



UC/EPCE—2017

Universidade de Coimbra
Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação

**Estudos Psicométricos da Escala de Adição ao
Facebook de Bergen (BFAS) numa Amostra de Jovens
Adultos**

Gustavo F. Ferreira Veiga (e-mail: gustavo.veiga@outlook.pt)

Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde - subárea de
especialização em Psicoterapia Sistémica e Familiar, sob a orientação
científica da Professora Doutora Luciana Sotero

Estudos Psicométricos da Escala de Adição ao Facebook de Bergen (BFAS) numa Amostra de Jovens Adultos

Resumo: Alicerçada no Modelo de Componentes da Adição, a *Bergen Facebook Addiction Scale* (BFAS) é um instrumento com larga aceitação internacional para a avaliação da adição ao *Facebook*. Esta investigação teve como objetivo examinar as suas propriedades psicométricas, através da análise da precisão e da validade numa amostra de adultos emergentes portugueses (18 a 29 anos) e caracterizar os sujeitos com maior nível de adição ao *Facebook*. Após o processo de tradução, a precisão foi avaliada com recurso à análise da consistência interna (α de *Cronbach* = 0.85) e à estabilidade temporal ($r=.94$). A validade de constructo confirmou a unidimensionalidade da escala original e a validade convergente demonstrou a associação entre a adição ao *Facebook* e a Preferência pela Comunicação Online e Auto-regulação Deficiente, avaliadas pela Escala do Uso Generalizado Problemático da *Internet 2*. Com base no critério proposto pelos autores originais, foi selecionado um subgrupo com maiores pontuações na BFAS, sobre o qual é realizada uma análise descritiva.

Palavras chave: Adição Comportamental; Redes Sociais; *Facebook*; *Bergen Facebook Addiction Scale* (BFAS); Estudos Psicométricos; Jovens Adultos.

Bergen Facebook Addiction Scale (BFAS) Psychometric Studies in a Sample of Emerging Adults

Abstract: Grounded on the Components Model of Addiction, the Bergen Facebook Addiction Scale (BFAS) is a widely used instrument to assess Facebook addiction. The present study aimed to evaluate its psychometric properties, through the analysis of reliability and validity in a Portuguese sample of emerging adults (ages 18 to 29 years). After the initial translation, internal consistency was scrutinized by the Cronbach alpha ($\alpha = 0.85$) and the stability measured by the test-retest ($r=.94$). The construct validity was obtained by confirmation of the original one factor solution and the correlation between Facebook addiction and Preference for Online Social Interaction and Deficient Self-Regulation warranted convergent validity. Following the proposal of the original authors, a subset of individuals with greater scores on BFAS was scrutinized.

Key Words: Behavioral Addiction; Social Network; Facebook; Bergen Facebook Addiction Scale (BFAS); Psychometric studies; Emerging Adulthood.

Agradecimentos

À Doutora Ana Paula Relvas e à Dra. Luciana Sotero pela orientação.

Às minhas colegas de Mestrado.

Aos meus amigos.

À minha família.

.

Índice

Introdução.....	1
I – Enquadramento Conceptual.....	2
1.1 Novas tecnologias, velhos riscos?.....	2
1.2 Conceptualização da adição: O que define um comportamento como aditivo?.....	2
1.3 O Modelo Biopsicossocial: Uma proposta de compreensão do comportamento aditivo.....	3
1.4 Adições Tecnológicas: Adição à <i>Internet</i> , adição às redes sociais e adição ao jogo on-line.....	4
1.5 Adição às redes sociais: O caso particular da rede social <i>Facebook</i>	5
1.6 Porquê a adição ao <i>Facebook</i> ?.....	7
1.7 Adultos Emergentes: Um novo período do desenvolvimento.....	7
1.8 Adultos emergentes e os novos meios de comunicação, Redes Sociais e o <i>Facebook</i>	8
II – Objetivos.....	8
III – Metodologia.....	9
3.1 Procedimentos de Recolha e Seleção da Amostra.....	9
3.2 Amostra.....	9
3.3 Instrumentos.....	11
3.3.1 Questionário Sociodemográficos e de Dados Complementares.....	11
3.3.2 Inventário de Sintomas Psicopatológicos (BSI).....	11
3.3.3 Escala do Uso Generalizado Problemático da <i>Internet 2</i> (EUGIP2)...	12
3.3.4 <i>Bergen Facebook Addiction Scale</i> (BFAS).....	13
3.4 Análise estatística.....	13
IV – Resultados.....	14
4.1 Análise Descritiva dos Instrumentos.....	14
4.2 Precisão.....	15
4.3 Validade de Constructo.....	15
4.4 Validade Convergente.....	16
4.5 Caracterização de um subgrupo de adultos emergentes portugueses com maiores níveis de adição ao <i>Facebook</i>	17
V – Discussão.....	19
VI – Conclusões.....	21
Bibliografia.....	23

Anexos.....	28
-------------	----

Introdução

Desde o aparecimento da *Internet*, com a sua progressiva ubiquidade, que as investigações em torno desta e dos comportamentos *online* se foram constituindo como um “campo profícuo de pesquisa, que tem adotado uma perspetiva multidisciplinar” (Cardoso & Lapa, 2015, p. 24), na procura de compreender os efeitos que o seu uso origina. Desde os estudos pioneiros nesta área é possível encontrar descrições de casos de adição, quer à *Internet* quer a conteúdos disponíveis *online* (Kuss, & Billieux, 2016), tornando-se este um campo de investigação e debate até aos dias de hoje. Embora, atualmente, a adição ao jogo seja a única adição comportamental presente no DSM-V (APA, 2013), têm surgido nas últimas décadas propostas para a inclusão de outras adições (Kuss, Griffiths, Karila, & Billieux, 2014), de que é exemplo a inclusão da Perturbação de Jogos de *Internet* nas Medidas e Modelos Emergentes do DSM-V (APA, 2013).

As redes sociais (e.g. *Facebook*, *Instagram*, *Twitter*) albergam comunidades virtuais, onde é possível criar perfis públicos ou semipúblicos. São usadas maioritariamente como forma de manter ou estabelecer relações, podendo alguns indivíduos desenvolver um uso excessivo das mesmas (Andreassen, Torsheim, Brunborg, & Pallesen, 2012; Kuss & Griffiths, 2011). Dentro das redes sociais o *Facebook* é, de longe, a mais popular, com o número de utilizadores a aumentar desde o seu aparecimento. Com o propósito de aferir o uso que os indivíduos realizam desta rede social foi desenvolvida, por uma equipa de investigadores noruegueses, a *Bergen Facebook Addiction Scale* (BFAS). Esta escala foi inspirada no Modelo de Componentes da Adição proposto por Griffiths (2005) e consiste em seis itens, cada um destes correspondendo a uma componente chave da adição (Andreassen et al., 2012).

Em Portugal, embora o uso da *Internet* esteja bastante difundido, estudos sobre os seus efeitos são poucos e recentes (Pontes, Caplan, & Griffiths, 2016). Com o contínuo aumento do uso de redes sociais no quotidiano, impõe-se a necessidade de desenvolver instrumentos de avaliação psicológica que permitam estudar esta realidade na população portuguesa. Os adultos emergentes usam cada vez mais as novas tecnologias, como a *Internet* e as redes sociais, das quais a principal é o *Facebook* (Jacobsen, & Forste, 2011). Assim, o presente estudo tem como principal objetivo desenvolver os estudos psicométricos da BFAS numa amostra de adultos emergentes portugueses (idades compreendidas entre os 18 e os 29 anos), contribuindo assim para o aprofundamento deste tema de investigação. Das diversas vantagens apresentadas por este instrumento, salienta-se a sua base teórica sólida, brevidade e larga aceitação internacional, com adaptações e estudos realizados em vários países, nomeadamente com a população portuguesa adolescente (Pontes, Andreassen, & Griffiths, 2016).

I – Enquadramento conceptual

1.1. Novas tecnologias, velhos riscos?

O progresso tecnológico das últimas décadas tem conduzido a uma maior presença da *Internet* no nosso quotidiano. Os meios de acesso são hoje múltiplos (e.g., *smartphones*, *tablets*, computadores portáteis) e o número de utilizadores aumenta consistentemente a nível mundial, superando os três mil milhões de utilizadores em 2015. Atualmente, aproximadamente 50% da população mundial tem hoje acesso à *Internet* (International Telecommunication Union, 2016; *Internet Live Stats*, 2016). Na Europa o número de agregados com acesso à *Internet* ultrapassa mesmo os 80% (Eurostat, 2016). As gerações mais novas cresceram habituadas às novas tecnologias e meios de comunicação e são elas os seus principais utilizadores (Coyne, Padilla-Walker, & Howard, 2013). Particularmente popular, em adolescentes e jovens adultos, é o uso das redes sociais (Bányai, et al., 2017; Holmgren, & Coyne, 2017).

Embora o uso da *Internet* tenha inúmeras vantagens, a investigação desenvolvida nas últimas décadas tem mostrado que este não ocorre sem riscos (Kuss, & Billieux, 2016). Ao uso excessivo, quer da *Internet* quer das redes sociais, têm sido associados efeitos negativos, tradicionalmente relacionados com a adição de substâncias psicoativas, tais como: sintomas psicopatológicos, problemas de saúde, perturbações nas relações pessoais e profissionais, entre outros (Andreassen et al., 2012; Kuss, & Billieux, 2016; Kuss & Griffiths, 2011). Assim, para além das vantagens normalmente associadas a estas, as novas tecnologias poderão trazer associado o risco de adição (Kuss, & Billieux, 2016).

