



**Campus Santana do Livramento
Graduação em Administração
Trabalho de Curso**

PROPENSÃO À NOMOFOBIA: UM ESTUDO EXPERIMENTAL COM ALUNOS DE ADMINISTRAÇÃO DA UNIPAMPA USUÁRIOS DE SMARTPHONES

Manuella Fagundes Castro¹

Kathiane Benedetti Corso²

Resumo: Frente a grande quantidade de inventos e a expansão da internet móvel, mudanças significativas e resultantes dessa interatividade, ocorrem na vida dos indivíduos, que tem seus hábitos, comportamentos, costumes e relações transformadas pela presença de dispositivos inteligentes. A Nomofobia, “*No-mobile-phone-phobia*”, é considerada recente e surge como consequência da crescente onda de tecnologias a disposição da sociedade. Como objetivo geral buscou-se analisar a propensão à Nomofobia em alunos do Curso de Administração da UNIPAMPA Santana do Livramento, bem como, identificar os hábitos de uso de alunos usuários de *smartphone*; identificar a propensão à Nomofobia; comparar a percepção dos alunos do curso após ficarem sem *smartphone* em componentes teóricos e práticos e comparar as suas reações comportamentais. Para tanto, foram realizadas pesquisas de abordagem quantitativa e qualitativa, com os alunos da instituição. Para as duas abordagens, foi utilizada a pesquisa experimental, sendo a quantitativa com a aplicação de questionários a partir do modelo *Nomophobia Questionnaire (NMP-Q)* (YLDIRIM, 2014) e a qualitativa com a utilização de um diário de campo para realização das observações. Acerca da propensão à Nomofobia, demonstrou-se que o nível de percepção dos alunos é diferente dos resultados encontrados, mas pode-se concluir que há propensão à Nomofobia, porém em diferentes níveis e que somente através das observações feitas no diário de campo, foi possível perceber a real diferença entre os componentes teóricos e práticos.

Palavras-chave: Nomofobia; Smartphone; Dependência.

PROPOSAL FOR NOMOPHOBIA: AN EXPERIMENTAL STUDY WITH UNIPAMPA ADMINISTRATION STUDENTS USERS OF SMARTPHONES

¹ Discente do Curso de Administração da Universidade Federal do Pampa (UNIPAMPA). E-mail: manuellafgcastro@gmail.com

² Orientadora e Docente da Universidade Federal do Pampa. E-mail: kathianecorso@unipampa.edu.br.

Abstract: Given the large number of inventions and the expansion of the mobile internet, significant changes resulting from this interactivity occur in the lives of individuals, who have their habits, behaviors, customs and relationships transformed by the presence of intelligent devices. Nomophobia, “*No-mobile-phone-phobia*”, is considered recent and arises as a consequence of the growing wave of technologies at the disposal of society. As a general objective, we aimed to analyze the propensity for nomophobia in students of the Administration Course of UNIPAMPA Santana do Livramento, as well as to identify the habits of use of students using smartphones; identify the propensity for nomophobia; compare the students' perception of the course after being without smartphone in theoretical and practical components and compare their behavioral reactions. For that, we carried out qualitative and quantitative research with the students of the institution. For the quantitative step, the experimental research was used, being the quantitative with the application of questionnaires was done using the Nomophobia Questionnaire (NMP-Q) model (YLDIRIM, 2014), and the qualitative one with the use of a field using a field diary to make observations. Regarding the propensity for Nomophobia, it has been shown that the level of students' perception is different from the results found, but it can be concluded that there is a propensity to Nomophobia, but at different levels and that only through the observations made in the field diary, possible to perceive the real difference between the theoretical and practical components.

Keywords: Nomophobia; Smartphone; Dependency.

PROPENSIÓN A NOMOFOBIA: UN ESTUDIO EXPERIMENTAL CON ALUMNOS DE ADMINISTRACIÓN DE UNIPAMPA USUARIOS DE SMARTPHONES

Resumen: Frente a la gran cantidad de inventos y la expansión de Internet móvil, cambios significativos y resultantes de esa interactividad, ocurren en la vida de los individuos, que tienen sus hábitos, comportamientos, costumbres y relaciones transformadas por la presencia de dispositivos inteligentes. La Nomofobia, “*No-mobile-phone-phobia*”, es considerada reciente y surge como consecuencia de la creciente ola de tecnologías a disposición de la sociedad. Como objetivo general se buscó analizar la propensión a la Nomofobia en alumnos del Curso de Administración de la UNIPAMPA Santana do Livramento, así como, identificar los hábitos de uso de alumnos usuarios de smartphone; identificar la propensión a la Nomofobia; comparar la percepción de los alumnos del curso después de quedar sin smartphone en componentes teóricos y prácticos y comparar sus reacciones comportamentales. Para ello, se realizaron investigaciones de abordaje cuantitativo y cualitativo, con los alumnos de la institución. Para los enfoques, se utilizó la investigación experimental, siendo la cuantitativa con la aplicación de cuestionarios a partir del modelo Nomophobia Questionnaire (NMP-Q) (YLDIRIM, 2014) y la cualitativa con la utilización de un diario de campo para la realización de las observaciones. Sobre la propensión a la Nomofobia, se demostró que el nivel de percepción de los alumnos es diferente de los resultados encontrados, pero se puede concluir que hay propensión a la Nomofobia, pero en diferentes niveles y que sólo por medio de las observaciones hechas en el diario de campo, fue posible percibir la real diferencia entre los componentes teóricos y prácticos.

