



NOMOFOBIA: revisão integrativa da literatura

Luana Ruth Braga Campos¹, Ana Paula Cardoso Costa², Fernando José Guedes Silva Júnior³,
Jaqueline Carvalho e Silva Sales⁴, Claudete Ferreira de Souza Monteiro⁴, Aline Raquel de Sousa
Ibiapina⁵

RESUMO

Introdução: Os impactos psicológicos e comportamentais que a tecnologia tem suscitado são evidentes na contemporaneidade. O uso abusivo, a dependência tecnológica e a compulsão por estar conectado à internet têm colaborado no surgimento de transtorno denominado na literatura como nomofobia, termo que faz alusão aos sentimentos e sensações relacionadas ao uso e abuso de ferramentas tecnológicas. **Objetivo:** Analisar a produção científica sobre a nomofobia. **Método:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura. Buscou-se nas bases de dados eletrônicas: Scientific Electronic Library Online, Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde e Medical Literature e Analysis and Retrieval System Online utilizando o termo “nomophobia”. Como filtro, utilizou-se texto completo disponível. **Resultados:** Foram incluídos 27 estudos primários, todos publicados na última década, evidenciando produção de conhecimento relativamente recente dessa temática. A palavra nomofobia é um novo conceito da era digital contemporânea, que foi criado a partir da abreviação de *no-mobile-phonophobia*. Essa nomenclatura surgiu para caracterizar a angústia, ansiedade ou desconforto proveniente do medo gerado pela impossibilidade de acesso à internet, computador, celular e demais ferramentas tecnológicas. A necessidade de estar conectado desencadeia o que pode ser denominado como dependência patológica, fator que gera impacto psicológico e comportamental, desenvolvendo a nomofobia. A síntese das evidências aponta que dentre os sintomas do transtorno, estão: ansiedade, tremor, sofrimento, desconforto, preocupação e distúrbios do sono, observados quando o indivíduo encontra impedido de utilizar suas ferramentas tecnológicas. Alguns estudos evidenciam ainda, a associação entre nomofobia e o surgimento de outros distúrbios psiquiátricos, como transtorno de ansiedade e de pânico. **Conclusão:** A temática explorada requer atenção, considerando os prejuízos à saúde mental. Ressalta-se a importância de ampliar estudos sobre esse transtorno, para melhor compreensão das características, sintomas e consequências que a nomofobia pode desencadear, além de medidas para promoção da saúde.

Palavras chave: Transtornos Mentais. Tecnologia. Promoção da Saúde. Saúde Mental.

¹Graduanda em Enfermagem pela Universidade Federal do Piauí. Teresina, Piauí, Brasil. E-mail: lu_anaruth@hotmail.com

²Graduanda em Enfermagem pela Universidade Federal do Piauí. Teresina, Piauí, Brasil.

³Doutor em Enfermagem. Docente da Universidade Federal do Piauí. Teresina, Piauí, Brasil.

⁴Doutora em Enfermagem. Docente da Universidade Federal do Piauí. Teresina, Piauí, Brasil.

⁵Doutoranda em Enfermagem. Docente da Universidade Federal do Piauí. Teresina, Piauí, Brasil.