1.2. Conceptualização da adição: O que define um comportamento como aditivo?

A definição conceptual de adição não é, ainda hoje, consensual, tendo sido objeto de debate nas últimas décadas (Griffiths, 2005). Embora a maioria das definições se centre no consumo de substâncias psicoativas (e.g., álcool, drogas, etc.), existe um movimento que procura a consideração de um número crescente de comportamentos como potencialmente aditivos – jogo, sexo, exercício, jogar computador, etc. (Griffiths, 1995; Griffiths, 1996). A procura de integração das diferentes visões na conceptualização de adição originou propostas mais abrangentes, como a apresentada em 1988 por Marlatt, Baer, Donovan e Kivlahan: segundo estes autores um comportamento aditivo é caracterizado por um padrão repetitivo de hábitos que aumenta o risco de doença e/ou de problemas pessoais e sociais associados a este. São vivenciados subjetivamente como uma “perda de controlo”, ou seja, são realizados apesar de tentativas de abstenção ou moderação. Estes padrões de hábitos, são normalmente caracterizados por uma gratificação imediata e emparelhados com efeitos nocivos a longo prazo. Tentativas para alterar estes comportamentos são, por norma, marcadas por altas taxas de reincidência (Griffiths, 1995).

Alguns autores postulam que a adição consiste em um número de componentes comuns. Assim, em 1993, Brown, identificou um conjunto de componentes da adição, posteriormente modificadas por Griffiths (1995, 2005). Esta conceptualização permite operacionalizar como aditivo todo e qualquer comportamento que apresente as seis componentes comuns à adição (Griffiths, 2013), descritas no ponto seguinte.

1.3. O Modelo Biopsicossocial: Uma proposta de compreensão do comportamento aditivo

O Modelo de Componentes da Adição (Griffiths, 2005) é uma abordagem biopsicossocial que identifica seis componentes comuns do comportamento aditivo, postulando que qualquer comportamento pode ser conceptualizado como adição (e.g. adição a redes sociais) desde que cumpra esses pressupostos (Griffiths, 2013). Segundo este modelo, os seis componentes da adição são: (1) proeminência, (2) alteração de humor, (3) tolerância, (4) abstinência, (5) conflito e (6) reincidência (Griffiths, 2005).

A proeminência diz respeito à importância que a atividade adquire para o sujeito, por norma tornando-se a principal atividade na vida da pessoa, dominando os seus pensamentos, desejos e comportamentos. Caso o indivíduo não se encontre a realizar a atividade, os seus pensamentos são dirigidos para a altura em que o fará. De realçar que alguns comportamentos aditivos, como fumar ou beber, podem ser realizados concomitantemente com outras atividades, levando a que não haja a tendência para dominarem os pensamentos do sujeito. Porém, caso se veja impedido de os realizar por um longo período, essas atividades passam a dominar o pensamento do sujeito. É o que se denomina por “proeminência inversa”, ou seja, apenas a impossibilidade de realizar a atividade a torna central no seu pensamento (Griffiths, 2005). Este pode ser o caso das adições tecnológicas, que devido à atual facilidade de acesso, estas podem estar “mascaradas”, tornando-se visíveis apenas em períodos em que o acesso não é possível. A alteração de humor (2) diz respeito à vivência subjetiva que o sujeito relata como consequência da realização da atividade (seja excitação ou, paradoxalmente, uma sensação de acalmia). Assim, os comportamentos são, consistentemente, realizados de forma a alterar o humor do sujeito, funcionando estes como uma estratégia de *coping* (Griffiths, 2005). A tolerância (3), por sua vez, refere-se à necessidade de um incremento na quantidade da atividade realizada, de forma a atingir os mesmos objetivos. No uso de substâncias psicoativas a tolerância foi desde há muito demonstrada, mas também nas adições comportamentais há uma cada vez maior evidência desse processo (e.g. incremento do valor das apostas) (Griffiths, 2005). A abstinência (4) diz respeito aos efeitos físicos e/ou psicológicos negativos que ocorrem com a cessação ou diminuição da atividade. Estes efeitos estão, tal como a tolerância, há muito demonstrados no uso de substâncias, havendo igualmente uma maior evidência a este respeito para as adições comportamentais (e.g. jogadores reportam efeitos colaterais, como dores de cabeça ou estômago, em períodos de abstinência) (Griffiths, 2005). O conflito

(5) diz respeito às discórdias e desavenças que surgem devido à contínua realização da atividade aditiva, nomeadamente entre o sujeito dependente e os que o rodeiam (interpessoais) e ainda a conflitos pessoais (intrapsoais). A escolha de gratificações a curto prazo leva ao conseqüente desprezo pelas conseqüências negativas a longo prazo, o que por sua vez aumenta a adoção do comportamento aditivo como estratégia de *coping*. O conflito na vida do sujeito significa que este acaba por comprometer as relações interpessoais, a vida académica ou laboral e as restantes atividades sociais e recreativas. Por outro lado, o conflito intrapsoico é vivenciado pelo sujeito através das tentativas infrutíferas de diminuir ou cessar a atividade, percecionadas subjetivamente como “perdas de controlo” (Griffiths, 2005). Por último, a reincidência (6) refere-se à tendência para sucessivos retornos a antigos padrões de comportamento, característicos dos períodos de maior adição, mesmo após anos de abstinência. Estes retornos são comuns, quer nas adições a substâncias quer nas adições comportamentais (Griffiths, 2005).

A presença de todas estas componentes é então necessária para que um comportamento seja definido como aditivo, diferenciando-se assim de comportamentos que, apesar de incluírem elementos aditivos, não comportam conseqüências negativas para os sujeitos que neles participam e que, como tal, não se constituem como adições (Griffiths, 2005). A adição é, neste modelo, encarada como um fenómeno multifacetado, parte de um processo biopsicossocial, que resulta da interação de fatores individuais (genéticos e psicológicos), sociais (características situacionais) e de fatores específicos da própria atividade (características estruturais) (Griffiths, 2005).

1.4. Adições Tecnológicas: Adição à *Internet*, adição às redes sociais e adição ao jogo *on-line*

Durante a última década do século passado, integrados no movimento que proponha um alargamento da definição de comportamentos aditivos, foram desenvolvidos por Young e Griffiths os primeiros estudos acerca da adição à *Internet* (Kuss, & Billieux, 2016; Kuss, et al., 2014; Young, 1996a; Young, 1996b; Young, Yue, & Ying, 2011). Embora o termo adição estivesse tradicionalmente relacionado com a dependência de substâncias psicoativas, este movimento procurava a inclusão de outros comportamentos, tais como o jogo, sexo, exercício, entre outros (Griffiths, 1995; Griffiths, 1996; Young et al., 2011). Já em 1983, Soper e Miller propunham a “adição a videojogos” como uma adição comportamental, tal como Griffiths viria a propor mais tarde, em 1991 (Griffiths, Pontes, & Kuss, 2016; Young et al., 2011). Em 1995, Griffiths propõe a designação “adições tecnológicas”, para descrever adições não-químicas (comportamentais) e que envolvam uma excessiva interação entre o humano e máquina (Griffiths, 1995; Griffiths, Pontes, & Kuss, 2016). Como tal, desde o final do século passado que as “adições tecnológicas”, enquanto subgrupo das adições comportamentais, têm estado em debate na comunidade científica (Griffiths, & Kuss, 2016).

Embora não exista uma definição consensual, a adição à *Internet* é normalmente caracterizada por uma preocupação excessiva ou mal controlada

e por impulsos e/ou comportamentos relacionados com a *Internet*, que resultam na diminuição da qualidade de vida dos sujeitos (Weinstein et al., 2015). Os estudos iniciais sobre a adição à *Internet* procuravam definir o constructo e examinar diferenças entre uso regular e uso excessivo, enquanto os estudos mais recentes se centram nos fatores etiológicos da adição (Young et al., 2011). Deste modo, as primeiras investigações procuravam, por um lado, responder a preocupações académicas e sociais acerca do uso excessivo das novas tecnologias e, por outro, promover o estabelecimento de modelos teóricos de compreensão das adições comportamentais ou “não-químicas” (Griffiths, 1995; Kuss & Billieux, 2016; Young, 1996b).

