo, assim como a possibilidade do esclarecimento de dúvidas através de *email* (Apêndice C). Uma vez facultado o consentimento informado, seguia-se o preenchimento de um questionário sociodemográfico (Apêndice D), construído para o efeito, e o preenchimento dos instrumentos de autorresposta.

O protocolo do presente estudo foi realizado na plataforma *online* GoogleDocs (*link*: <https://goo.gl/forms/ZVMR13AL9gNtkRH23>) e divulgado nas redes sociais. Para que abrangesse o maior número de pessoas possível foi enviado o *link* individualmente a estudantes do ensino superior e publicado na rede social *Facebook*, em grupos de estudantes e páginas pessoais. Tendo como único critério de inclusão para a participação no estudo a frequência no ensino superior (sendo que esta pressupõe, à partida, idade igual ou superior a 18 anos).

O protocolo demorava, em média, 10 minutos a ser preenchido, tendo esta informação sido colocada no consentimento informado, aceite pelos participantes antes de iniciarem o preenchimento. A recolha de dados decorreu de 18 de Julho a 10 de Setembro.

Análise estatística

Por forma a prosseguir ao tratamento e realização das análises estatísticas foi necessário, numa primeira instância, extrair os dados recolhidos *online* para o programa *Excel* e transpô-los para uma base de dados no programa informático *Statistical Package for the Social Sciences* (IBM SPSS *Statistics*, v.22). Numa segunda instância procedeu-se à análise dos dados sociodemográficos, recorrendo à estatística descritiva, com o cálculo da média (*M*) e desvio padrão (*DP*) para as variáveis contínuas e frequências absolutas (*n*) e relativas (%) para as variáveis categoriais. Na análise das características dos itens da SMD Scale-PT foram realizados, de igual modo, os cálculos da média (*M*) e desvio padrão (*DP*) aos quais se acrescem os cálculos da correlação item total e alfa de Cronbach se item removido.

Para a realização do estudo da estrutura fatorial da SMD Scale-PT recorreu-se ao *Software* AMOS (IBM SPSS AMOS, v.25), que permite a realização de uma análise fatorial confirmatória (AFC), com o intuito de avaliar o ajustamento dos dados a um modelo unidimensional. A existência de valores extremos, os *outliers*, foi avaliada através da distância quadrada de Mahalanobis (D^2) e a normalidade das variáveis foi avaliada pelos coeficientes de assimetria (*sk*) e curtose (*ku*). Os valores *outliers* produzem erros de estimativa na posição (enviesamento) e na dispersão (aumento da imprecisão) (Espírito-Santo & Daniel, 2017). O método utilizado para examinar o ajustamento global do modelo às matrizes de variância e covariância observados foi o da máxima verossimilhança. O ajustamento do modelo foi verificado através dos indicadores qui-quadrado normalizado (χ^2/df), o *Confirmatory Fit Index* (CFI), *Goodness of Fit Index* (GFI), *Root Mean Square Error of Approximation* (RMSEA) e *Maximum likelihood Expected Cross-Validation Index* (MECVI). A fiabilidade individual dos diferentes itens e os respetivos pesos fatoriais foram usados para efeitos de análise da qualidade do ajustamento local.

A consistência interna da SMD Scale-PT foi avaliada através do alfa de Cronbach e da fiabilidade compósita (FC). Por sua vez, para exploração da validade convergente e divergente da escala em estudo foram calculadas correlações de Pearson entre a escala e as demais medidas utilizadas no presente estudo. Foram ainda exploradas as associações entre a SMD Scale-PT e a idade, os anos de escolaridade, e a questão “até que ponto se sente dependente das redes sociais”. Por forma a verificar a possibilidade da existência de diferenças entre as médias da SMD Scale-PT de homens e mulheres, foi realizado um teste *t* para amostras independentes.

Resultados

No que diz respeito à caracterização sociodemográfica da amostra (Tabela 1) verificou-se que a idade dos participantes se compreende entre os 18 e os 53 anos, perfazendo uma média de 21.94 anos ($DP = 3.33$). Relativamente ao estado civil, 98% ($n = 291$) dos participantes eram solteiros e apenas 2% ($n = 6$) eram casados ou viviam em união de facto. Entre mestrados e licenciaturas contaram-se 81 cursos diferentes, sendo que a maioria dos respondentes frequenta o curso de Psicologia ($n = 74$; 24,92%). Quanto ao ano que frequentam, a amostra conta com respondentes dos 5 anos curriculares, tendo maior percentagem de alunos do 2º ano ($n = 80$; 26,9%).

Analisando os dados relativos às questões de autoavaliação e conhecimento quanto à utilização diária das redes sociais, verificou-se que quando questionados “até que ponto se sente dependente das redes sociais”, numa escala de 1 a 5 (em que 1 corresponde a “nada dependente” e 5 a “muito dependente”), a maioria dos participantes ($n = 140$; 47%) indica a opção de resposta 3 e a maioria ($n = 88$; 29,5%), utiliza as mesmas entre 6 a 10 vezes por dia. As redes sociais mais utilizadas são o *Instagram* ($n = 236$; 79,2 %) e o *Facebook* ($n = 151$; 50,7%), nas quais os participantes apontaram publicar algo menos de uma vez por dia ($n = 161$; 54%), ou seja, ainda que não o façam diariamente, vão efetuando publicações.

