



XVII SICTI
Seminário de Iniciação Científica,
Tecnológica e Inovação
X SIMIT
Simpósio de Inovação Tecnológica

**CIÊNCIA e
COOPERAÇÃO
na AMAZÔNIA**
**16 a 19 de
Setembro**
IFPA Campus Bragança

USOS E EFEITOS DO TIK TOK ENTRE ESTUDANTES DA EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E TECNOLÓGICA EM BELÉM/PA

MARIA HELOISA SILVA FLORENTINO¹; TAYLER DANIEL PALHETA AMARAL²;
KIRLA KORINA ANDERSON FERREIRA³

¹ Discente do curso técnico integrado em Eletrotécnica e Bolsista PIBIC Jr/CNPq/PROPPG/IFPA

² Discente do curso técnico integrado em Eletrotécnica e Bolsista Voluntário

³ Professora Dra. do Instituto Federal do Pará/Campus Belém - Orientadora

Área de conhecimento/Subárea: Ciências Humanas/Antropologia

ODS vinculado(s): ODS 3 e ODS 4

RESUMO: Este estudo analisou os efeitos do uso do TikTok entre estudantes da educação profissional e tecnológica em Belém/PA, com ênfase no *brainrot*. Como procedimento metodológico, realizamos pesquisa bibliográfica e pesquisa de campo, através da aplicação de formulários. A amostra consistiu em 44 participantes, dos quais 84,1% se consideram como usuários frequentes do aplicativo, o que implica acesso diário ao aplicativo, com duração média de uma hora por acesso. Em termos dos efeitos percebidos, eles relataram dificuldade de concentração, após usar o aplicativo por um período prolongado, com também uma certa tendência à procrastinação. Além disso, também afirmaram sentir estresse, ansiedade e fadiga mental. Apenas 47,7% dos entrevistados atribuíram tais efeitos ao termo *brainrot*. A maioria dos interlocutores consome conteúdo humorístico, incluindo memes, e 70,5% confessaram participar de *'doom scrolling'*. Os resultados indicam uma queda substancial na atenção, produtividade e bem-estar psicossocial entre os jovens, reforçando ainda mais a necessidade de um uso consciente das mídias sociais.

PALAVRAS-CHAVE: procrastinação; juventude; brain rot; redes sociais

INTRODUÇÃO

Este trabalho tem como objetivo principal compreender os usos do aplicativo TikTok pelos jovens estudantes da educação profissional e tecnológica, em Belém/PA, e de que maneira afetam a sua capacidade de raciocínio e concentração. O interesse pelo tema decorre da importância que as pessoas conferem à utilização intensa das redes sociais no cotidiano, em especial os jovens, como forma de socialização e de sociabilidade (Reis; Sales, 2023).

O TikTok, lançado em 2018, se tornou uma plataforma popular entre jovens, especialmente estudantes. Sua função básica é que os usuários possam filmar vídeos de si mesmos fazendo dublagens, dançando ou atuando. Geralmente, os vídeos têm, em média, 15 segundos de duração (podendo chegar até três minutos) e podem ser editados e personalizados com uma variedade de ferramentas.

Um recurso atrativo da ferramenta é a possibilidade de adicionar seus próprios sons e conseguir criar uma tendência na plataforma, ou seja, permite que o usuário publique algo que seja criativo e que chame a atenção de outros usuários. Podemos dizer que esta é uma das características importantes das redes sociais, pois, segundo Monica Machado (2022), representam um cenário de performance, em que uma imagem, um conteúdo bem produzido, é o que vale para atrair curtidas e comentários.

O estudo investigou os efeitos cognitivos do uso dessa rede social, com foco no fenômeno “*brainrot*”, que afeta a atenção e a produtividade. Este estudo visa entender como o tempo de exposição ao TikTok pode impactar a cognição e a saúde mental dos jovens.