Palabras-clave: Nomofobia; Smartphone; Dependencia.

1. INTRODUÇÃO

A internet surgiu em meio à necessidade de busca por informação, possibilitando uma nova forma de comunicação. Essas informações são transmitidas de maneira mais concisa e rápida. Seu auge foi a partir de 1995, onde no Brasil, cerca de 16 milhões de pessoas eram usuários na época (DAL CIN e MELO, 2013). No cotidiano das pessoas, a internet está cada vez mais presente, pois a utilizam em momentos de estudo, trabalho, lazer e entretenimento, buscando a comodidade e facilidade proporcionada pela mesma, que dentre suas inúmeras funções, basicamente, possibilita informação e comunicação instantânea (BATISTA 2011). Através da conexão à rede é possível ouvir músicas, olhar filmes, mandar e-mails, fazer pesquisas, baixar arquivos, jogar, fazer compras, negociar, participar de fóruns de discussão, enfim, uma infinidade de experiências que o acesso à internet pode proporcionar. Isso tem revolucionado a maneira como o ser humano tem vivido e se relacionado na sociedade. Tais atividades contêm diferenças temporais e espaciais, pois não ocorrem em um lugar específico, e compreendem a mesma posição e movimentação do corpo, podendo duas ou mais destas atividades serem feitas ao mesmo tempo (MEYROWITZ, 2003 apud PELLANDA, 2008).

Para satisfazer as exigências dos consumidores, ao longo do tempo tem se desenvolvido gradualmente novas tecnologias, que possibilitem o acesso mais rápido a tudo, exemplo disso é a Internet Móvel, que segundo Lunardi et al (2013, p. 683) “refere-se ao acesso em tempo real à Internet a partir de dispositivos móveis sem fio.” Tal fenômeno surgiu, para acompanhar a necessidade de consumo das pessoas por essas tecnologias. Através de aparelhos móveis como celulares, tem-se cada vez mais o acesso à rede, para tanto, são criados aparelhos que possibilitem mais facilidade, rapidez, qualidade e personalização para seus usuários, exemplo disso são os celulares que proporcionam o acesso à internet, como o *smartphone*, que contém funções avançadas e um sistema operacional eficiente (VIDAL, 2014). Com o aumento destas mídias móveis e seu uso cada vez mais frequente, o “celular inteligente” como também é conhecido, tem alcançado um público abrangente, ou seja, pessoas de várias faixas etárias que possuem ou já possuíram um *smartphone*.

Moraes e Veiga-Neto (2008, p. 2) relatam que “O celular representa, atualmente, um dos principais pontos do ‘estar conectado em rede’, pois associa portabilidade e mobilidade a um enorme potencial de inclusão digital”. O deslumbre pelo aparelho celular, especificamente *smartphones*, e seus atributos de conectividade, em muitos momentos transpõe a necessidade, tornando-se uma dependência, originando muitos problemas para seus usuários. Sem o contato com essas tecnologias, torna-se possível desenvolver uma séria ansiedade, e por que não dizer medo, frente a esse distanciamento. Para esse cenário já existe um termo específico, chamado de Nomofobia, que classifica os sintomas por parte dos dependentes. Silva (2013) conceitua a Nomofobia como “um termo utilizado para expressar a condição de dependência do celular, quando o aparelho passa a dominar a vida das pessoas, adquirindo um status de importância além do saudável.” Os efeitos causados por essa dependência esclarecem certas atitudes do comportamento humano na esfera social.

O tema Nomofobia, em bases acadêmicas no Brasil, ainda é pouco estudado, sendo encontrado em *sites* de buscas, reportagens em revistas e *sites* de jornal. Existem estudos de King e seu grupo de pesquisa (KING, VALENÇA E NARDI, 2010; KING ET AL., 2013; KING ET AL; 2014), na qual esclarecem os diferentes sintomas causados pelo transtorno. Por outro lado, a Nomofobia já vem sendo estudada a nível internacional, como se verifica pelas pesquisas de Bragazzi e Del Puente (2014), Cheever et al. (2014), Yildirim (2014), e Kalaskar (2015), que trazem maior abrangência do tema, conceituando, definindo e dimensionando a Nomofobia.