Tabela 1
Caracterização sociodemográfica dos participantes

		<i>n</i>	%
Sexo	Masculino	92	31
	Feminino	205	69
Estado Civil	Solteiro(a)	291	98
	Casado(a)/União de Facto	6	2
Ano que frequenta	1º	52	17.5
	2º	80	26.9
	3º	69	23.2
	4º	48	16.2
	5º	48	16.2
		<i>M</i>	<i>DP</i>
Idade		21.94	3.33
Anos de Escolaridade		14.70	1.84

Nota. *M* = média; *DP* = desvio padrão.

No que respeita às características dos itens da SMD *Scale*-PT, apresentados na Tabela 2, verificou-se que as correlações item total variaram entre .28 e .50. Relativamente à consistência interna dos itens a remoção de cada um deles não se traduzia num aumento da consistência interna, pelo que na versão portuguesa se mantiveram todos os itens da versão original.

Tabela 2

Médias, desvios-padrão, correlação item total e Cronbach α se item removido dos itens da SMD Scale-PT

SMD Scale-PT item^a	<i>M</i>	<i>DP</i>	Correlação item-total	Cronbach α se item removido
1. Constatou com regularidade que não conseguia pensar em nada mais a não ser no momento em que voltaria a poder usar as redes sociais	0.07	0.26	.50	.61
2. Sentiu-se frequentemente insatisfeito porque queria passar mais tempo nas redes sociais	0.06	0.23	.49	.62
3. Sentiu-se frequentemente mal por não poder usar as redes sociais	0.07	0.25	.41	.63
4. Tentou passar menos tempo nas redes sociais, mas não conseguiu	0.26	0.44	.34	.65
5. Usou frequentemente as redes sociais para fugir a sentimentos negativos	0.35	0.48	.37	.65
6. Teve regularmente discussões com outros por causa do uso que faz das redes sociais	0.12	0.33	.28	.66
7. Mentiu regularmente aos seus pais ou amigos relativamente ao tempo que depende nas redes sociais	0.02	0.15	.40	.65
8. Negligenciou com frequência outras atividades (ex. hobbies, desporto) porque queria usar as redes sociais	0.10	0.31	.28	.66
9. Teve conflitos com os seus pais ou irmão(s) por causa do uso que faz das redes sociais	0.05	0.22	.29	.65

Nota. ^aSMD Scale-PT = Social Media Disorder Scale - Portugal

M = média; *DP* = desvio padrão.

Tendo sido realizada a análise da estrutura fatorial da SMD Scale-PT, foi testado um modelo unidimensional, de acordo com o reportado para a versão original. Apurou-se a existência de *outliers*, através do cálculo da distância quadrada de Mahalanobis, observando-se a existência de casos com valores significativos em simultâneo. No entanto, optou-se por não os remover de modo a manter a variabilidade dos dados. Relativamente ao pressuposto da normalidade, as variáveis não apresentaram valores de Sk e Ku indicadores de violações severas à distribuição normal ($|Sk| < 3$ e $|ku| < 10$). O modelo unidimensional apresentou os seguintes valores no que se refere aos indicadores de ajustamento: $\chi^2/gl = 3.80$, CFI = .816, GFI = .930, TLI = .754, RMSEA = .097, MECVI = .473. Contudo, para a versão portuguesa da SMD Scale-PT a análise sugeriu a existência de correlações entre os resíduos dos itens 4 e 5, e 7 e 9. Atendendo a este dado, o modelo foi recalculado tendo sido especificada a existência de correlações entre os resíduos dos referidos itens. Os pesos fatoriais dos itens da SMD Scale-PT variaram entre .258 e .708 (Tabela 3). No modelo em que foram especificadas as correlações entre os erros dos itens acima indicados os valores dos índices de ajustamento foram os seguintes: $\chi^2/gl = 2.078$, CFI = .934, GFI = .964, TLI = .906, RMSEA = .060, MECVI = .315.

Tabela 3

Pesos fatoriais da SMD Scale-PT

SMD Scale-PT^a item	<i>Pesos fatoriais</i>
1. Constatou com regularidade que não conseguia pensar em nada mais a não ser no momento em que voltaria a poder usar as redes sociais	.708
2. Sentiu-se frequentemente insatisfeito porque queria passar mais tempo nas redes sociais	.699
3. Sentiu-se frequentemente mal por não poder usar as redes sociais	.599
4. Tentou passar menos tempo nas redes sociais, mas não conseguiu	.257
5. Usou frequentemente as redes sociais para fugir a sentimentos negativos	.328
6. Teve regularmente discussões com outros por causa do uso que faz das redes sociais	.331
7. Mentiu regularmente aos seus pais ou amigos relativamente ao tempo que despende nas redes sociais	.501
8. Negligenciou com frequência outras atividades (ex. hobbies, desporto) porque queria usar as redes sociais	.353
9. Teve conflitos com os seus pais ou irmão(s) por causa do uso que faz das redes sociais	.258

Nota. ^aSMD Scale-PT = Social Media Disorder Scale - Portugal

O modelo final que contempla a especificação das correlações entre os erros dos itens 4 e 5, e 7 e 9 revelou uma qualidade de ajustamento boa a muito boa, excetuando o qui-quadrado normalizado que apresentou um valor de ajustamento sofrível. De referir ainda que o valor do MECVI do segundo modelo testado foi inferior ao do primeiro, o que sugere que este segundo modelo apresenta uma melhor qualidade de ajustamento.

Na Figura 1. apresenta-se uma representação gráfica do modelo de estrutura fatorial do SMD Scale-PT.