METODOLOGIA

Como procedimento metodológico, realizamos revisão bibliográfica sobre juventude, redes sociais, TikTok e *brain rot*, assim como pesquisa de campo, com aplicação de formulários online de pesquisa sobre as formas de acesso e utilização do Tik Tok, tendo como público-alvo os estudantes da EPT. Foi adotado uma abordagem quanti-qualitativa com 44 alunos do ensino médio, utilizando um questionário online. O estudo explorou o tempo de uso do TikTok, o impacto na concentração e a percepção dos alunos sobre a plataforma. A análise dos dados foi feita por meio de gráficos e tabelas para as respostas quantitativas e análise qualitativa das respostas discursivas.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para a compreensão dos usos e efeitos do Tik Tok na vida dos estudantes da educação profissional e tecnológica em Belém/PA, realizamos pesquisa sobre a origem da referida plataforma e suas principais



XVII SICTI
Seminário de Iniciação Científica,
Tecnológica e Inovação

X SIMIT
Simpósio de Inovação Tecnológica

**CIÊNCIA e
COOPERAÇÃO
na AMAZÔNIA**

**16 a 19 de
Setembro**

IFPA Campus Bragança

funcionalidades. Neste sentido, é válido dizer que o Tik Tok não é usado apenas como plataforma de mídia social, mas também de entretenimento. Os vídeos publicados pelos seus usuários têm normalmente duração de 15s-1 min. Sua tela principal, conhecida como “início”, é dividida em três partes:

- 1). “A seguir” ou “seguindo” mostra os conteúdos em vídeo apenas dos criadores de conteúdo que o usuário segue, permitindo que ele absorva um tipo de conteúdo mais familiar;
- 2). “For you” ou “para você” São vídeos que normalmente viralizam e não necessariamente se encaixam com o conteúdo que o usuário tem familiaridade a consumir, como se fosse uma tentativa do algoritmo saber se ele vai ou não se interessar por determinado tipo de conteúdo;
- 3). “Explorar” embora seja uma nova aba, utiliza uma funcionalidade já presente na plataforma, que é o de postar fotos sem seguir o formato de vídeo. O conteúdo mostrado nessa aba também não é necessariamente o de preferência do usuário, mas são mais específicos dos que são distribuídos na “for you”.

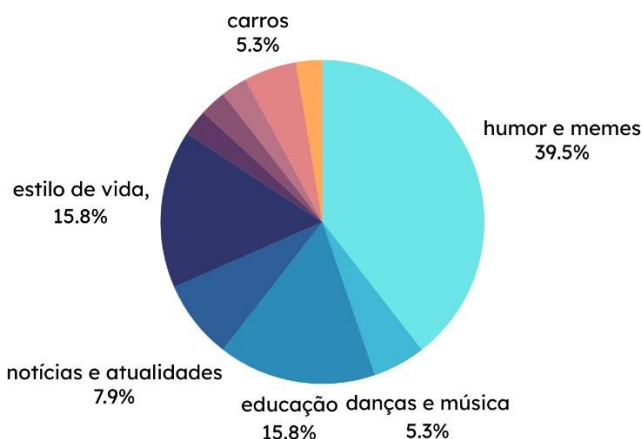
Ao fazer o download do aplicativo, você vai se deparar com a página principal do TikTok, conhecida como “For You” (Para Você, no português). Nela, o algoritmo da plataforma vai entendendo o gosto do usuário e enviando vídeos de acordo com o interesse da pessoa. Não existe uma regra para aparecer na For You. Em muitos casos, os vídeos mostrados são aqueles que viralizaram na plataforma, mas também há casos em que hashtags específicas começam a fazer sucesso e podem impulsionar os vídeos no TikTok.

Para a análise, cabe associar o uso do Tik Tok com o brain rot, eleita a palavra do ano de 2024 pela Oxford Languages. O termo se refere à deterioração mental e intelectual causada pelo consumo excessivo de conteúdos online de baixo estímulo cognitivo, que enfraquecem o pensamento crítico, a memória e a atenção. A expressão já aparecia no livro Walden, de Henry Thoreau, e ganhou força ao descrever os efeitos negativos da cultura digital, como memes de baixo valor, shitposts e até conteúdos que romantizam crimes ou reforçam preconceitos. A popularidade do termo entre as gerações Z e Alfa reflete uma crítica consciente à internet e à forma como usamos nosso tempo.

Quanto à pesquisa de campo, nossa amostra consistiu em 44 estudantes de diferentes cursos técnicos, com idade entre 14 e 18 anos. Destes, 54,5% são estudantes do segundo ano, 18,2% são estudantes do terceiro ano e 27,3% do primeiro ano. Do total da amostra, aproximadamente 80% dos estudantes se consideram ativos nas redes sociais, o que significa acessá-las diariamente, com uma duração média de sessenta minutos.