Sobre dependência de *smartphone* encontram-se pesquisas feitas por muitos autores brasileiros, sendo eles mencionados no referencial teórico, como Mateus e Brito (2011), Gonçalves e Joia (2011), Ribeiro e Da Silva (2015), e os pesquisadores internacionais, Know et al. (2013) e Yildirim (2014). Todos os autores buscam discernir a dependência de *smartphone*, basicamente através de um paralelo de causa e efeito em seus trabalhos. Diante das considerações fundamentadas acima, o projeto de pesquisa tem como problemática: Qual a propensão à Nomofobia em alunos do Curso de Administração da UNIPAMPA Santana do Livramento?

Justifica-se o interesse em realizar a pesquisa diante do fato de que como aluna do curso de Administração da UNIPAMPA, observa-se que os alunos em geral fazem uso intenso das tecnologias em sala de aula, e aqui se ressalta o *smartphone*, assim como os mais variados modelos e tipos de aparelhos, havendo a tendência de o uso ser maior em relação a determinados componentes curriculares e também por não existirem estudos no Brasil tendo como objeto de pesquisa, universitários.

Frente ao problema traçou-se como objetivo geral: Analisar a propensão à Nomofobia em alunos do Curso de Administração da UNIPAMPA Santana do Livramento. Para o alcance do objetivo geral se faz necessário traçar objetivos específicos, os quais nortearão o pesquisador na trajetória do estudo, sendo estes:

- a) Identificar os hábitos de uso de alunos do curso de Administração da UNIPAMPA Santana do Livramento usuários de *smartphone*;
- b) Identificar a propensão à Nomofobia dos alunos do curso de Administração da UNIPAMPA Santana do Livramento;
- c) Comparar a percepção dos alunos do curso de Administração da UNIPAMPA Santana do Livramento após ficarem sem *smartphone* em componentes teóricos e práticos;
- d) Comparar as reações comportamentais dos alunos do curso de Administração da UNIPAMPA Santana do Livramento ao ficarem sem *smartphone* componentes teóricos e práticos.

Este estudo está estruturado em tópicos cinco tópicos, de modo que no primeiro tópico está a introdução, que apresenta uma breve contextualização do tema, contendo o problema de pesquisa, justificativa da pesquisa, objetivo geral e objetivos específicos. O segundo tópico que sucede, enfoca no referencial teórico, onde são conceituados temas como internet móvel, dependência de internet, dependência de *smartphone* e Nomofobia. No terceiro tópico, por sua vez, discute-se o método de pesquisa, classificando o estudo de acordo com a metodologia utilizada. Em seguida, no quarto tópico, tem-se a análise e discussão dos resultados. O quinto e último tópico apresenta as considerações finais.

2. INTERNET MÓVEL E A DEPENDÊNCIA DE INTERNET

Destacando-se como fonte de informações e principalmente como meio de comunicação, a internet passou a ser consumida abertamente no mundo na década de 90, onde o homem passou a atribuir uma porção de serviços na qual os usuários desta tecnologia obtivessem satisfação através dos benefícios proporcionados por ela (TAURION, 2002). A evolução da internet e dos serviços de telefonia móvel ocorreram simultaneamente através da popularização do serviço móvel, correspondente a sua habilidade de mobilização o que até mesmo causa o efeito de aumento da produtividade. Dessa forma, surge a Internet Móvel (do inglês *Mobile Internet*), que não é basicamente uma internet sem a necessidade de fios para haver a conexão, mas sim uma associação entre a internet e a comunicação móvel (LUNARDI et al., 2013).

Segundo Taurion (2002, p. 2) a potencialidade da internet móvel é “criar facilidades de acesso aos recursos da Internet, de qualquer lugar e qualquer momento”, ou seja, proporcionando mobilidade aos usuários, evidenciando as vantagens de conveniência que ela promove através de dispositivos como *smartphones*. Assim, os atrativos da Internet Móvel estão dentro de suas aplicações, que diante do constante crescimento das tecnologias, tem sido cada vez mais abrangente a quantidade de ferramentas disponíveis para uso. Tais aplicações devem percorrer o máximo possível a principal característica da internet móvel, que é propriamente a mobilidade.