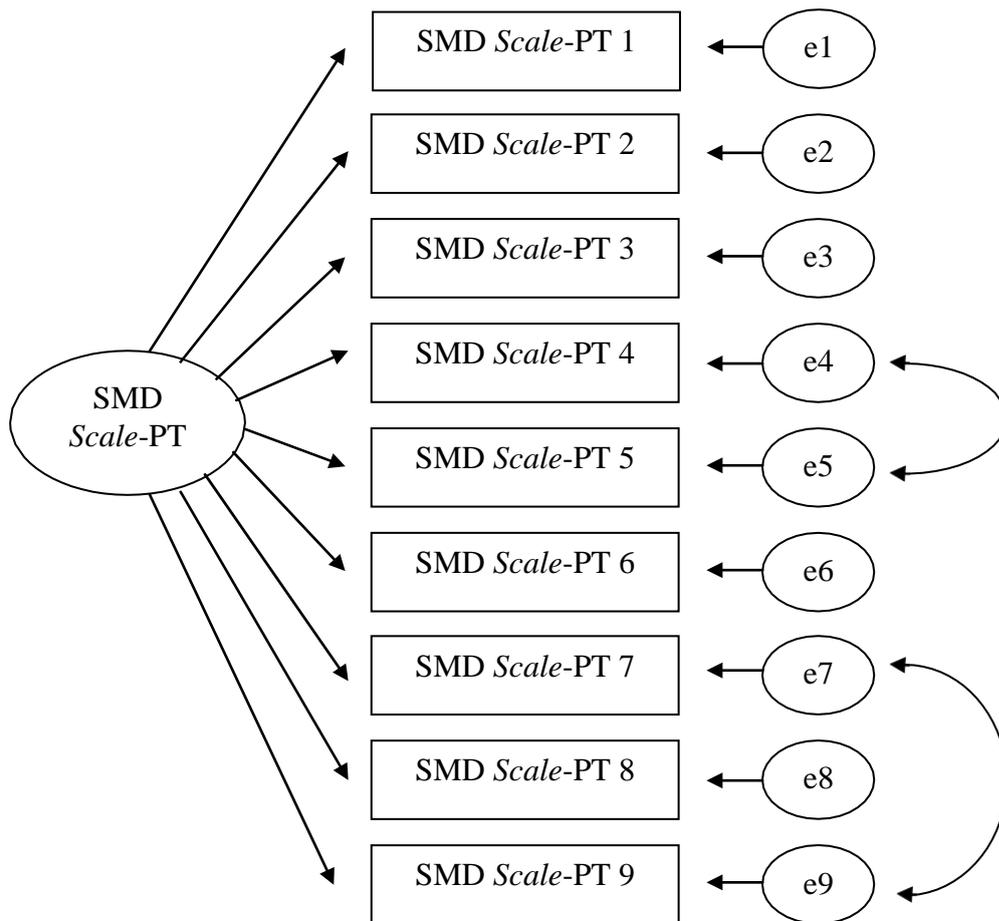


Figura 1. Modelo da estrutura unifatorial da SMD Scale-PT

No que se refere à consistência interna da versão portuguesa da SMD Scale-PT, analisada através do alfa de Cronbach, obteve-se um valor de .67. A fiabilidade compósita (FC) foi também utilizada como uma medida de consistência interna tendo-se obtido um valor de .70. Os resultados da análise das correlações entre a SMD Scale-PT e a IAT e a NMP-Q, bem como entre a SMD Scale-PT e as subescalas de ansiedade, depressão e stress da EADS 21 são apresentados na Tabela 4.

Tabela 4

Correlação entre a SMD Scale-PT e o IAT, o NMP-Q e a EADS 21

	IAT ^b	NMP-Q ^c	EADS 21 – Ansiedade ^d	EADS 21 – Depressão ^d	EADS 21 – Stress ^d
SMD Scale-PT^a	.589	.489	.313	.463	.406

Nota. ^aSMD Scale-PT = Social Media Disorder Scale – Portugal; ^bIAT = Internet Addiction Test; ^cNMP-Q = Nomophobia Questionnaire; ^dEADS 21= Escala de Ansiedade, Depressão e Stress – 21.

Como se pode observar a SMD Scale-PT apresenta uma correlação positiva significativa com as medidas relacionadas com a adição à *Internet* e a *nomophobia*. Também no que respeita às correlações da SMD Scale-PT com as subescalas da EADS-21 se verifica a existência de correlações positivas e estatisticamente significativas, ainda que de magnitude mais baixa.

Tendo sido explorada a existência de diferenças entre os sexos relativamente à SMD Scale-PT, não foram encontradas diferenças ($t = -.50$; $p = .615$). Adicionalmente procurou-se avaliar a existência de correlações entre a SMD Scale-PT e as variáveis sociodemográficas idade e anos de escolaridade. No que se refere à correlação com a idade não se observou uma associação ($r = .35$; $p = .435$), já com os anos de escolaridade verificou-se a existência de uma correlação negativa estatisticamente significativa ($r = -.14$; $p = .020$). Constatou-se, por último, que a associação entre a variável “até que ponto se sente dependente das redes sociais” e o total da SMD Scale-PT, calculada através de uma correlação de Pearson, foi positiva e estatisticamente significativa ($r = .44$; $p < .001$).