Central para a compreensão deste fenómeno é a distinção entre adição à *Internet* e adição a conteúdos existentes na *Internet* (Griffiths, 1995; Griffiths, 1999). Young (citada em Griffiths, Pontes, & Kuss, 2016) propõe que a adição à *Internet* é um termo que engloba cinco subtipos de adição, nomeadamente: *computer addiction* (adição a jogar no computador), *information overload* (adição à navegação ou pesquisa na Internet), *net compulsions* (adição ao jogo ou compras *online*) *cybersexual addiction* (adição à pornografia ou sexo *online*) e *cyber-relationship addiction* (adição a relações *online*). Segundo este modelo, a adição a redes sociais encontrar-se-ia associada ao último subtipo, uma vez que o principal incentivo para o seu uso é o estabelecimento e a manutenção de relações, *online* e *offline*. Griffiths (Ryan et al., 2014), por sua vez, defende que muitos utilizadores das novas tecnologias não são aditos à *Internet*, mas a diferentes conteúdos presentes na *Internet*, sendo esta apenas o local onde os comportamentos aditivos habitualmente ocorrem (e.g. jogo, compras). Por outro lado, existem adições que apenas podem ser desenvolvidas na *Internet*, tal como o *role-playing* em jogos de fantasia (Griffiths, et al., 2016) ou o uso de redes sociais (Griffiths, & Szabo, 2014). A distinção entre diferentes adições *online* tem ganho consistência empírica (Griffiths, & Kuss, 2017), com investigações recentes a versarem sobre diferentes comportamentos potencialmente aditivos, como por exemplo sobre a adição a jogos *online* (Pontes, & Griffiths, 2016), a redes sociais (Bányai, et al., 2017) ou ao *Facebook* (Andreassen, et al. 2012).

1.5 Adição às redes Sociais: O caso particular da rede social *Facebook*

As redes sociais são um fenómeno global, com um aumento exponencial na sua utilização. A participação em redes sociais é uma das principais atividades desenvolvidas na *Internet*, especialmente por gerações mais novas (Eurostat, 2016; Kuss & Griffiths, 2011). Devido à maior liberdade, face aos constrangimentos presentes na adolescência e na idade adulta, os jovens adultos são particularmente suscetíveis a um uso incremental destas (Holmgren, & Coyne, 2017). A utilização de redes sociais é também extremamente popular em Portugal, sendo uma das atividades *online* preferidas dos adolescentes e jovens adultos portugueses, a par da procura informação (Pontes, & Patrão, 2014).

Um aspeto característico das redes sociais (*Facebook*, *Twitter*, etc.) é

o seu foco na conexão com outros indivíduos (Kuss, & Griffiths, 2017). Estas constituem-se como comunidades virtuais onde os utilizadores podem: (1) criar perfis públicos ou semipúblicos, (2) gerir uma lista de outros utilizadores com os quais mantêm uma ligação e (3) ver e cruzar as suas ligações com as de outros utilizadores (Boyd & Ellison, 2008). Ligam-se a necessidades humanas fundamentais, oferecendo a possibilidade de apoio social e de auto-expressão, o que explica parte da sua popularidade e do nível de envolvimento que obtêm. Contudo, é esse constante envolvimento e necessidade de “estar ligado” que tem sido considerado problemático (Kuss & Griffiths, 2017). Deste modo, embora sejam usadas principalmente para a manutenção de redes sociais estabelecidas fora da *Internet* (Andreassen, et al., 2012; Kuss, & Griffiths, 2011), vários estudos têm sugerido que existe um risco de adição ao seu uso, com potenciais consequências e problemas de saúde mental para os usuários, tais como: a diminuição de comunidades na “vida real”, declínio da performance académica e laboral, problemas interrelacionais, sintomas psicopatológicos, declínio da saúde física, entre outros (Andreassen, et al., 2012; Kuss & Griffiths, 2017; Satici & Uysal, 2015). Turkle (citado em Griffiths, & Kuss, 2017), atribui à excessiva dependência da tecnologia a diminuição das capacidades interrelacionais, sacrificadas em prol de uma constante, embora pouco profunda ou significativa, ligação virtual. Esta necessidade de uma constante ligação virtual aumenta o risco de um uso excessivo, com características semelhantes às adições químicas (Kuss, & Griffiths, 2017).

Desde a primeira investigação sobre a adição às redes sociais em 2011, o campo tem avançado rapidamente, com um número crescente de investigações e publicações, fruto do cada vez maior interesse e perceção da necessidade de investigar o fenómeno (Kuss, & Griffiths, 2011). Em Portugal estas são ainda escassas e recentes (Pontes, et al., 2016). De acordo com Griffiths (2005) a adição às redes sociais, pode ser considerada, de um ponto de vista biopsicossocial, como um comportamento aditivo, na medida em que pode conter em si os componentes propostos (proeminência, alteração de humor, tolerância, abstinência, conflito e reincidência). É difícil estimar a prevalência da adição às redes sociais, pois diferentes investigações têm usado diferentes métodos de avaliação, baseados em diferentes modelos teóricos (Kuss, & Griffiths, 2017). Esta falta de consenso nos métodos de aferição leva a que as taxas de adição às redes sociais reportadas possam estar sobrestimadas ou subestimadas (Bányai, et al., 2017).

Embora as redes sociais sejam um tipo específico dos vários novos meios de comunicação disponíveis *online*, existe grande diversidade na sua composição e propósitos do seu uso (partilha de informação, de fotos, troca de mensagens, jogo, etc.) (Griffiths, & Kuss, 2017). Das várias redes sociais existentes, o *Facebook* é um caso particular, pois enquanto algumas redes sociais apenas permitem desenvolver uma atividade, o *Facebook* congrega várias funcionalidades. Lançada em 2004, é a rede social mais popular na *Internet* e o seu número de utilizadores tem vindo a crescer desde então

(Statista, 2016). De um ponto de vista clínico poderá ser útil falar de uma adição ao *Facebook*, devido às suas características únicas, que a distancia das restantes (Andreassen, 2013; Błachnio & Przepiorka, 2016). Nesse sentido, vários estudos defendem a necessidade de conceptualizar a adição ao *Facebook* (Andreassen et al., 2012; Błachnio & Przepiorka, 2016; Ryan, Chester, Reece, & Xenos, 2014).

1.6 Porquê a adição ao *Facebook*?

Embora o principal atrativo do *Facebook* seja manter e estabelecer relações (Andreassen et al., 2012; Ryan et al., 2014; Holmgren, & Coyne, 2017), esta rede também é usada como forma de entretenimento, de ocupar o tempo, de procrastinar, de fuga perante emoções negativas entre outros (Ryan et al., 2014). O *Facebook* permite a utilização através um modo ativo (e.g. jogar), ou passivo (e.g. visualizar conteúdos partilhados por outros) (Kuss & Griffiths, 2017)). Devido à diversidade de atividades possíveis de realizar, diferentes gratificações são obtidas com seu uso. Embora não exista uma teoria da adição ao *Facebook*, várias propostas para compreender o fenómeno da adição poderão ser adequadas para perceber a adição ao *Facebook*. Assim, de acordo com a Teoria Geral da Adição, alguns indivíduos realizam comportamentos aditivos, como modo de fuga a situações ou pensamentos desagradáveis, o que permite explicar o seu uso excessivo como estratégia de *coping* (Holmgren, & Coyne, 2017). Associada à adoção de comportamentos aditivos está também a falta de auto-regulação, com o advento de eventuais consequências negativas, como sintomas depressivos (Holmgren, & Coyne, 2017). Uma teoria da adição *online* é o Modelo de Competências Sociais de Caplan (2010). De acordo com esse modelo, indivíduos que preferam comunicar através de meios eletrónicos possuem um maior risco de vivenciar as consequências negativas do uso excessivo. Estes indivíduos demonstram uma auto-regulação deficiente e usam a comunicação *online* como modo de escapar estados negativos, como a solidão ou a ansiedade (Ryan et al., 2014).

Alguns autores têm proposto também fatores de risco para o desenvolvimento da adição, tais como: ser mais jovem e do sexo feminino (Andreassen et al., 2016; Bányai et al., 2017; Kuss, & Griffiths, 2017), ser solteiro(a) (Andreassen et al., 2016) e a existência de perturbações psicológicas como a ansiedade e a depressão (Andreassen et al., 2016; Steggink, 2015).

1.7 Adultos Emergentes: Um novo período do desenvolvimento

A transição da adolescência para a idade adulta tem-se tornado mais longa nas últimas décadas, fruto de mudanças sociais, económicas e demográficas, particularmente nos países com maior rendimento (Arnett, 2000). Este aumento é corroborado pelo avançar das idades nos marcadores tradicionais para a entrada na idade adulta, como o matrimónio, a paternidade e o emprego estável. Atualmente a média de idade para estes marcadores, na maioria dos países de maior rendimento económico, encontra-se próximo dos 30 anos, sinalizando uma clara mudança em relação a gerações passadas

(Arnett, Žukauskienė, & Sugimura, 2014). Em Portugal, a idade média ao primeiro casamento é de 32,8 e 31,3 anos para homens e mulheres, respetivamente (Pordata, 2017) e a idade média da mãe ao nascimento do primeiro filho é de 30,3 anos (Pordata, 2017). Assim, embora a maturidade física e sexual esteja adquirida, a estabilidade associada à idade adulta não se encontra ainda presente, sendo este um período de exploração, marcado pela instabilidade (Arnett, et al., 2014). O período entre o final da adolescência e a entrada na idade adulta é atualmente tão longo, que constitui, não uma breve transição, mas sim um período do desenvolvimento distinto.

Arnett (2000), definiu um período do desenvolvimento, distinto da adolescência e da idade adulta, que engloba indivíduos dos 18 aos 29 anos – adultos emergentes (Arnett et al. 2014).