Mesmo diante de muitos fatores positivos que a internet traz consigo, existem malefícios quanto ao uso descontrolado dessa ferramenta. Um dos fatores é justamente a dependência de internet, da qual pode facilmente ter seus sintomas mascarados por se tratar de uma tecnologia extremamente importante e presente no dia a dia das pessoas. Conforme Ben-Yehuda (2016) a dependência da internet essencialmente é a incapacidade de controlar o uso da internet, sendo uma circunstância que provoca danos na vida das pessoas. Os viciados usufruem da internet por longos períodos de tempo, distanciando-se de outras formas de estruturas sociais, focando exclusivamente em atividades relacionadas à internet. Geralmente relaciona-se a palavra dependência a coisas como, drogas, jogos, sexo etc., porém o termo tem sido utilizado para definir o uso abusivo da internet juntamente com suas tecnologias móveis. A dependência é identificada por excesso de tolerância, abstinência, apego e perda de controle (WIDYANTO; MCMURRAN, 2004).

O que de fato define o abuso da internet é o prazer proporcionado por ela que leva o indivíduo, movido por esse prazer, repetir as atividades que fornecem tal sensação. “ O neurotransmissor que parece estar mais associado à experiência de prazer é a dopamina. ” (GREENFIELD, 2011, p. 171). Tornamo-nos dependentes do alternado e repentino fluxo de dopamina que passa a ser comumente associado à substância ou comportamento que utilizamos e é neste ponto que a internet se encontra.

Viciados em internet tendem a ter depressão, ansiedade e problemas emocionais, portanto, usam a internet para atender às necessidades não satisfeitas. [...]. Aqueles que sofrem de baixa autoestima, sentimentos de inadequação, ou desaprovação frequentemente estão em maior risco para o desenvolvimento de uma identidade secreta online (YOUNG, 1997, p.8).

Como a internet está mais presente em dispositivos móveis, é possível perceber esses sintomas em usuários de *smartphones*, visto que é o dispositivo mais utilizado pelas pessoas nos últimos anos. Segundo Ben-Yehuda (2016, p. 23) “o *smartphone* se tornou a principal ferramenta que pode aumentar o vício na Internet em todas as idades” isso ocorre de tal forma, que já se pode considerar a dependência de *smartphone* uma nova tendência entre os tipos de vícios já existentes.

2.2 DEPENDÊNCIA DE SMARTPHONE

Diferentemente de décadas atrás, onde o uso do celular se restringia apenas a fazer chamadas, atualmente nota-se uma evolução dessa tecnologia móvel, que tem ganhado cada vez mais espaço na vida das pessoas. Os chamados *Smartphones*, são celulares capazes de realizar muitas funções, assim como um computador, possui características singulares, como uma tela relativamente grande e um sistema operacional que possibilita a execução de diversos aplicativos de uso geral. “Esse dispositivo, cada dia mais, se consolida como ‘um meio de extensão do homem’” (MCLUHAN, 2006 apud MOURA 2013). Os *smartphones* têm aos poucos substituído objetos que antes eram indispensáveis, como o papel e a caneta. Nas salas de aula, os alunos utilizam o celular como instrumento para fazerem suas anotações em um

arquivo ou bloco de notas do próprio aparelho que é utilizado até mesmo, para capturar imagens dos conteúdos passados pelos professores. Ramal (2002, p.65) afirma, que “as letras concretas e palpáveis se transformam em *bites* digitais; a página em branco é o campo do monitor; a pena é o teclado e há uma estranha separação entre nosso corpo, real, e o texto, virtual”.

Por um lado, vemos a mobilidade alcançando a todos, facilitando àquilo que dedicava mais tempo e recurso, mas por outro lado, temos a acomodação a esses meios de tecnologia, fazendo com que as pessoas se tornem dependentes dessa comodidade e extremamente inconvenientes quanto ao uso do aparelho em lugares inapropriados ou em situações inoportunas. O crescimento do *smartphone* tem chamado atenção e provocado discussões acerca de seus benefícios e suas desvantagens. Segundo Gonçalves e Joia (2011, p.2).

Assim como em relação ao celular e outras tecnologias de uso regular, como Internet, jogos eletrônicos, aparelhos digitais de músicas e outros artefatos. Estudos embasados em paradoxos tecnológicos têm demonstrado que a adoção de certas tecnologias pode gerar efeitos positivos ou negativos àqueles que as adotam.

O efeito positivo da adoção de tecnologias entende-se que está intrinsecamente ligado principalmente a mobilidade e em outros fatores já conhecidos como facilidade de acesso, vantagens em comunicação, gama de aplicativos que podem ajudar em diversas atividades, lazer, diversão etc., porém, o que realmente chama a atenção são as desvantagens de algo aparentemente inofensivo ao homem. A dependência de *smartphone*, de forma geral, é o principal ponto negativo quanto ao uso desse dispositivo. Ribeiro e Da Silva (2015) relatam que é possível verificar lesões físicas nos indivíduos que utilizam os dispositivos móveis de maneira excessiva. As mãos e os olhos são os mais afetados, porém, são resultados que se manifestam em longo prazo e por isso, ainda não foram comprovados por especialistas. Existe também, a possibilidade do vício em si, sendo em jogos, tecnologias, aplicativos e etc.