Discussão

O presente estudo teve como principal objetivo o desenvolvimento da versão portuguesa da *Social Media Disorder Scale* (SMD Scale; van den Eijnden, Lemmens & Valkenburg, 2016) e o estudo da sua estrutura fatorial e propriedades psicométricas junto da população do ensino universitário. Por forma a alcançar o objetivo proposto recolheu-se uma amostra de 297 estudantes do ensino universitário recrutados, essencialmente, pela rede social *Facebook*. Este instrumento tem como propósito avaliar a dependência das redes sociais em geral e não dispunha, até ao momento, de uma versão na língua portuguesa.

Com vista a obter uma equivalência linguística entre a versão inglesa e a versão portuguesa foram seguidas as recomendações do *International Test Commission* (2010). Após concluída a recolha dos dados procedeu-se à análise da estrutura fatorial da SMD Scale-PT, tendo esta seguido os procedimentos utilizados na sua versão original. A análise fatorial permitiu concluir que, à semelhança do reportado no artigo da versão original (van den Eijnden, Lemmens & Valkenburg, 2016) e no estudo da versão usada na Turquia (Savci, Ercengiz & Aysan, 2018), a SMD Scale-PT manifesta uma estrutura unidimensional. O modelo unifatorial testado apontou para uma melhoria do ajustamento no caso de serem reespecificadas correlações entre os itens 7 e 9, e 4 e 5. De acordo com Brown (2003), é frequentemente necessário localizar erros correlacionados entre itens que apresentem uma

semântica similar, como sucede nos referidos itens. De acrescentar que todos os itens revelaram pesos fatoriais elevados adequados, sendo que dois dos itens demonstraram valores mais baixos, devendo por isso ser alvo de estudo em investigações futuras.

No que respeita à análise dos itens da versão portuguesa verificou-se que três dos itens (6, 8 e 9) apresentam correlações com o total inferiores a .30. Na versão turca da *SMD Scale* os autores reportam valores mais elevados de correlação dos itens com o total, quer na amostra em que foi conduzida a análise fatorial exploratória, quer naquela em que foi realizada uma análise fatorial confirmatória (Savci, Ercengiz & Aysan, 2018). Como tal, uma possível revisão dos itens da versão portuguesa poderá ter em conta este dado, procurando que a sua redação apresente uma maior adequação à população portuguesa e uma maior coerência global (por exemplo, a referência a conflitos com os pais/irmãos poderá não se adequar a sujeitos mais velhos).

Em relação à consistência interna, avaliada através do alfa de Cronbach, foi observado um valor inferior a .70. Ainda que este valor fique aquém do recomendado por Nunnally (1978), outros autores têm vindo a defender que no âmbito das ciências sociais e humanas valores de consistência interna superiores a .60 são aceitáveis (deVellis, 1991; Hair, Anderson, Tatham & Black, 1998). Por outro lado, Marôco e Garcia-Marques (2006) questionam o uso do alfa de Cronbach enquanto medida da fiabilidade ou consistência interna apontando, em alternativa, o cálculo da fiabilidade compósita. O recurso a este indicador revelou, no caso da versão portuguesa da *SMD Scale-PT*, um valor considerado adequado. Relativamente aos valores de consistência interna encontrados na versão original da *SMD Scale*, bem como na versão turca, foram observados valores indicativos de uma boa consistência interna, o que contribuiu para a seleção da *SMD Scale* enquanto alvo de estudo nesta investigação. Uma vez mais, uma possível reformulação da redação dos itens, assim como uma diferente escala de resposta, sem ser num formato dicotómico de sim ou não, poderão ser alterações importantes, hipoteticamente relevantes para a obtenção de diferentes resultados. A título de exemplo, o item 4 “tentou passar menos tempo nas redes sociais, mas não conseguiu”, ao ser respondido através de “sim” ou “não” pode gerar dificuldades na sua compreensão. O sujeito pode assumir que o “sim” corresponde a ter tentado despende menos tempo com as redes sociais e ignorar o final da afirmação relativo ao insucesso dessa tentativa. Também os itens 7 “mentiu regularmente aos seus pais ou amigos relativamente ao tempo que despende nas redes sociais” e 9 “teve conflitos com os seus pais ou irmão(s) por causa do uso que faz das redes sociais” pressupõem que os respondentes residam ou mantenham um contacto muito frequente com os pais/familiares e amigos. Atendendo a que

os participantes do presente estudo são estudantes universitários, poder-se-á colocar a hipótese de se encontrarem deslocados e itens com este tipo de conteúdo se assumam como menos adequados.

No que se refere à associação entre a SMD *Scale*-PT e a adição à *Internet* e a *nomophobia* verificaram-se correlações positivas de magnitude elevada e moderada respetivamente. Este resultado pode ser visto como um indicador de validade convergente tendo em conta que estas medidas avaliam constructos relacionados com a adição às redes sociais. Por sua vez, as correlações encontradas entre a SMD *Scale*-PT e os sintomas emocionais negativos, ainda que significativas, apresentam valores inferiores, tratando-se de sintomas que, embora possam ter relação com a adição às redes sociais, se associam a esta de uma forma menos vincada.