1.8 Adultos emergentes e os novos meios de comunicação, redes sociais e o Facebook

Embora a caracterização deste período sofra algumas alterações consoante a cultura ou estrato socioeconómico onde é estudado, um dos seus traços principais aparenta ser o uso dos meios de comunicação e a importância que estes assumem nesta fase do desenvolvimento (Brown, 2006). Habitados desde a infância a computadores, telemóveis, televisões, etc., o uso destes meios de comunicação ocupa um espaço cada vez maior no quotidiano dos jovens adultos. Neste período, pode funcionar como uma expressão de autonomia, de exploração de identidade ou de socialização, permitindo manter e construir novas relações (Coyne, Padilla-Walker, & Howard, 2013). Assim, é comum os adultos emergentes passarem parte do seu dia a usarem novas formas de tecnologia, como a *Internet*, passando a maior parte desse tempo nas redes sociais, das quais a principal é o *Facebook* (Jacobsen, & Forste, 2011). De realçar que, muitos dos adultos emergentes usam estes meios também como forma de obter um apoio social virtual, compensando assim a diminuição da sua rede de apoio social, fruto da instabilidade nas suas vidas (Arnett, et al., 2014). E embora a maioria desenvolva um uso saudável, complementando relações e redes de apoio social, alguns autores salientam efeitos como a diminuição do rendimento académico e da interação real, com o uso excessivo a ser indicativo de dificuldades em estabelecer relações na vida real (Coyne, Padilla-Walker, & Howard, 2013). Todavia, a escassez de estudos sobre a utilização que os jovens adultos fazem das redes sociais em geral, e do *Facebook* em particular, torna esta área de investigação particularmente relevante para a compreensão e intervenção nas adições tecnológicas.

II - Objetivos

A presente investigação tem como objetivo analisar as propriedades psicométricas da BFAS numa amostra portuguesa de jovens adultos (i.e., dos 18 aos 29 anos). Para esse propósito foram definidos os seguintes objetivos

específicos:

a) averiguar a precisão através da análise da consistência interna e da estabilidade temporal;

b) determinar a validade de constructo através de uma Análise Fatorial Exploratória;

c) avaliar a validade convergente com a Preferência pela Interação Social Online e Auto-Regulação Deficiente medidas pela Escala do Uso Generalizado Problemático da *Internet 2*;

d) comparar os resultados obtidos na presente investigação com os obtidos na versão original (Andreassen et al., 2012) e na investigação realizada com uma amostra de adolescentes portugueses (Pontes et al., 2016);

É ainda objetivo desta investigação caracterizar, através de análises descritivas e de acordo com o critério proposto por Andreassen e colaboradores (2012), um subgrupo de adultos emergentes portugueses com maiores níveis de adição ao *Facebook*.

III – Metodologia

3.1 Procedimentos de Recolha e Seleção da Amostra

A presente investigação foi iniciada através do contacto com os autores originais da escala. Após a obtenção de permissão para a tradução, adaptação e realização dos estudos psicométricos para a população portuguesa jovem adulta, foi definido o protocolo de investigação, os métodos de seleção da amostra e os critérios de inclusão. Foram também elaborados um questionário sócio-demográfico e uma Carta-Convite com a apresentação do estudo e o Consentimento Informado com informações relativas ao objetivo do estudo, confidencialidade, anonimato dos participantes e o cariz voluntário da participação (cf., anexo A).

O processo de tradução e retroversão da BFAS foi realizado em equipa, seguindo o protocolo proposto por Harkness, Villar e Edwards (2010). Elaborada a versão final do instrumento, foi iniciada a recolha dos dados, presencialmente e através de um questionário *online*, administrado através da plataforma *LimeSurvey*.

A recolha dos dados foi realizada através do método de amostragem não aleatória, por conveniência, com a colaboração de dois mestrandos e dois investigadores doutorados entre janeiro e maio de 2017. Os critérios de inclusão utilizados foram: a) sujeitos com idade igual ou superior a 18 anos e inferior a 30 anos; b) nacionalidade portuguesa; c) utilizador do *Facebook*.

3.2 Amostra

A amostra é constituída por 392 sujeitos, 102 homens (26%) e 290 mulheres (74%), com idades compreendidas entre os 18 e os 29 anos ($M=21.42$; $DP=3.02$). A amostra é composta por 341 sujeitos residentes em Portugal Continental (87%) e 50 nas regiões autónomas (12,8%), em diversas áreas: urbana (48%), semi-urbana (33,7%) e rural (17,9%). A maioria dos

sujeitos (86%) é estudante, com os restantes sujeitos empregados a tempo integral (TI) ou parcial (TP) (10,8%) ou desempregados (2,6%). O nível de escolaridade varia entre o 4º ano de escolaridade (0,3%) até ao grau de doutoramento (0,3%), tendo a maioria dos sujeitos concluído o 12º ano (71,2%), seguido da licenciatura (21,7%). A maior parte dos sujeitos não mantém nenhum tipo de relação amorosa (57,9%), enquanto os restantes (42,1%) se dividem por vários tipos de relação (namoro, união de facto, casamento) (cf., Tabela 1).

Na sua relação com o *Facebook*, a maioria dos sujeitos (90.1%) afirma utilizar o *Facebook* para conversações, 71.4% acede a conteúdo informativo, enquanto 60.5% afirma usar o *Facebook* para visualizar conteúdo Multimédia, 9.4% compras e apenas 2.6% visualiza conteúdo erótico. Apenas dois sujeitos (0.5%) não possuem uma página pessoal do *Facebook*. A média de utilização diária do *Facebook* é de 130.25 minutos ($DP=131.16$) (cf., Tabela 2).

Tabela 1. Características sociodemográficas da amostra

		N	Percentagem %
Idade	18-21	249	63.5
	22-25	87	22.2
	26-29	56	14.3
Sexo	Feminino	290	74
	Masculino	102	26
Escolaridade	4º ano	1	0.3
	6ºano	-	-
	9ºano	1	0.3
	12º ano	279	71.4
	Licenciatura	85	21.7
	Mestrado	24	6.1
Situação Laboral	Doutoramento	1	0.3
	Estudante	337	86.6
	Empregado(a) a TP	12	3.1
	Empregado(a) a TI	30	7.7
	Desempregado(a)	10	2.6
Residência	Portugal Continental	341	87.2
	Regiões Autónomas	50	12.8
Área	Urbana	188	48.2
	Semi-urbana	132	33.8
	Rural	70	17.9
Estado Civil	Solteiro(a)	227	57.9
	Numa relação	146	37.2
	União de facto	17	4.3
	Casado(a)	1	0.3
	Novo Casamento/União	1	0.3
Maternidade/Paternidade	Sim	7	1.8
	Não	384	98.2

Tabela 2. Dados da amostra na relação com o *Facebook*

		N	Percentagem %
Página Pessoal	Sim	387	99.5
	Não	2	0.5
Nº de minutos diário despendido	1-30	75	19.5
	31-60	88	22.9
	61-90	23	6
	91-120	77	20.1
	121-150	19	4.9
	151-180	28	7.3
	181-210	8	2.1
	211-240	26	6.8
	241-270	3	0.8
	271-300	20	5.4
	+300	17	4.4
Conteúdos/Atividades habituais	Multimédia	237	60.5
	Conversação	353	90.1
	Informativos	280	71.4
	Compras	47	12
	Jogos	37	9.4
	Eróticos	10	2.6

3.3 Instrumentos

O protocolo utilizado neste estudo incluiu um Questionário de Dados Sociodemográficos e de Dados Complementares e três instrumentos de avaliação: o Inventário de Sintomas Psicopatológicos, a Escala do Uso Generalizado Problemático da *Internet 2* e a *Bergen Facebook Addiction Scale*.

3.3.1 Questionário Sociodemográficos e de Dados Complementares

O questionário foi elaborado especificamente para o presente estudo e incluiu questões acerca dos dados sociodemográficos dos sujeitos (idade, sexo, escolaridade, situação laboral, região geográfica e área de residência, estado civil e paternidade) e relativas ao seu uso do *Facebook* (ter/ou não página pessoal, tempo diário despendido na plataforma e atividades habitualmente desenvolvidos ou conteúdos visionados).

3.3.2 Inventário de Sintomas Psicopatológicos (BSI)

O BSI constitui a adaptação portuguesa do *Brief Symptom Inventory* de L. Derogatis (1982), validada por Canavarro em 1999 e atualizada em 2007 (Canavarro, 2007). Este inventário avalia a presença de sintomas psicopatológicos, em nove dimensões (Somatização, Obsessões-Compulsões, Sensibilidade Interpessoal, Depressão, Ansiedade, Hostilidade, Ansiedade Fóbica, Ideação Paranóide e Psicoticismo) e três índices globais (Índice Geral

de Sintomas, Índice de Sintomas Positivos e o Total de Sintomas Positivos (Canavarro, 2007).

É um instrumento de autorresposta, num formato de resposta tipo *Likert* de cinco pontos, que varia entre 0 (*Nunca*) e 4 (*Muitíssimas vezes*) e incide na forma como o problema afectou o sujeito nos últimos sete dias (Canavarro, 2007). Possui bons indicadores psicométricos e pode ser administrado à população geral ou a populações clínicas (Canavarro, 2007).