Em relação ao uso do Tik Tok, o conteúdo mais consumido pelos interlocutores é humor e memes, seguido por educação e estilo de vida, como podemos ver no gráfico a seguir:

Gráfico 1 - Conteúdos consumidos no Tik Tok



Fonte: pesquisa de campo, 2025.

Outro dado que chamou atenção foi o fato de os estudantes afirmarem que passam um longo período de tempo rolando o “for you” da plataforma, deixando outras tarefas importantes para depois e sem perceber o tempo

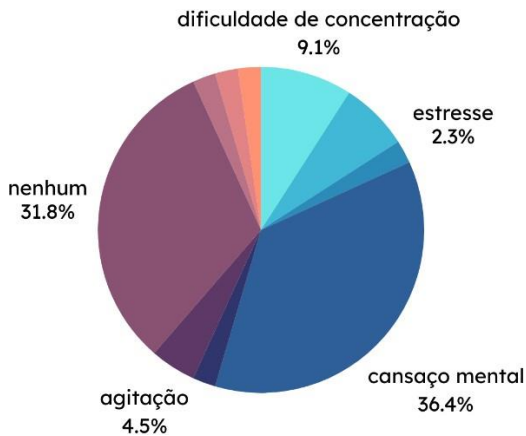


XVII SICTI
Seminário de Iniciação Científica,
Tecnológica e Inovação
X SIMIT
Simpósio de Inovação Tecnológica

**CIÊNCIA e
COOPERAÇÃO
na AMAZÔNIA**
**16 a 19 de
Setembro**
IFPA Campus Bragança

passar. Isso pode estar relacionado à forma como se sentem após a utilização do aplicativo, como podemos observar no gráfico a seguir:

Gráfico 2 - Como se sentem após o uso prolongado do Tik Tok



Fonte: pesquisa de campo, 2025.

CONCLUSÕES

Conclui-se que o uso excessivo do TikTok tem efeitos negativos na concentração, produtividade e saúde mental dos jovens, especialmente devido ao fenômeno “brainrot”. O uso equilibrado da plataforma é necessário para evitar prejuízos cognitivos e acadêmicos. É fundamental promover o uso consciente do TikTok, sobretudo com foco no controle do tempo de uso.

AGRADECIMENTOS

Agradecemos ao IFPA – Campus Belém e ao NUPEC pelo apoio à pesquisa. Agradecemos também aos participantes do questionário, professores e colegas pela colaboração durante o desenvolvimento deste trabalho.

Referências

OXFORD, **Brain rot’ named Oxford Word of the Year 2024**. Disponível em: <https://corp.oup.com/news/brain-rot-named-oxford-word-of-the-year-2024/>. Acesso em: 15 fev. 2025.

HOSPITAL SÃO LUCAS DA PUCRS, **Brain Rot**: entenda a expressão relacionada à sensação de “cérebro cansado”. Disponível em: <https://www.hospitalsaolucas.pucrs.br/br/brain-rot-entenda-a-expressao-relacionada-a-sensacao-de-cerebro-cansado>. Acesso em: 4 mar. 2025.

MACHADO, Monica. Etnografias no contexto da antropologia digital: construindo saberes coletivos em comunidades offline e online. In: MACHADO, Monica; MARQUES, Rondon (org.). **Antropologia digital, humanidades e produção de subjetividades**. São Paulo: Pimenta Cultural, 2022. P. 14-34. REIS, Juliana; SALES, Shirlei. **Juventudes: culturas juvenis e cibercultura** - Ebook - Belo Horizonte: Fino Traço Editora, 2021. Disponível em: [Juventudes-culturas-juvenis-e-cibercultura.pdf](https://www.fino-traco.com.br/producao-de-subjetividades-antropologia-digital) (ufmg.br). Acesso em: 8 nov.2023.

SHOPIFY. **TikTok no Brasil**: estatísticas e dicas (2024). Disponível em: <https://www.shopify.com/br/blog/tiktok-brasil>. Acesso em: 4 mar. 2025.

THE NEW YORK TIMES. **How Tiktok reads your mind**. Disponível em: <https://www.nytimes.com/2021/12/05/business/media/tiktok-algorithm.html>. Acesso em: 5 mar. 2025.