Na presente amostra não se verificaram diferenças entre homens e mulheres no que respeita à adição às redes sociais. Assim parece não existir um predomínio do uso das mesmas em função do sexo, o que sugere que estas são de utilização massiva. Também no estudo de desenvolvimento da Escala de Adição ao Facebook de Andreassen, Torsheim, Brunborg e Pallesen (2012), é sugerida a inexistência de diferenças entre homens e mulheres no que concerne à adição à rede social *Facebook*. Por sua vez, é também de referir que a idade não se mostrou associada à adição às redes sociais o que, uma vez mais, remete para a ideia anteriormente referida do uso generalizado. Também nas amostras de adolescentes em que foi estudada a versão original da SMD *Scale* não se observou uma associação desta com a idade (van den Eijnden, Lemmens & Valkenburg, 2016). Contudo, já no que respeita aos anos de escolaridade observou-se uma associação negativa com a adição às redes sociais. Como tal, as pessoas com maior escolaridade parecem menos propensas a um uso das redes sociais com características de adição. No entanto, este resultado deverá ser verificado uma vez que a associação encontrada, ainda que significativa, foi de pequena dimensão. Por último, verificou-se que a associação entre a variável “até que ponto se sente dependente das redes sociais” e o total da SMD *Scale*-PT foi positiva e estatisticamente significativa. Efetivamente a avaliação subjetiva dos participantes relativamente ao grau em que se sentem dependentes do uso das redes sociais revelou estar positivamente correlacionada com o total da SMD *Scale*-PT. Assim, esta associação de magnitude moderada indica que quanto mais os respondentes consideram ter uma relação com as redes sociais próxima da dependência, maior é também o *score* obtido na SMD *Scale*-PT, que se destina a avaliar precisamente a adição às redes sociais. No mesmo sentido também van den Eijnden, Lemmens & Valkenburg (2016) reportam a existência de uma associação positiva entre os *scores* da SMD

Scale é uma medida de autorrelato relativa ao quanto os sujeitos consideram estar dependentes das redes sociais.

A presente investigação apresenta limitações que devem ser consideradas em estudos futuros. A primeira prende-se com o facto de os seus resultados não poderem ser generalizados para a população geral, uma vez que foi definido como critério de inclusão a frequência do ensino superior. Esta definição procurou estender os dados em termos de faixa etária, dado que a versão original desta escala havia sido estudada em amostras de adolescentes. Ainda assim, a estrutura fatorial e características psicométricas deverão ser alvo de análise em amostras de maior dimensão e mais heterogéneas. De mencionar que seria igualmente útil a replicação deste estudo, particularmente no que diz respeito à estrutura fatorial, numa amostra clínica, incluindo sujeitos com um “diagnóstico” de adição às redes sociais e pacientes com outras perturbações psiquiátricas. Adicionalmente o estudo da validade discriminante desta escala poderia explorar até que ponto esta poderá constituir um complemento de diagnóstico, examinando a sua sensibilidade e especificidade para definição de um ponto de corte. Estes dados possibilitariam também apurar a sensibilidade da SMD-*Scale*-PT à mudança em função de intervenções terapêuticas dirigidas à adição às redes sociais. Uma outra limitação prende-se com o facto de não ter sido conduzido um estudo da fidedignidade temporal da versão portuguesa, pelo que futuramente seria importante avaliar este aspeto.

Da análise dos resultados obtidos na versão portuguesa é de salientar que nos parece que este instrumento poderá beneficiar de uma alteração no seu formato de resposta. Tal como sugerido por Savci, Ercengiz e Aysan (2018) e Kuss, Harkin, Kanjo e Billieux (2018) um formato de resposta tipo Likert poderá aumentar a precisão dos resultados. Adicionalmente um maior ajustamento da redação dos itens de modo a que estejam menos vocacionados para a etapa desenvolvimental da adolescência poderá também tornar este instrumento mais passível de uso na população geral.

Ainda que os resultados do presente estudo devam ser interpretados atendendo às limitações mencionadas, e que a SMD *Scale*-PT possa vir a ser alvo de aperfeiçoamentos, estes resultados apontam para a utilidade de uma medida de utilização problemática das redes sociais, quer em contextos clínicos, quer em investigação.

Referências Bibliográficas

- American Psychiatric Association. (2002). *Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: texto revisado (DSM-IV-TR)*. Artmed.
- Andreassen, C. S., Billieux, J., Griffiths, M. D., Kuss, D. J., Demetrovics, Z., Mazzoni, E., & Pallesen, S. (2016). The relationship between addictive use of social media and video games and symptoms of psychiatric disorders: A large-scale cross-sectional study. *Psychology of Addictive Behaviors, 30*(2), 252–262. doi:10.1037/adb0000160
- Andreassen, C. & Pallesen, S. (2014). Social network site addiction – an overview. *Current Pharmaceutical Design, 20*, 4053-61.
- Andreassen, C. S., Pallesen, S., & Griffiths, M. D. (2017). The relationship between addictive use of social media, narcissism, and self-esteem: Findings from a large national survey. *Addictive Behaviors, 64*, 287–293. doi:10.1016/j.addbeh.2016.03.006
- Andreassen, C. S., Torsheim, T., Brunborg, G. S., & Pallesen, S. (2012). Development of a Facebook Addiction Scale. *Psychological Reports, 110*(2), 501–517. doi:10.2466/02.09.18.pr0.110.2.501-517
- Baccarella, C., Wagner, T., Kietzmann, J. & McCarthy, I. (2018). Social media? It's serious" Understanding the dark side of social media. *European Management Journal, 36*, 431-438. doi: <https://doi.org/10.1016/j.emj.2018.07.002>
- Barak, A., Boniel-Nissim, M. & Suler, J. (2008). Foresting empowerment in online support groups. *Computers in Human Behavior, 24*, 1867-1883. doi:10.1016/j.chb.2008.02.004
- Bányai, F., Zsila, Á., Király, O., Maraz, A., Elekes, Z., Griffiths, M., Andreassen, C. & Demetrovics, Z. (2017). Problematic social media use: Results from a large-scale nationally representative adolescent sample. *PLoS ONE, 12*(1), 1-13. doi:10.1371/journal.pone.0169839
- Błachnio, A., Przepiórka, A., & Rudnicka, P. (2013). Psychological determinants of using Facebook: A research review. *International Journal of Human-Computer Interaction, 29*(11), 775–787. doi:10.1080/10447318.2013.780868
- Błachnio, A., Przepiórka, A., & Rudnicka, P. (2016). Narcissism and self-esteem as predictors of dimensions of Facebook use. *Personality and Individual Differences, 90*, 296–301. doi:10.1016/j.paid.2015.11.018