A fim de contribuir para a avaliação de dependentes de *smartphone*, Know et. al (2013), realizaram uma pesquisa com 540 alunos de uma escola na Coréia do Sul, utilizando um conjunto de questionários para desenvolver uma versão revisada e curta da escala de dependência de *smartphones* e a comprovação de sua validade em adolescentes.

O estudo teve por objetivo identificar o questionário mais apropriado para a avaliação de dependentes de *smartphone*. A medição da pesquisa se deu em escalas, sendo elas: SAS (*Smartphone Addiction Scale*), SAPS (*Smartphone Addiction Proneness Scale*) e KS-scale (*Korean Self-reporting internet addiction scale*). Após a aplicação dos questionários, os pesquisadores desenvolveram e validaram a SAS (*Smartphone Addiction Scale*) - Escala do Vício de *Smartphone*. A escala continha 33 questões e 6 pontos na escala Likert para avaliar o vício, através do auto relato. Fatores como uso excessivo, perturbação da vida diária e tolerância, foram considerados através dos questionários, porém, analisaram que tal escala conduzida em estudantes universitários e adultos, mostrou resultados limitados devido aos participantes do estudo e suas idades, fora a relação entre masculino e feminino que foi desequilibrada, por isso tornou-se difícil fazer comparações. Dentre os resultados da pesquisa, analisaram que a SAS pode ser uma ferramenta importante de triagem para ajudar a prevenir a dependência de *smartphone* em comunidades ou escolas.

Os mesmos autores relatam que outros estudos foram realizados na Coréia do Sul, a fim de relacionar a dependência de *smartphone* à saúde mental das pessoas, suas relações pessoais, o autocontrole e o estresse da vida. Frente a isso, pode-se concluir que a função de um *smartphone* não é desenvolver dependência no indivíduo, mas que diante dos seus inúmeros recursos, facilidade de comunicação instantânea e mobilidade, levam as pessoas a permanecerem mais tempo conectadas, tornando-se assim, mais dependentes de seus *smartphones*, reforçando os sentimentos de ansiedade quando distantes deles. Dessa forma,

facilmente pode-se encontrar uma conexão entre *Smartphones* e a Nomofobia(PARK et al., 2013).

2.3 NOMOFOBIA: EFEITOS DA AUSÊNCIA DO CELULAR

Frente a grande quantidade de inventos e a expansão da internet móvel, mudanças significativas e resultantes dessa interatividade, ocorrem na vida dos indivíduos, que tem seus hábitos, comportamentos, costumes e relações transformadas pela presença de dispositivos inteligentes. Conhecemos as constantes atualizações desse mundo tecnológico, e o que diariamente ele nos apresenta, porém pouco se sabe sobre os efeitos causados no comportamento humano. King et al. (2013, p. 2) conceituam Nomofobia como “desconforto ou ansiedade causada pela não disponibilidade de um telefone celular, PC ou qualquer outro dispositivo de comunicação virtual”, ou seja, a disposição de ficar tecnologicamente incomunicável, afeta diretamente o usuário.

O termo Nomofobia, abreviação de “*No-mobile-phone-phobia*”, foi caracterizado no Reino Unido em 2008, através de uma pesquisa realizada pelo UK Post Office, com mais de 2000 pessoas, na qual visava estudar o nível de ansiedade com relação aos telefones celulares. Diante das entrevistas, descobriam que 53% dos usuários de telefones celulares, sofriam da então, Nomofobia, relatando principalmente, sintomas de ansiedade quando não estavam em contato com seus celulares. Em 2012, foi feita a mesma pesquisa pela empresa de segurança no Reino Unido, *SecurEnvoy*, na qual constatou que as mulheres são mais suscetíveis à Nomofobia do que os homens, com 70% das mulheres em comparação com 61% dos homens expressado sentimentos de ansiedade. O estudo ainda relatou que jovens adultos com idades compreendidas entre 18 e 24 anos eram mais propensos à Nomofobia, dentre eles, 77% foram identificados como nomofóbicos (KALASKAR, 2015; SECURENVOY, 2012; KING et al., 2010). Não se pode configurar como a doença apenas o uso constante do *smartphone*, pois como relatado em estudos, o nomofóbico possui características próprias e um relato de complicações psicológicas.

“A patologia se revela em pessoas que, quando ficam sem seu celular, acabam apresentando sintomas e alterações comportamentais e/ou emocionais, e os sintomas mais frequentes, são, entre outros, nervosismo, ansiedade, desconforto e angústia. Explica a Psicóloga, Doutora em Saúde Mental e pesquisadora pioneira da Nomofobia no Brasil, Anna Lucia Spear King” (REVISTA INBOX, 2014,p. 6).

