

ESPECIAL PSICÓLOGAS, PORÉM, RESSALTAM A IMPORTÂNCIA DO RECURSO DURANTE OS DIAS DE QUARENTENA POR CAUSA DO CORONAVÍRUS

CURTIDAS E COVID

USO DAS REDES SOCIAIS SE TORNA INEVITÁVEL NA PANDEMIA; ESPECIALISTAS PEDEM CAUTELA

SÃO JOSÉ DOS CAMPOS

Marcos Eduardo Carvall
@marcosovale78



Desde o início da pandemia do novo coronavírus, já se passaram mais de 100 dias. No Brasil, muitas pessoas estão cumprindo a quarentena e o distanciamento social para diminuir o ritmo de contágio pela doença.

E, justamente por conta deste momento difícil atravessado pela humanidade, sem poder ter contato direto até mesmo com parentes e amigos, a tecnologia tem sido uma solução. Mais especificamente, as redes sociais. Facebook, Instagram, Twitter, WhatsApp, entre outros meios de comunicação virtual.

As redes sociais assumiram um papel importante nas relações humanas. Mesmo sem ter contato direto com as pessoas, é possível saber o que estão fazendo, como estão vivendo. Já era assim antes da pandemia. Agora, ainda mais.

Assim, surge também o ques-

tionamento de que até que ponto isso pode ser bom?

Até que ponto o uso das redes sociais pode prejudicar a mente das pessoas?

Para a psicóloga Andréa Leão, de São José dos Campos, é importante ressaltar que a sociabilidade digital está cada vez mais presente no nosso cotidiano e tem aumentado bastante em detrimento à sociabilidade presencial. “A pandemia trouxe dentro das casas as redes sociais como algo inevitável, um caminho de ter relacionamento e contato humano”.

A também psicóloga Denise Camargo resalta os benefícios da internet e, mais especificamente, das redes sociais durante a pandemia.

“Imagine-se sem contato algum com familiares, amigos, colegas de trabalho, ou no máximo ouvindo a voz deles? Parece bem assustador. As tecnologias por meio de vídeo, as fotos, participar da vida das pessoas mesmo que a distância nos aproxima delas, traz a sensação de proximidade, de inte-



◆ **FAMÍLIA**
As redes sociais servem para aproximar amigos e familiares durante a pandemia.



◆ **CURTIDAS**
Especialistas ressaltam a necessidade de ter um controle da dependência.