- Bonetti, L., Campbell, M. A., & Gilmore, L. (2010). The relationship of loneliness and social anxiety with children's and adolescents' Online Communication. *Cyberpsychology Behavior Social Networking*, *13*(3), 279-285. doi:10.1089/cyber.2009.0215
- Boyd, D. & Ellison, N. (2007). Social network sites: definition, history, and scholarship. *Journal of Computer-Mediated Communication*, *13*(1), 210-230. doi:10.1111/j.1083-6101.2007.00393
- Brooks, S. (2015). Does personal social media usage affect efficiency and well-being? *Computers in Human Behavior*, *46*, 26–37. doi:10.1016/j.chb.2014.12.053
- Brown, J. D. (2003). Questions and answers about language testing statistics: can we use the spearman-brown prophecy formula to defend low reliability? *Shiken: JALT Testing & Evaluation SIG Newsletter*, *4*(3), 7-9
- Chae, J. (2018). Reexamining the relationship between social media and happiness: The effects of various social media platforms on reconceptualized happiness. *Telematics and Informatics*, *35*(6), 1656-1664. doi:<https://doi.org/10.1016/j.tele.2018.04.011>
- Cerqueira, M. (2016). *Os desconectados. Há quem faça like a uma vida sem redes sociais*. Retirado em 22, agosto, 2018 <https://ionline.sapo.pt/531977>
- Choi, S., Kim, D.-J., Choi, J.-S., Ahn, H., Choi, E.-J., Song, W.-Y., Kim, S. & Youn, H. (2015). Comparison of risk and protective factors associated with smartphone addiction and Internet addiction. *Journal of Behavioral Addictions*, *4*(4), 308-14. doi:10.1556/2006.4.2015.043
- Cock, R., Vangeel, J., Klein, A., Minotte, P., Rosas, O., & Meerkerk, G.-J. (2014). Compulsive use of social networking sites in Belgium: Prevalence, profile, and the role of attitude toward work and school. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, *17*(3), 166–171. doi:10.1089/cyber.2013.0029
- Çam, E. & İsbulan, O. (2012). A new addiction for teacher candidates: Social networks. *Turkish Online Journal of Educational Technology*, *11*(3), 14-19
- Davis, R. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Computers in Human Behavior*, *17*, 187-195. doi: 10.1016/S0747-5632(00)00041
- DeVellis, R. F. (1991). *Scale development: Theory and applications*. Newbury Park, CA: SAGE Publications.
- Ellison, N. B., Steinfield, C., & Lampe, C. (2011). Connection strategies: Social capital implications of Facebook-enabled communication practices. *New Media and Society*, *13*, 873–892. doi: <http://dx.doi.org/10.1177/1461444810385389>

- Espinoza G, & Juvonen J. (2011). The pervasiveness, connectedness, and intrusiveness of social network site use among young adolescents. *Cyberpsychology, Behavior and Social Network*, 14, 705–709. doi: <https://doi.org/10.1089/cyber.2010.0492>
- Espírito-Santo, H. & Daniel, F. (2017). Calcular e apresentar tamanhos do efeito em trabalhos científicos (2): Guia para reportar a força das relações. *Revista Portuguesa de Investigação Comportamental e Social*, 3(1), 53-64. doi: 10.7342/ismt.rpics.2017.3.1.48.
- Galhardo, A. & Loureiro, D. (2018). *Versão portuguesa do nomophobia questionnaire*. (Unpublished manuscript). Instituto Superior Miguel Torga
- Griffiths, M. (2005). A “components” model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance Use*, 10(4), 191–197.
doi:10.1080/14659890500114359
- Griffiths MD (2013) Social networking addiction: Emerging themes and issues. *Journal of Addiction Research & Therapy*, 4. doi:10.4172/2155-6105.1000e118
- Griffiths, M. & Szabo, A. (2014). Is excessive online usage a function of medium or activity? *Journal of Behavioral Addictions*, 3(1), 74-77. doi:10.1556/JBA.2.2013.016
- Giunchiglia F., Zeni M., Gobbi E., Bignotti E. & Bison I. (2018). Mobile social media usage and academic performance, *Computers in Human Behavior*. doi: 10.1016/j.chb.2017.12.041.
- Hambleton, R. K., Merenda, P. F., & Spielberger, C. D. (2005). *Adapting educational and psychological tests for cross-cultural assessment*. Mahwah, NJ: L. Erlbaum Associates.
- Hair, J. F., Tatham, R. L. & Black, W. C. (1998). *Multivariate data analysis* (5th ed.). London: Prentice-Hall.
- International Test Commission. (2010). *International Test Commission Guidelines for Translating and Adapting Tests*. Recuperado em 10, setembro, 2018 <http://www.intestcom.org>
- Jafarkarimi, H., Sim, A., Saadatdoost, R. & Hee, J. (2016). Facebook addiction among Malaysian students. *International Journal of Information and Education Technology*, 6(6), 465-469. doi: 10.7763/IJiet.2016.v6.733
- Jeong, S.-H., Kim, H., Yum, J.-Y., & Hwang, Y. (2016). What type of content are smartphone users addicted to?: SNS vs. games. *Computers in Human Behavior*, 54, 10–17. doi:10.1016/j.chb.2015.07.035
- Joinson, A. (2008). Looking at, looking up or keeping up with people? Proceeding of the Twenty-Sixth Annual CHI Conference on Human Factors in Computing Systems –