Na presente investigação foram usadas avaliadas as seguintes dimensões: Sensibilidade Interpessoal, Depressão, Ansiedade. A Sensibilidade Interpessoal centra-se nos sentimentos de inferioridade e de inadequação pessoal. A autodepreciação, a timidez e desconforto são manifestações desta dimensão. A média de pontuação da população geral, nesta dimensão, é de 0.958 ($DP=0.727$) (Canavarro, 2007). A dimensão Depressão inclui itens que refletem indicadores de depressão clínica (e.g. humor disfórico, falta de motivação). A pontuação média da população geral é de 0.893 ($DP=0.722$) (Canavarro, 2007). A dimensão ansiedade abarca sintomas de ansiedade generalizada e de ataques de pânico, bem como indicadores gerais (e.g. nervosismo, tensão). A população geral pontua, em média, 0.942 ($DP= 0.766$) nesta dimensão (Canavarro, 2007).

3.3.3 Escala do Uso Generalizado Problemático da *Internet 2* (EUGIP2)

A EUGIP2 é uma escala multidimensional que comporta 15 itens de auto-resposta e que permite avaliar o grau do uso generalizado problemático de *Internet*, vivenciado pelo sujeito através de cognições, comportamentos e consequências negativas. Foi desenvolvida por Caplan (2010), e recentemente validada para a população portuguesa por Pontes e colaboradores (Pontes, Caplan, & Griffiths, 2016). A escala operacionaliza cinco constructos: (1) Preferência pela Interacção Social *Online*; (2) Regulação de Humor; (3) Preocupação Cognitiva; (4) Uso compulsivo da *Internet*; (5) Consequências negativas (Pontes, et al., 2016). Cada um destes constructos é medido por uma subescala, composta por três itens. A EUGIP-2 inclui ainda um fator de segunda ordem: Auto-regulação Deficiente (Pontes, et al., 2016), que engloba as subescalas Uso compulsivo da *Internet* e Preocupação Cognitiva.

A EUGIP é pontuada num formato de resposta tipo *Likert* de sete pontos, que varia entre 1 (*Discordo totalmente*) e 7 (*Concordo totalmente*). A sua consistência interna varia entre 0.78 (Consequências negativas) e 0.86 (Auto-regulação Deficiente) (Pontes et al., 2016).

No presente estudo foram usadas as subescalas: Preferência pela Interacção Social *Online* (POSI) e Auto-regulação Deficiente (ARD). A POSI é um sintoma cognitivo importante do uso problemático de *Internet*, caracterizado pela crença de que se encontra mais seguro, eficaz, confiante e confortável ao realizar as interacções sociais através de comunicação *online*, por oposição à forma tradicional. Apresentou um *alpha de Cronbach* de 0.80 na validação portuguesa (Pontes et al., 2016). A ARD refere-se à tentativa infrutífera de monitorizar e avaliar o uso da *Internet*, na procura de ajustamento do padrão de uso. É um fator de segunda ordem que reflete a

interacção da Preocupação Cognitiva (e.g. pensamentos obsessivos acerca do uso de *Internet*) e sintomas do Uso Compulsivo da *Internet* (Pontes et al., 2016). A validação portuguesa desta escala reportou 12,6% da amostra como pertencendo ao grupo classificado como “alto-risco”, no seu uso generalizado problemático de *Internet* (Pontes et al., 2016).

3.3.4 Bergen Facebook Addiction Scale (BFAS)

A BFAS procura avaliar a adição ao *Facebook* (Andreassen et al., 2012). É uma escala composta por seis itens de auto-resposta, de tipo *Likert*, cada um correspondendo a uma das seis componentes centrais da adição, de acordo com o modelo proposto por Griffiths (2005). São pontuados entre 1 (*Muito raramente*) e 5 (*Muito frequentemente*) e referem-se aos últimos 12 meses (e.g. “Com que frequência, durante o último ano usou o Facebook para esquecer problemas pessoais?”). A pontuação total varia entre 6 e 30, com pontuações mais elevadas a refletirem uma maior adição ao *Facebook* (Andreassen et al., 2012). Na presente investigação a pontuação total foi dividida pelo número de itens (6) na apresentação dos resultados. Embora nenhum ponto de corte tenha sido estabelecido, foi sugerido que a pontuação de três ou mais em quatro dos seis itens constitua um indicador de adição (Andreassen et al., 2012).

É uma escala que possui boas propriedades psicométricas. De acordo com Andreassen e colaboradores (2012) a BFAS possui boa consistência interna, com um *alpha de Cronbach* reportado de 0.83. e um coeficiente de correlação de 0.82 para a estabilidade temporal, para um período de três semanas. Apresenta uma estrutura unifatorial. A escala já foi alvo de vários estudos e adaptações entre os quais: estudos com a população Egípcia (Salem, Almenaye, Andreassen, 2016), Tailandesa (Phanasathit et al., 2015) Brasileira (Silva, et al. 2015), Malaia (Jafarkarimi, Sim, Saadatdoost & Hee, 2016) e Holandesa (Steggink, 2015). De realçar ainda os estudos psicométricos recentes com a população adolescente Portuguesa (Pontes, Andreassen, & Griffiths, 2016).

3.4 Análise estatística

As análises estatísticas foram precedidas pela identificação de casos com valores omissos e garantia da aleatorização completa dos missings, através do teste *Missing Completely at Random* (MCAR) e testada a normalidade de cada um dos instrumentos utilizados através dos valores de simetria e curtose. Após esta análise foi decidido o uso de testes paramétricos nas diferentes análises (Norman, 2010). Foi realizado um *Teste-T de Student*, de modo a averiguar eventuais diferenças nos dois modos de recolha de dados, não tendo sido encontradas diferenças significativas entre os resultados recolhidos *online* ($M=1.96$; $DP=0.72$) e presencialmente [$M=1.86$; $DP=0.72$; $t(390)=0.91$, $p=0.36$]. Tendo em conta este resultado as análises posteriores foram realizadas sem qualquer diferenciação entre subgrupos.

Foram realizadas análises descritivas, de forma a caracterizar a amostra e os resultados obtidos nos instrumentos aplicados. De modo a analisar a validade de constructo do instrumento recorreu-se ao método da Análise

Fatorial Exploratória (AFE) e para estudar a sua precisão, ao método da consistência interna (*alpha de Cronbach*) e ao método da análise da estabilidade temporal (*teste-reteste*). Foram também realizados estudos de validade convergente, utilizando as dimensões POSI e ARD, da EUGIP2.

O registo, processamento e análise estatística dos dados recolhidos foram realizados com recurso ao programa *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS), versão 22.

IV – Resultados

4.1 Análise Descritiva dos Instrumentos

Inicialmente, procedeu-se à realização das análises descritivas dos instrumentos utilizados no protocolo de investigação. As dimensões do BSI pontuaram do seguinte modo: a Sensibilidade Interpessoal obteve uma média de 0.90 ($DP=0.75$), a Depressão 0.88 ($DP=0.7$) e a Ansiedade 0.86 ($DP=0.69$) (cf., Tabela 3). As subescalas da EUGIP-2 obtiveram os seguintes resultados médios: a POSI obteve 2,99 ($DP=1.44$), enquanto a ARD obteve 2.23 ($DP=1.08$) (cf., Tabela 4). Na BFAS obteve-se uma pontuação média de 1.88 ($DP=0.72$). Através da análise dos resultados médios nos diferentes itens, podemos constatar que o item 1 (“...passou muito tempo a pensar no Facebook ou planeou usá-lo?”) foi o que obteve uma média mais elevada ($M=2.32$; $DP=1.12$), seguido do item 2 (“...sentiu necessidade de usar o Facebook cada vez mais?”) ($M=2.07$; $DP=1$). A ordenação completa-se da seguinte forma: item 3 ($M=1.88$; $DP=1.12$), item 4 ($M=1.76$; $DP=0.92$), item 6 ($M=1.67$; $DP=0.89$), e por último o item 5 ($M=1.57$; $DP=0.77$), com a pontuação média mais baixa (cf., Tabela 5).

Tabela 3. Estatísticas descritivas das dimensões do BSI

	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>Amplitude</i>
BSI			
Sensibilidade Interpessoal	0.90	0.75	1-5
Depressão	0.88	0.7	1-5
Ansiedade	0.86	0.69	1-5

Tabela 4. Estatísticas descritivas nas subescalas da EUGIP-2

	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>Amplitude</i>
EUGIP-2			
POSI	2.99	1.44	1-7
ARD	2.23	1.08	1-7

Tabela 5. Estatísticas descritivas dos itens e pontuação total da BFAS

	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>Amplitude</i>
BFAS			
Item 1	2.32	1.12	1-5
Item 2	2.07	1	1-5
Item 3	1.88	0.97	1-5
Item 4	1.76	0.92	1-5
Item 5	1.57	0.77	1-5
Item 6	1.67	0.89	1-5
Total	1.88	0.72	1-5

4.2 Precisão

Para o estudo de precisão (fiabilidade) da BFAS foram calculadas a consistência interna (*alpha de Cronbach*) e a estabilidade temporal, através do coeficiente de correlação entre os valores da primeira e da segunda administração das escalas (*teste-reteste*), com um intervalo de duas semanas. Na presente investigação o *alpha de Cronbach* foi de 0.85, não ultrapassando o limiar indesejado dos 0.90 (Streiner, 2003). Este valor é classificado como “muito bom”, segundo DeVallis (1991). O cálculo do coeficiente de correlação para o intervalo entre administrações da BFAS (*teste-reteste*) revelou um resultado estatisticamente significativo [$r=.94$; $n=96$, $p<.001$], correspondente a uma correlação de magnitude “grande” (Cohen, 1988) (cf., Tabela 6).