A Nomofobia é considera recente e surge como consequência da crescente onda de tecnologias a disposição da sociedade, é mais uma nomenclatura para os efeitos causados pela interatividade com a internet e seus dispositivos de utilização. Pode-se dizer que a doença é apenas o desenrolar de uma série de circunstâncias que levam uma pessoa a desencadear sintomas psicopatológicos, pois inicia com a dependência de internet, que comumente está presente em celulares, *smartphones*, PC's, alcançando então, o surgimento de uma fobia.

Apesar de que sua definição incluía a indisponibilidade de computadores, King et al. (2010) argumentam que os computadores são substituídos por telefones celulares, que presumivelmente têm capacidades de *smartphone* e *tablets*. Portanto, afirmam que seu foco de pesquisa é menos em computadores e mais nos ambientes de comunicação virtual, incluindo telefones celulares. King et al. (2013) enfatizam que, para que um diagnóstico oficial ser feito, o transtorno deve causar interferência significativa em uma área importante da vida do indivíduo (isto é, trabalho, vida social, atividades ou lazer). Por ser novidade dentre os transtornos, a inscrição oficial da Nomofobia ao Manual de Diagnósticos e Estatísticas de Transtornos Mentais (DSM) é apenas uma questão de tempo, visto que é um transtorno novo, porém já difundida e universalmente presente em outros países, segundo pesquisas feitas nos

EUA, Índia, países da Europa, como Espanha e Finlândia, Japão também confirmaram relatos de sintomas de Nomofobia no país (BRAGAZZI e DEL PUENTE, 2014).

No ano de 2014 no Brasil, surgiu o primeiro núcleo especializado em Detox Digital, institucionalizado na Universidade Federal do Rio de Janeiro, a UFRJ, contando com profissionais de diferentes áreas, como saúde, comunicação e educação, (médicos, psicólogos, pedagogos e pesquisadores) para pesquisar sobre as tecnologias interferindo no comportamento humano e oferecendo suporte clínico e tratamento aos usuários abusivos de tecnologia. Como criadores do instituto, a pesquisadora e doutora em saúde mental, Anna Lucia S. King, e o também pesquisador, Eduardo Guedes, são autores do livro “Nomofobia: Dependência do Computador, Internet, Redes Sociais? Dependência do Telefone Celular?”, que aborda a dependência de celular e internet, e relatam os sintomas desenvolvidos pelos indivíduos frente ao uso abusivo de tecnologia (INSTITUTO DELETE, 2014).

Os estudos da Dr. Anna Lucia S. King e seus colegas são conceituados internacionalmente, visto que foram pioneiros ao estudarem sobre essa nova fobia. Através do caso de um paciente com transtorno de pânico e agorafobia, medo de situações ou lugares que podem provocar constrangimento. Eles analisaram e relacionaram a Nomofobia com o transtorno de pânico. Com isso, foi possível obter um novo olhar sobre a dependência de internet e dispositivos móveis. Em um dos estudos, eles examinaram a Nomofobia como um comportamento manifesto podendo ser um indicador de algum tipo de transtorno de ansiedade potencial (KING et al., 2010). Diante desses fatos, fica evidente a importância de se conhecer os sintomas relacionados a essa fobia, que de maneira sorrateira tem alcançado a muitos. Segundo King et al. (2013) através de dispositivos modernos, certos hábitos foram adquiridos pelos usuários, sendo eles “bons e maus” sentimentos, sintomas e emoções. Os aspectos bons desses hábitos são o conforto, disponibilidade e a conveniência, já os ruins são o medo, ansiedade e a dependência patológica, devido ao fato de não serem capazes de usar moderadamente dispositivos modernos.

Os sintomas da Nomofobia se dividem em quatro dimensões segundo Yildirim (2014), sendo eles, “não ser capaz de se comunicar”, “perder a conexão”, “não ser capaz de acessar à informação” e “perda da conveniência”. Cada dimensão expressa sentimentos demonstrados por pessoas com relação aos seus *smartphones*. A primeira dimensão, “não ser capaz de se comunicar” refere-se ao sentimento de perda da comunicação. Através das entrevistas realizadas pelo autor com estudantes universitários, os participantes trataram a comunicação instantânea como uma característica extremamente importante e que a possibilidade de perda disso os afeta diretamente, os deixando ansiosos e preocupados com a forma que realizariam suas atividades diárias, ou manteriam contato com as outras pessoas. Alguns ainda relataram que se sentem desorientados, quando, por exemplo, esquecem o celular em casa.