CHI. doi: 10.1145/1357054.1357213

- Karaiskos D, Tzavellas E, Balta G, Paparrigopoulos T. (2010). Social network addiction: a new clinical disorder? *European Psychiatry*, 25, 855-865
- King, A., Valença, A., Silva, O., Baczynski, T., Carvalho, R., & Nardi, E. (2013). Nomophobia: Dependency on virtual environments or social phobia? *Computers in Human Behavior*, 29(1), 140–144. doi:10.1016/j.chb.2012.07.025
- Kircaburun, K., Kokkinos, C., Demetrovics, Z. Király, O. Griffiths, M. & Çolak, T. (2018). Problematic online behaviors among adolescents and emerging adults: Association between cyberbullying perpetration, problematic social media use, and psychosocial factors. *Internet Journal of Mental Health and Addiction*. doi: 10.1007/s11469-018-9894-8
- Kirschner, P. A., & Karpinski, A. C. (2010). Facebook and academic performance. *Computers in Human Behavior*, 26(6), 1237–1245. doi:10.1016/j.chb.2010.03.024
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2011). Online social networking and addiction – A review of the psychological literature. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 8(9), 3528–3552. doi:10.3390/ijerph8093528
- Kuss, D., & Griffiths, M. (2017). Social networking sites and addiction: Ten lessons learned. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(3), 311. doi:10.3390/ijerph14030311
- Kuss, D. J. & Griffiths, M. D. (2011). Excessive online social networking – Can adolescents become addicted to Facebook? *Education and Health*, 29, 68–7. doi: 10.3390/ijerph8093528
- Kuss, D., Harkin, L., Kanjo, E. & Billieux, J. (2018) Problematic smartphone use: Investigating contemporary experiences using a convergent design. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(1), 142. doi: 10.3390/ijerph15010142.
- Kwon, M., Lee, J.-Y., Won, W.-Y., Park, J.-W., Min, J.-A., Hahn, C., Kim, D.-J. (2013). Development and validation of a Smartphone Addiction Scale (SAS). *PLoS ONE*, 8(2), e56936. doi:10.1371/journal.pone.0056936
- Lee, E., Lee, J.-A., Moon, J. H., & Sung, Y. (2015). Pictures speak louder than words: Motivations for using instagram. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 18(9), 552–556. doi:10.1089/cyber.2015.0157
- Lenhart, A. & Madden, M. (2007). Social networking websites and teens. Recuperado a 1, setembro, 2018 <http://www.pewinternet.org/2007/01/07/social-networking-websites->

[and-teens/](#)

- Li, S.-M. & Chung, T.-M. (2006). Internet function and Internet addictive behavior. *Computers in Human Behavior*, 22(6), 1067-1071. doi: 10.1016/j.chb.2004.03.030
- Marôco, J. & Garcia-Marques, T. (2006). Qual a fiabilidade do alfa de Cronbach? Questões antigas e soluções modernas?. *Laboratório de Psicologia*, 4(1), 65-90
- Nadkarni, A., & Hofmann, S. G. (2012). Why do people use Facebook?. *Personality and Individual Differences*, 52(3), 243–249. doi:10.1016/j.paid.2011.11.007
- Nielsen, P., & Fjuk, A. (2010). The reality beyond the hype: Mobile Internet is primarily an extension of PC-based Internet. *The Information Society*, 26(5), 375–382. doi:10.1080/01972243.2010.511561
- Nunnally, J.C. (1978). *Psychometric theory*. New Yourk: McGraw-Hill.
- Olowu, A. O., & Seri, F. O. (2012). A study of social network addiction among youths in Nigeria. *Journal of Social Science and Policy Review*, 4(1), 63–71
- Patrão, I. & Pontes, H. (2013). A dependência à Internet: fundamentação empírica, teórica e clínica – da psicologia e psicometria à ciber-psicologia. Recuperado em 1, julho, 2018 <https://www.dependencias.pt/ficheiros/conteudos/files/ISPA.pdf>
- Pezoa-Jares, R., Espinoza-Luna, I. & Vasquez-Medina, J. (2012). Internet addiction: A review. *Journal of Addiction Research & Therapy*, 6. doi:10.4172/2155-105.S6-004
- Piwek, L., & Joinson, A. (2016). “What do they snapchat about?” Patterns of use in time-limited instant messaging service. *Computers in Human Behavior*, 54, 358-367. doi:10.1016/j.chb.2015.08.026
- Pittman, M., Reich, B. (2016). Social media and loneliness: Why an Instagram picture may be worth more than a thousand Twitter words. *Computers in Human Behavior*, 62, 155-167. doi: 10.1016/j.chb.2016.03.084
- Pontes, H. M., Andreassen, C. S., & Griffiths, M. D. (2016). Portuguese validation of the Bergen Facebook Addiction Scale: An empirical study. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 14(6), 1062–1073. doi:10.1007/s11469-016-9694-y
- PORDATA. (2018). *Sociedade de Informação e Telecomunicações*. Recuperado em 20, setembro, 2018 <https://www.pordata.pt/Subtema/Portugal/Sociedade+de+Informa%C3%A7%C3%A3o+e+Telecomunica%C3%A7%C3%B5es-92>
- Ribeiro, J. L. P., Honrado, A. A. J. D., & Leal, I. P. (2004). Contribuição para o estudo da adaptação portuguesa das escalas de ansiedade, depressão e stress (EADS) de 21 itens de Lovibond e Lovibond. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 1 2229-239.
- Rui, J., & Stefanone, M. A. (2013). Strategic self-presentation online: A cross-cultural study.