Tabela 6. Estudos de Precisão da BFAS

	Estudo Original	População Adolescente Portuguesa	População Adulta Emergente Portuguesa
<i>α de Cronbach</i>	0.83	0.83	0.85
Teste-reteste	0.82 (3 semanas)	--	0.94 (2 semanas)

4.3 Validade de Constructo

No que respeita à validade de constructo, procedeu-se à *Análise Fatorial Exploratória* dos dados, com extração dos fatores, tendo os seis itens da BFAS sido sujeitos à *Análise de Componentes Principais*. Tendo em conta a matriz das correlações, a adequação da amostra para a análise foi confirmada pelos valores obtidos no teste de Kaiser-Meyer-Okin [KMO=.86], excedendo a recomendação de .6 e no teste de esfericidade de Bartlett [$\chi^2=950.982$, $p<.001$], onde alcançou significância estatística ($p < .05$) (Pallant, 2001).

Na extração de fatores, foi seguido o critério de Kaiser (1974) (Citado em Pallant, 2001), segundo o qual apenas fatores com *eigenvalues* acima de 1 são retidos. Assim, a análise dos principais fatores revelou a presença de

apenas um fator com *eigenvalues* acima de 1 (*eigenvalue*=3,5) extração corroborada pela realização do *scree test de Catell* (1966) (Citado em Pallant, 2001) (cf., Figura 1). A solução unifatorial apresentada explica 58,57% da variância total.

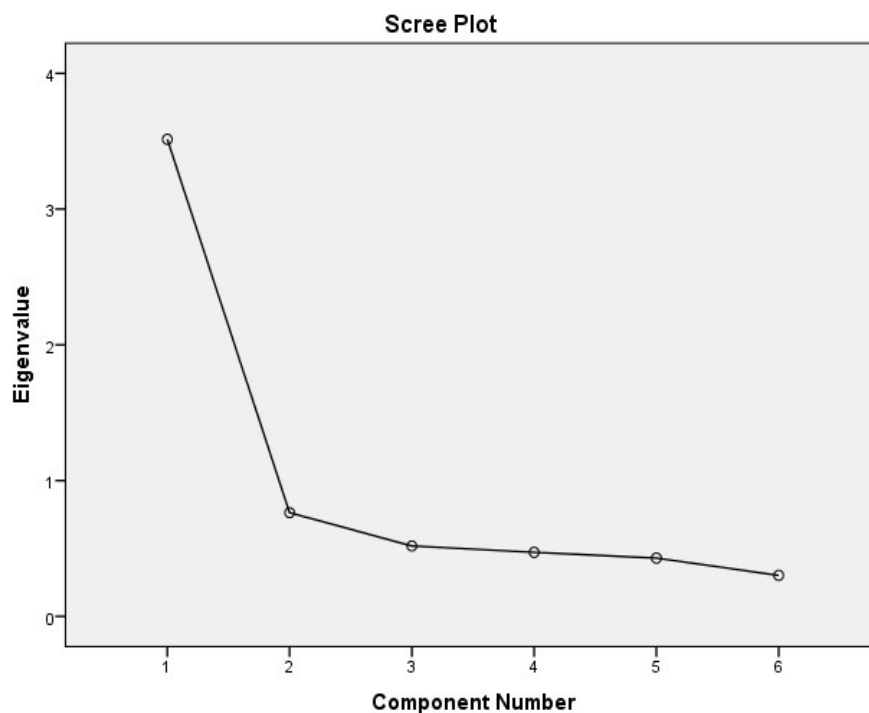


Figura 1. *Scree Plot* da Análise Fatorial Exploratória da BFAS.

4.4 Validade Convergente

Para a análise da validade convergente da BFAS recorreu-se às subescalas POSI e ARD da EUGIP-2. Antes de se proceder ao estudo das correlações foi efetuada uma análise da consistência interna das subescalas POSI e ARD (cf., Tabela 7). O método de correlação de r de Pearson foi usado na determinação da validade convergente. Os coeficientes de correlação entre a BFAS e a PISO ($r = .532$; $p < .001$) e entre a BFAS e a ARD ($r = .733$; $p < .001$), demonstraram uma associação alta, com a classificação de magnitude “grande” (Cohen, 1988) (cf., Tabela 8).

Tabela 7. Análise da consistência interna da POSI e ARD

	α de Cronbach	
	Validação Portuguesa	Presente Investigação
POSI	.80	.78
ARD	.86	.83

Tabela 8. Correlação entre as subescalas POSI e ARG e a BFAS

<i>r</i> de Pearson		
	POSI	ARG
BFAS	.532	.733

4.5 Caracterização de um subgrupo de adultos emergentes portugueses com maiores níveis de adição ao *Facebook*

Embora não estejam definidos pontos de corte para a BFAS, no presente estudo foi usado o critério sugerido na investigação original - pontuação de três ou mais em quatro dos seis itens (Andreassen, et al., 2012) - para definir um subgrupo de sujeitos com maiores níveis de adição ao *Facebook*.

Este subgrupo é constituído por 58 sujeitos, 36 dos quais são do sexo feminino (62.1%) e 22 do sexo masculino (37.9%). A idade média é de 21,41 anos ($DP=2.68$). Os sujeitos são maioritariamente residentes em Portugal Continental (96.6%), com apenas dois sujeitos a pertencerem às Regiões Autónomas (3.4%), divididos por áreas urbanas (44.8%), semi-urbanas (36.2%) e rurais (19%). A maioria dos sujeitos é estudante (89.7), enquanto 6.9% encontra-se empregado (a tempo integral e parcial) e apenas 2% desempregado. Neste subgrupo 43 sujeitos completaram o 12º ano (74.1%), 11 finalizaram a Licenciatura (19%) e quatro o Mestrado (6.9%). Uma grande percentagem dos indivíduos não se encontra numa relação amorosa (77.6%), enquanto 22.4% se encontra numa relação ou união de facto. Nenhum indivíduo neste subgrupo é ainda pai/mãe (cf., Tabela 9).

Na sua relação com o *Facebook*, a quase totalidade dos sujeitos afirma utilizar esta rede social para conversações (98.2%), enquanto 78.6% acede a conteúdo informativo, 75% afirma usar o Facebook para visualizar conteúdo Multimédia, 21.4% para Jogos, 10.7% para compras, e 3,6% para visualizar conteúdo erótico. Todos possuem uma página pessoal do *Facebook*. Neste subgrupo, a média de utilização diária do *Facebook* é de 189.98 minutos ($DP=125.56$) (cf., Tabela 10).

A pontuação deste subgrupo nas dimensões do BSI é mais elevada: Sensibilidade Interpessoal ($M=1.14$; $DP=0.81$); Depressão ($M=1.04$; $DP=0.64$); Ansiedade ($M=1$; $DP=0.73$) (cf., Tabela 11).

Tabela 9. Características do subgrupo com maiores níveis de adição ao *Facebook*

		N	Percentagem %
Idade	18-21	36	62.1
	22-25	87	27.6
	26-29	56	10.3
Sexo	Feminino	36	62.1
	Masculino	22	37.9
Escolaridade	4º ano	-	0.3
	6ºano	-	-
	9ºano	-	0.3
	12º ano	43	74.1
	Licenciatura	11	19
	Mestrado	4	6.9
Situação Laboral	Doutoramento	-	-
	Estudante	52	89.7
	Empregado(a) a TP	1	1.7
	Empregado(a) a TI	3	5.2
	Desempregado(a)	2	3.4
Residência	Portugal Continental	56	96.6
	Regiões Autónomas	2	3.4
Área	Urbana	26	44.8
	Semi-urbana	21	36.2
	Rural	11	19
Estado Civil	Solteiro(a)	45	77.6
	Numa relação	12	20.7
	União de facto	1	1.7
	Casado(a)	-	-
	Novo Casamento/União	-	-
Paternidade/Maternidade	Sim	-	-
	Não	58	100

Tabela 10. Dados do subgrupo com maiores níveis de adição na relação com o *Facebook*

		N	Percentagem %
Página Pessoal	Sim	56	100
	Não	0	0
Nº de minutos diário despendido	1-30	1	1.8
	31-60	6	10.9
	61-90	1	1.8
	91-120	12	21.9
	121-150	4	7.2
	151-180	6	10.9
	181-210	6	10.9
	211-240	10	18.1
	241-270	1	1.8
	271-300	6	10.9
	+300	2	3.6
Conteúdos/Atividades habituais	Multimédia	42	75
	Conversação	55	98.2
	Informativos	44	78.6
	Compras	6	10.3
	Jogos	12	20.7
	Eróticos	2	3.6

Tabela 11. Estatísticas das dimensões do BSI no subgrupo com maiores níveis de adição

	M	DP	Amplitude
BSI			
Sensibilidade Interpessoal	1.14	0.81	1-5
Depressão	1.04	0.64	1-5
Ansiedade	1	0.73	1-5

V – Discussão

Em Portugal, embora o uso da *Internet* e das redes sociais seja cada vez maior, poucos são os estudos sobre os seus efeitos (Pontes et al., 2015). Do ponto de vista da Psicologia, urge conhecer a relação estabelecida entre a população, em especial os grupos com maiores índices de utilização, e as novas tecnologias. Assim, no seguimento dos estudos efetuados com os adolescentes portugueses e a adição ao *Facebook*, esta investigação procurou disponibilizar um instrumento de medida válido para utilização clínica e empírica e conhecer este fenómeno junto dos adultos emergentes. Este grupo particular foi alvo de uma atenção específica por diversos motivos, designadamente: devido à omnipresença das novas tecnologias no seu quotidiano, especialmente o uso elevado das redes sociais e do *Facebook*; à falta de investigações focadas neste período do desenvolvimento; por se tratar de uma fase da vida pautada pela instabilidade, com eventuais acréscimos da ansiedade, diminuição da rede de

apoio e aumento de sintomas depressivos (Arnett et al., 2014). De acordo com a literatura é também uma fase de adoção de comportamentos de risco (Arnett, 2000).