A segunda dimensão, “perder a conexão”, ou seja, estar desconectado revelou ser uma força motriz para os jovens adultos usarem o *smartphone*. Nas entrevistas, os participantes associaram a conectividade principalmente às questões de notificações, seja de redes sociais ou aplicativos pessoais, na qual interagem constantemente. Ou seja, para eles as notificações são a garantia de que eles estão conectados à sua identidade online e redes. Os participantes admitiram sentirem-se desconfortáveis quando não portavam seus *smartphones*, relatando a sensação de falta de controle sobre as coisas. Logo, na terceira dimensão “não ser capaz de acessar a informação” percebeu-se o desconforto por parte dos entrevistados, quando não há possibilidade de acesso à informação, ou quando a perdem. Os mesmos relataram diversos casos, onde a falta de informação proporcionava um sentimento de incômodo, visto que a facilidade desse acesso a tudo proporciona certo comodismo.

Uma das entrevistadas deu a seguinte resposta: “*Eu gosto de ter informações na ponta dos dedos, quando eu não sei a resposta de algo, eu quero saber de imediato. Então eu vou*

usar meu smartphone para procurar”. Tal afirmação é uma das características mais evidentes nos usuários de *smartphone*. A quarta e última dimensão, “perda da conveniência” trata justamente da comodidade fornecida pelo uso do *smartphone*. As respostas dos participantes demonstram que ter acesso à internet através do *smartphone* é uma das comodidades mais convenientes que os *smartphones* permitem, pois se apropria das demais dimensões: comunicação, conexão e informação.

O alcance dessas ferramentas torna os *smartphones* indispensáveis na vida dos usuários, fazendo com que eles dependam dos mesmos. Falta de conexão com a internet, ou de bateria, foram apontadas como fatores extremamente irritantes, justamente por atingir a conveniência proporcionada pelo *smartphone*. Portanto, ansiedade, desconforto, irritabilidade e desorientação, foram os sintomas mais proeminentes deste estudo, demonstrando que a Nomofobia, de maneira sorrateira, pode estar presente na vida de muitas pessoas, que convivem constantemente com esses sintomas. Para Cheever et al. (2014 p. 295) “A ansiedade é frequentemente exibida por respostas como frequência cardíaca rápida, sudorese, dormência e tontura. Medir a ansiedade com base nestas respostas fisiológicas é comum”, porém, isso difere ao verificar-se alguma dependência, pois os sentimentos subjetivos também influenciam na determinação do estado ansioso.

3. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Pretende-se aqui apresentar os procedimentos metodológicos desta pesquisa, o método de pesquisa escolhido, a ferramenta utilizada na coleta dos dados e os procedimentos de análise e interpretação dos mesmos.

3.1 Tipo de Pesquisa

Para a realização desta pesquisa foram adotadas duas abordagens quantitativa e qualitativa. Para tanto, foi utilizada a pesquisa experimental. De acordo com Sampieri (2006) a pesquisa experimental busca responder às questões de pesquisa bem como testar as hipóteses anteriormente estabelecidas. Segundo Cervo et al (2007) também é caracterizada por manipular de forma direta, as variáveis que estão relacionadas ao objeto de estudo, o que neste caso, proporcionaria uma relação entre causa e efeito de determinado fenômeno. Com isto, pode-se interferir diretamente na realidade da pesquisa, manipulando as variáveis independentes com o objetivo de observar qual a finalidade das dependentes.

Este tipo de pesquisa atende o objetivo geral deste estudo o qual visa analisar a propensão à Nomofobia em alunos do Curso de Administração da UNIPAMPA Santana do Livramento.

3.2 Método de Estudo

A fim de atingir o objetivo deste trabalho definiu-se como método de pesquisa o pré-experimento. Os experimentos, segundo Hernandez et al (2014), dividem-se em: estudos experimentais, quase experimentais ou pré experimentais. Será adotado nesta pesquisa o tipo pré-experimental que

caracteriza-se por não possuir grupo de controle. Em outras palavras, nos estudos pré-experimentais apenas um grupo é estudado, sem que sejam feitas comparações com um grupo equivalente que não tenha recebido manipulação (grupo de controle) (HERNANDEZ et al 2014, p. 104).

Conforme Fonseca (2002) para a pesquisa experimental é necessário selecionar grupos com os mesmos assuntos e submetê-los a diferentes tratamentos, observando as variáveis e conferindo se as diferenças analisadas nas respostas são estatisticamente significantes. O autor ainda diz que os efeitos encontrados nesse tipo de pesquisa são relacionados com as mudanças nos estímulos, pois o objetivo da pesquisa experimental é assimilar as reações de causa e efeito ao excluir as explicações conflitantes das descobertas realizadas. Nesse sentido, esta pesquisa buscará selecionar grupos de pessoas dispostas a participar do experimento, com a finalidade de verificar possíveis comportamentos durante a incidência da variável de teste.