- Computers in Human Behavior*, 29(1), 110–118. doi:10.1016/j.chb.2012.07.022
- Ryan, T., Chester, A., Reece, J., & Xenos, S. (2014). The uses and abuses of Facebook: A review of Facebook addiction. *Journal of Behavioral Addictions*, 3(3), 133-148. doi:10.1556/jba.3.2014.016
- Savci M. (2016). Relationship between impulsivity, social media usage and loneliness. *Educational Process: International Journal*, 5, 106–115. doi: 10.12973/edupij.2016.52.2
- Savci, M., & Aysan, F. (2016). Relationship between impulsivity, social media usage and loneliness. *Educational Process: International Journal*, 5(2), 106-115. doi: <http://dx.doi.org/10.12973/edupij.2016.52.2>
- Savci, M., Ercengiz & M., Aysan, F. (2018). Turkish adaptation of the Social Media Disorder Scale in adolescents. *Arch Neuropsychiatry*, 55, 248-255. doi: 10.5152/npa.2017.19285
- Sharabi, A., & Margalit, M. (2010). The mediating role of Internet connection, virtual friends, and mood in predicting loneliness among students with and without learning disabilities in different educational environments. *Journal of Learning Disabilities*, 44(3), 215–227. doi:10.1177/0022219409357080
- Smith, R. & Kim, S. (2007). Comprehending envy. *Psychological Bulletin*, 133(1), 46-64. doi: 10.1037/0033-2909.133.1.46
- Subrahmanyam, K., Reich, S. M., Waechter, N., & Espinoza, G. (2008). Online and offline social networks: Use of social networking sites by emerging adults. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 29, 420-433. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.appdev.2008.07.003>
- Tumasjan, A., Sprenger, T., Sandner, P. & Welpe, I. (2010). Predicting elections with Twitter: What 140 characters reveal about political sentiment. In International Conference on Weblogs and Social Media. Retirado em 10, agosto, 2018 <http://www.aaai.org/ocs/index.php/ICWSM/ICWSM10/paper/viewFile/1441/1852Predicting>
- van den Eijnden, R. J. J. M., Lemmens, J. S., & Valkenburg, P. M. (2016). The Social Media Disorder Scale. *Computers in Human Behavior*, 61, 478–487. doi:10.1016/j.chb.2016.03.038
- Verduyn, P., Ybarra, O., Résibois, M., Jonides, J., & Kross, E. (2017). Do social network sites enhance or undermine subjective well-being? A critical review. *Social Issues and Policy Review*, 11(1), 274–302. doi:10.1111/sipr.12033

- Watson, B. R. (2016). Is Twitter an alternative medium? Comparing Gulf Coast Twitter and newspaper coverage of the 2010 BP Oil Spill. *Communication Research*, 43(5), 647–671. doi:10.1177/0093650214565896
- Weinstein, A., Dorani, D., Elhadif, R., Bukovza, Y. & Yarmilnik, A. (2015). Internet addiction is associated with social anxiety in young adults. *Annals of Clinical Psychiatry*, 27(1), 2-7. doi: 10.1093/med/9780199380183.003.0001
- Widyanto, L., & McMurrin, M. (2004). The Psychometric Properties of the Internet Addiction Test. *CyberPsychology & Behavior*, 7(4), 443-450.
- Wilson, K., Fornasier, S. & White, KM. (2010). Psychological predictors of young adults' use of social networking sites. *Cyberpsychology, behavior and social networking*, 13(2), 173-7
- Woods, H. C., & Scott, H. (2016). #Sleepyteens: Social media use in adolescence is associated with poor sleep quality, anxiety, depression and low self-esteem. *Journal of Adolescence*, 51, 41–49. doi:10.1016/j.adolescence.2016.05.008
- Wu, A., Cheung, I., Ku, L., & Hung, W. (2013). Psychological risk factors of addiction to social networking sites among Chinese smartphone users. *Journal of Behavioral Addictions*, 2(3), 160–166. doi:10.1556/jba.2.2013.006
- Yildirim, C. & Correia, A. (2015). Exploring the dimensions of nomophobia: development and validation of a self-reported questionnaire. *Computers in Human Behavior*, 49, 130-137. doi: 10.1016/j.chb.2015.02.059
- Young, K. (1998). Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder. *CyberPsychology & Behavior*, 1(3), 237-244. doi: 10.1089/cpb.1998.1.237
- Young, K. (1999). Internet Addiction: Symptoms, Evaluation, And Treatment. *Innovations in Clinical Practice*, 17, 1-17
- Young, K. (2011). CBT-IA: The first treatment model for internet addiction. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 25(4), 304-312. doi: 10.1891/0889-8391.25.4.304
- Young, K. (2015). The evolution of internet addiction disorder. In C. Montag & M. Reuter (Eds.), *Internet addiction, studies in neuroscience, psychology, and behavioral economics* (pp. 3–17). New York: Springer.