Embora existam investigações sobre o fenómeno da adição ao *Facebook* (Ryan et al., 2014), estas têm sido caracterizadas por diferentes métodos de avaliação. Neste sentido a presente investigação procurou realizar os estudos psicométricos de uma escala de aferição da adição ao *Facebook*, com reconhecido mérito conceptual e psicométrico. O objetivo desta investigação passou por analisar as propriedades psicométricas da BFAS numa amostra portuguesa de adultos emergentes e caracterizar essa amostra na sua relação com o *Facebook*. Os resultados demonstraram que a BFAS é uma medida fiável da adição ao *Facebook*, neste grupo particular de sujeitos.

Os estudos de precisão demonstraram que a BFAS possui uma boa consistência interna ($\alpha = 0.85$), superior ao reportado na investigação original e na população de adolescentes portugueses ($\alpha = 0.83$, para ambos). Para além disso, foi reportada uma boa correlação teste-reteste ($r = 0.94$), para um intervalo de duas semanas. A diferença entre este valor e o reportado na investigação original (0.82) poderá dever-se ao intervalo mais curto do presente estudo para a segunda administração.

A Análise Fatorial Exploratória confirmou a estrutura unifatorial proposta pelos autores originais (Andreassen, et al., 2012) e replicada no estudo com adolescentes portugueses (Pontes et al., 2016). Apesar da sua estrutura unifatorial, a BFAS reflete os seis componentes da adição comportamental: (1) proeminência, (2) alteração de humor, (3) tolerância, (4) abstinência, (5) conflito e (6) reincidência (Andreassen et al., 2012).

Para a análise convergente foram avaliados os constructos POSI e ARG, medidos pela EUGIP-2. De acordo com a literatura (Holmgren, & Coyne, 2017), indivíduos que demonstram preferência pela comunicação *online*, possuem um maior risco de desenvolver um uso excessivo, evidenciando dificuldades na auto-regulação do mesmo (Caplan, 2010). A presente investigação encontrou suporte empírico para essa relação, com os indivíduos que obtiveram resultados mais elevados na BFAS, a evidenciarem preferência pela comunicação *online* e uma menor capacidade de exercer a auto-regulação, tal como medido pelas subescalas da EUGIP-2.

O presente estudo encontrou que, tal como reportado em investigações anteriores, a maioria dos sujeitos usa o *Facebook* como forma de manter relações. Este era o resultado esperado, consistente com o principal propósito reportado para o uso do *Facebook* – manter e estabelecer novas relações. Talvez mais surpreendente seja a segunda atividade mais popular: visualização de conteúdos informativos. Será porventura uma preferência recente, fruto da crescente presença de instituições noticiosas oficiais no *Facebook*, que traduz a capacidade de adaptação da plataforma e a sua permeabilidade a novos conteúdos.

Os sujeitos desta amostra, passam em média, 130 minutos diários a usar o *Facebook* diariamente. Este valor é menor do que o reportado no estudo com adolescentes portugueses (272 minutos) (Pontes et al., 2016), mas ainda assim

representa um intervalo de tempo considerável.

As pontuações na BFAS demonstraram pontuações mais elevadas nos itens que refletem a proeminência e a tolerância (item 1 e 2, respetivamente). Também na investigação original este par de itens foi o mais pontuado, embora por forma inversa (item 2 e 1, ordenadamente). A pontuação média mais baixa ocorre no item 5, que reflete a abstinência. Esta pontuação pode ser reflexo da ausência de períodos em que o acesso esteve efetivamente proibido.

Embora não tenham sido definidos pontos de corte para a BFAS, foi sugerido (Andreassen, et al., 2012) que a pontuação de três ou mais em quatro dos seis itens constitua um indicativo para eventuais adições. A presente investigação encontrou 58 (14,80%) sujeitos que correspondiam ao critério definido. Este número é mais elevado do que estudos anteriores reportaram, quer na adição ao *Facebook*, quer em relação às redes sociais (Kuss & Griffiths, 2017; Ryan, 2014). Comparativamente à amostra total, este subgrupo revela em termos das suas características sociodemográficas uma percentagem de solteiros mais elevada (77,6%), resultado que pode ser interpretado como um reflexo de eventuais dificuldades interpessoais; mais tempo diário de utilização do *Facebook*; e uma maior percentagem de utilizadores a reportarem “jogar” como uma atividade habitual, o que por sua vez poderá contribuir para aumentar o tempo despendido no *Facebook*.

Limitações do Estudo e Sugestões para investigações futuras

A presente investigação apresentou algumas limitações. A recolha da amostra foi efetuada por uma mostragem de conveniência. Assim, a diferença entre homens e mulheres não é proporcional, sendo a amostra constituída na sua maior parte por mulheres. Também os estudantes estão em larga maioria, em comparação com os sujeitos já empregados. Este é um reflexo do período do desenvolvimento em que se focou a investigação, mas também da amostra recolhida.

Embora este estudo tenha permitido alguma clarificação sobre os usos e gratificações obtidos com o *Facebook*, a realização de estudos futuros poderá incidir nova luz sobre este fenómeno complexo. Sugere-se a averiguação do tempo despendido em cada uma das atividades realizadas no *Facebook*. De igual modo, seria proveitosa a replicação do presente estudo com diferentes populações ou a realização de estudos longitudinais.

Uma limitação que esta escala apresenta é a ausência de definição de um ponto de corte do instrumento, o que não permite o estabelecimento claro de um subgrupo clínico. Esta deverá ser uma preocupação em investigações futuras.

VI – Conclusões

A presente investigação pretendeu contribuir para o estudo da adição ao *Facebook* na população portuguesa. O foco foram os adultos emergentes, dadas as vulnerabilidades que este grupo apresenta (Holmgren, & Coyne,

2017). Em termos gerais foi possível concluir que a versão agora apresentada da BFAS é um instrumento fiável para averiguar a relação dos indivíduos com o *Facebook*, bem como a eventual adição a esta rede social.

Os resultados obtidos demonstraram forte consistência interna da BFAS (α de *Cronbach* = 0.85) e estabilidade temporal ($r=.94$), revelando-se uma boa medida para fins de investigação e clínicos na população portuguesa. A análise fatorial sugeriu uma estrutura de apenas um fator, à semelhança do estudo original. Assim, esta investigação contribui para o muito necessário conhecimento de um fenómeno recente, permitindo o avanço de futuras investigações e eventuais abordagens psicoterapêuticas. O cálculo do coeficiente de Pearson das variáveis permite concluir que existe uma relação significativa entre a adição ao *Facebook* e Preferência pela Comunicação Online e a Auto-regulação Deficiente.

Bibliografia

American Psychiatric Association (APA) (2013). *Manual de Diagnóstico e Estatística das Perturbações Mentais* (Quinta Edição). Portugal: Climepsi Editores.

Andreassen, C. (2013). Facebook Addiction: a reply to Griffiths (2012). *Psychological Reports: Mental & Physical Health*, 113(3), 899-902.

Andreassen, C., Torsheim, T., Brunborg, G., & Pallesen, S. (2012). Development of a Facebook Addiction Scale. *Psychological Reports*, 110(2), 501-517.

Andreassen, C., Griffiths, M., Kuss, D., Mazzoni, E., Billieux, K., Demetrovics, Z., 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 Behavior*, 30 (2), 252-262.

Bányai, F., Zsila, Á., Király, O., Maraz, A., Elekes, Z., Griffiths, M., et al. (2017). Problematic Social Media Use: Results from a Large-Scale Nationally Representative Adolescent Sample. *PLoS ONE* 12(1): e0169839.

Błachnio, A., Przepiorka, A., (2016). Personality and positive orientation in Internet and Facebook addiction. An empirical report from Poland. *Computers in Human Behavior* 59, 230-236. <http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2016.02.018>

Boyd, D.M., Ellison, N.B. (2008). Social network sites: Definition, history, and scholarship. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 13, 210-230.

Brown, J. (2006). Emerging adults in a media-saturated world. In J. J. Arnett & J. L. Tanner (Eds.), *Emerging adults in America: Coming of age in the 21st century* (pp. 279-299). Washington, DC: American Psychological Association.

