



XXIV SEMANA DE EXTENSÃO E XXIX JORNADA
CIENTÍFICA UNIVERSO GOIÂNIA – SEMEX HÍBRIDA

**“Empreendedorismo com
Responsabilidade Socioambiental”**

De 28 a 31 de Outubro de 2025

A IMPORTÂNCIA DA BIOMECÂNICA NO TREINAMENTO RESISTIDO COM PESO (TRP): uma revisão literária

Vício digital e problemas gerados

Bárbara Rodrigues¹

Katherine Kunert²

Kamilla da Silva Godoy³

Maria Clara Andrade⁴

Natalhy Cavalcante⁵

Wadylla Ferreira⁶

RESUMO

O vício digital é um fenômeno crescente na sociedade contemporânea, caracterizado pelo uso excessivo e descontrolado de dispositivos tecnológicos, como celulares, computadores, videogames e internet. Ele é considerado uma dependência comportamental, pois o indivíduo sente necessidade constante de estar conectado, mesmo quando isso causa prejuízos à sua vida pessoal, acadêmica e profissional. Entre as principais características estão a dificuldade em controlar o tempo online, a ansiedade ao ficar desconectado e a substituição de interações presenciais por virtuais. O avanço tecnológico e o fácil acesso à internet intensificaram esse comportamento, afetando especialmente jovens e adultos. As consequências do vício digital são amplas e podem ser psicológicas, físicas e sociais. No aspecto psicológico, destacam-se o aumento da ansiedade, depressão, irritabilidade e dificuldades de concentração. Fisicamente, o uso prolongado de telas pode causar fadiga ocular, dores musculares, má postura e distúrbios do sono. Já no campo social, observa-se o isolamento, a redução de interações presenciais e conflitos familiares, além da dependência por validação em redes sociais.

Palavras-chave: Internet, dependência digital, tecnologia, comportamento humano.

Bárbara Rodrigues Discente do curso de Medicina Veterinária pelo Centro Universitário Universo Goiânia.

Katherine Kunert Discente do curso de Medicina Veterinária pelo Centro Universitário Universo Goiânia.

Kamilla da Silva Godoy Discente do curso de Medicina Veterinária pelo Centro Universitário Universo Goiânia.

Maria Clara Andrade Discente do curso de Medicina Veterinária pelo Centro Universitário Universo Goiânia.

Nathaly Cavalcante Discente do curso de Medicina Veterinária pelo Centro Universitário Universo Goiânia.

Wadylla Ferreira Discente do curso de Medicina Veterinária pelo Centro Universitário Universo Goiânia.