Canavarro, M. (2007). Inventário de Sintomas Psicopatológicos (BSI). Uma revisão crítica dos estudos realizados em Portugal. In Simões, M., Machado, C., Gonçalves, M., Almeida, L. (Eds.), *Avaliação Psicológica. Instrumentos validados para a população portuguesa, volume III* (pp.305-331). Coimbra: Quarteto.

Caplan, S. (2010). Theory and measurement of generalized problematic Internet use - A two-step approach. *Computers in Human Behavior*, 26, 1089–1097.

Cardoso, G., Lapa, T. (2015). O estudo da Internet e dos Ecrãs na Sociedade em Rede. In Miranda, L. (Ed.) *Psicologia dos Comportamentos Online* (pp. 25-50). Lisboa: Relógio D'Água.

Chen, G. M. (2011). Tweet this: A uses and gratifications perspective on how active Twitter use gratifies a need to connect with others. *Computers in Human Behavior*, 27, 755–762.

Cohen, J. (1988). *Statistical Power Analysis for the Behavioral Sciences* (Second Edition). New York: Lawrence Erlbaum Associates

Eurostat (2016). Internet access and use statistics - households and individuals Retirado de http://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php/Internet_access_and_use_statistics_-_households_and_individuals#Main_statistical_findings

DeVellis, R. (1991). *Scale development: Theory and applications*. London: SAGE.

Griffiths, M. (1996). Behavioural addiction: an issue for everybody? *Employee Counselling Today: The Journal of Workplace Learning*, 8(3), 19-25.

Griffiths, M. (1999). Internet addiction: Internet fuels other addictions. *Student British Medical Journal*, 7, 428-429.

Griffiths, M. (2005). A ‘components’ model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal Of Substance Use*, 10(4), 191-197.

Griffiths M. (2013). Social networking addiction: Emerging themes and issues. *Journal of Addiction Research and Therapy*. 4(5),1-2.

Griffiths, M., Pontes, H. & Kuss, D. (2016). Online addictions: conceptualizations, debates, and controversies. *Addicta: the Turkish Journal on Addictions*, 3 (2), 1-14.

Griffiths, M. D., & Szabo, A. (2014). Is excessive online usage a function of medium or activity? An empirical pilot study. *Journal of Behavioral Addictions*, 3(1), 74-77.

Harkness, J., Villar, A., Edwards, B. (2010). Translation, Adaptation, and Design. In Harkness, J., Braun, M., Edwards, B., Johnson, T., Lyberg, L., Mohler, P., Pennell, B., Smith, T. (Eds.) *Survey methods in multinational, multiregional, and multicultural contexts* (pp. 117-140). Hoboken, NJ: Wiley.

Holmgren, H., & Coyne, S. (2017): Can't stop scrolling!: pathological

use of social networking sites in emerging adulthood. *Addiction Research & Theory*, DOI: 10.1080/16066359.2017.1294164

International Telecommunication Union (2016). Key ICT indicators for developed and developing countries and the world (totals and penetration rates). Retirado de <http://www.itu.int/en/ITU-D/Statistics/Pages/stat/default.aspx>

Internet Live Stats (2016). Internet Usage & Social Media Statistics. Retirado de <http://www.internetlivestats.com/>

Jafarkarimi, H., Sim, A. T. H., Saadatdoost, R., & Hee, J. M. (2016). Facebook Addiction among Malaysian Students. *International Journal of Information and Education Technology*, Vol. 6, No. 6, 465-469.

Kuss, D.J., & Billieux, J. (2016). Technological addictions: Conceptualisation, measurement, etiology and treatment. *Addictive Behaviors*, <http://dx.doi.org/10.1016/j.addbeh.2016.04.005>

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, 3528-3552.

Kuss, D., & Griffiths, M. (2017). Social Networking Sites and Addiction: Ten Lessons Learned. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(3), 311.

Kuss, D., Griffiths, M., Karila, L., & Billieux, J. (2014). Internet Addiction: A Systematic Review of Epidemiological Research for the Last Decade. *Current Pharmaceutical Design*, 20(25), 4026-4052

Norman, G. (2010). Likert Scales, levels of measurement and the “laws” of statistics. *Advances in Health Sciences Education*. Doi: 10.1007/s10459-010-9222-y

Pallant, J. (2001). *SPSS Survival manual*. Philadelphia: Open University Press.

Phanasathit, M., Manwong, M., Hanprathet, N., Khumsri, J., Yingyeun, R. (2015). Validation of the Thai version of Bergen Facebook addiction scale (Thai-BFAS). *Journal of the Medical Association of Thailand*, 98 (2), 108-117.

Pontes, H. M., Caplan, S. E., & Griffiths, M. D. (2016). Psychometric Validation of the Generalized Problematic Internet Use Scale 2 in a Portuguese Sample. *Computers in Human Behavior*, 63, 823-833.

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.

Pontes, H., & Griffiths, M. (2016). Portuguese Validation of the Internet Gaming Disorder Scale–Short-Form. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*. Volume 00, Number 00. doi:10.1089/cyber.2015.0605

Pontes, H. & Patrão, I. (2014). Estudo Exploratório Sobre as Motivações Percebidas no uso Excessivo da Internet em Adolescentes e Jovens Adultos. *Psychology, Community & Health*. Volume 3(2), 90–102. doi:10.5964/pch.v3i2.93

Pordata (2017). Idade média ao primeiro casamento, por sexo. Retirado de <http://www.pordata.pt/Portugal/Idade+m%C3%A9dia+ao+primeiro+casamento++por+sexo-421>

Pordata (2017). Idade média da mãe ao nascimento do primeiro filho. Retirado de <http://www.pordata.pt/Portugal/Idade+m%C3%A9dia+da+m%C3%A3e+ao+nascimento+do+primeiro+filho-805>

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.

Salem, A. A. M. S., Almenaye, N.S., Andreassen, C. S. (2016). Psychometric Evaluation of Bergen Facebook Addiction Scale (BFAS) of University Students. *International Journal of Psychology and Behavioral Sciences* 6(5), 199-205.

Satici, S. A., Uysal, R. (2015). Well-being and problematic Facebook use. *Computers in Human Behavior*, 49, 185-190.

Silva, H., Areco, K., Bandiera-Paiva, P., Galvão, P., Garcia, A., & Silveira, D. (2015). Equivalência semântica e confiabilidade da versão em português da Bergen Facebook Addiction Scale. *Jornal Brasileiro De Psiquiatria*, 64(1), 17-23.

Statista (2016). Number of Facebook users worldwide 2008-2016. Retirado a 6 de dezembro, 2016, de <http://www.statista.com/statistics/264810/number-of-monthly-active-facebook-users-worldwide/>

Steggink, B. (2015). Facebook addiction: Where does it come from? A study based on the Bergen Facebook Addiction Scale. Retirado de <http://essay.utwente.nl/67532/1/Steggink%20Bas%20s%201248049%20scriptie.pdf>

Streiner, D. (2003). Starting at the beginning: An introduction to Coefficient Alpha and internal consistency. *Journal of Personality Assessment*, 80(1) 99-103.

Young, K. S. (1996a). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. Poster presented at the 104th Annual Convention of the American Psychological Association in Toronto, Canada, August 16, 1996. Retirado de <http://www.netaddiction.com/articles/newdisorder.pdf>

Young, K. S. (1996b). Psychology of computer use: xl. addictive use of the Internet: A case that breaks the stereotype. *Psychological Reports*, 79, 899-902.

Anexos

Projeto de Investigação
Comportamentos *Online*: Contributos para a adaptação portuguesa da Bergen Facebook
Addiction Scale
2016

Caro(a) participante:

Uma equipa da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra (FPCEUC) encontra-se a desenvolver um estudo para o qual o seu contributo é de extrema importância.

Qual é o objetivo do estudo?

Esta investigação tem como objetivo estudar os comportamentos *online* dos portugueses e a influência de variáveis sociodemográficas (sexo, idade, etc.) nesses comportamentos, contribuindo, simultaneamente, para a adaptação da Bergen Facebook Addiction Scale.

Quem pode participar?

Qualquer pessoa de nacionalidade Portuguesa, utilizador do *Facebook* e com idade igual ou superior a 18 anos.

Como posso participar?

A sua participação é voluntária e para tal terá apenas que responder a este inquérito. Note que não existem respostas certas ou erradas – o importante é que as suas respostas expressem o que pensa, sente ou faz em cada caso. Informamos que o preenchimento deste inquérito não tem tempo limite, sendo o tempo médio de resposta de 10 minutos.

A confidencialidade dos dados está garantida?

O anonimato dos participantes e a confidencialidade dos dados recolhidos estão totalmente garantidos. As suas respostas serão alvo de tratamento coletivo, exclusivamente no âmbito da investigação para a qual se destinam. Não assine ou faça qualquer marca identificativa nos instrumentos.

Se desejar colocar alguma questão sobre o estudo, quem posso contactar?

Caso surjam dúvidas relativamente à sua participação neste estudo contacte, por favor, a equipa responsável pelo mesmo, através do contacto: gaif@fpce.uc.pt

O seu contributo é extremamente importante. Como tal, a equipa de investigação agradece, desde já, a sua disponibilidade e colaboração.

A equipa de investigação:

Gustavo Veiga Diana Cunha
Vânia Leite Alda Portugal
Luciana Sotero

O investigador responsável:

Professora Doutora Ana Paula Relvas