3.3 Técnica de Coleta de Dados

Para a coleta de dados, foram utilizadas duas técnicas, sendo a observação e aplicação de questionários. Na técnica de observação buscou-se investigar o comportamento dos alunos durante o experimento. Segundo Cervo et al (2007, p.31) “Observar é aplicar atentamente os sentidos físicos a um objeto para dele obter um conhecimento claro e preciso. Sem a observação, o estudo da realidade e de suas leis seria reduzido à simples conjectura e adivinhação”. Após a definição do método, fez-se a escolha da técnica de coleta de dados definindo-se o instrumento para obtenção dos dados da pesquisa.

Quanto ao questionário, elaborado por Yildirim (2014), intitulado *Nomophobia Questionnaire (NMP-Q)*, que avalia o nível de Nomofobia de usuários de *Smartphone*. O questionário NMP-Q (ANEXO A), traduzido e adaptado pela pesquisadora, contém três seções, sendo a primeira com 20 questões com enfoque nos sintomas diante da ausência do *smartphone*, a segunda com 17 questões relacionadas ao uso do *smartphone* e a terceira seção contendo 5 de perfil do aluno. Conforme Hair Jr. et al (2005) um questionário são perguntas pré-determinadas que visam coletar dados dos respondentes. Sendo um instrumento científico com a finalidade de medir características importantes de diferentes fenômenos. Assim, o objetivo foi verificar como o aluno se sentiu durante a aula sem o uso do celular.

Paralelo a isso, na observação a pesquisadora acompanhou as aulas em que os alunos estavam sem o aparelho celular/*smartphone* e tomou nota em um diário de campo, das reações comportamentais dos alunos durante esse período. De acordo com Falkembach, (1987), o diário de campo expressa-se através de um completo e preciso registro das observações de fatos concretos, experiências, comentários e reflexões. As observações devem ser registradas o quanto antes, para garantir a veracidade do que se observa. O diário de campo tem o propósito de facilitar o pesquisador em suas análises, auxiliando na descrição atenta dos acontecimentos diários, por conta disto, é considerado um dos principais instrumentos científicos de observação.

No ato da aplicação da pesquisa, os sujeitos experimentais eram 87 alunos, distribuídos em quatro diferentes turmas do curso de Administração da UNIPAMPA de Santana do Livramento. Sendo que esta amostra foi dividida em duas turmas pela manhã e duas turmas à noite. Em cada turno, se optou por uma aula teórica e outra prática.

Portanto, nesta pesquisa os passos do experimento se deram da seguinte forma:

- a) Inicialmente se contactou com os professores das disciplinas para verificar a possibilidade de participação na pesquisa, utilizando uma de suas aulas.
- b) Com a autorização do professor, a pesquisadora entrou em sala de aula e explicou sobre a pesquisa que seria realizada sobre o uso do *smartphone*, evitando falar em Nomofobia para que os alunos não tivessem um pré-julgamento do posterior questionário;

- c) Solicitou-se aos alunos para que deixassem seus *smartphones* em uma mesa localizada em um determinado local da sala onde se encontrava um suporte para guardá-los;
- d) O professor iniciou sua aula normalmente, com duração de aproximadamente 1 hora e 30 minutos;
- e) A pesquisadora durante toda a aula fez uso de um diário de campo onde observou as reações comportamentais dos alunos;
- f) Ao findar a aula a pesquisadora informou aos alunos que poderiam retirar seus *smartphones* do local.
- g) Por último, para concluir o experimento, a pesquisadora entregou aos alunos o questionário para que respondessem.

3.4 Análises de Dados

Após a coleta de dados, as informações adquiridas foram tabuladas no *software* Excel e o *software* de análise SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*). Para a etapa quantitativa foram abordadas análises de testes não paramétricos, também conhecidos como testes de distribuição livre, onde não há exigências com relação ao conhecimento da distribuição da variável na população, ou seja, propõe testes adaptados para amostras consideradas pequenas. De acordo com Neto e Stein (2003, p. 1) “A estatística não paramétrica representa um conjunto de ferramentas de uso mais apropriado em pesquisas onde não se conhece bem a distribuição da população e seus parâmetros”. Foi utilizado o teste de Mann-Whitney, que é aplicado quando dois grupos estão sendo comparados, de maneira independente e onde a variável seja de mensuração ordinal.

Na etapa qualitativa a pesquisadora fez uso da análise interpretativa dos dados, que para Hair et al. (2005) possibilita obter dados por meio da observação ou mensagem de texto escrito. A pesquisadora quando presente em sala de aula fez uso de um diário de campo, na qual descreveu detalhadamente as atividades correntes da aula, bem como reações e comportamentos dos alunos, sendo que isso ficou registrado em 3 páginas de seu diário.

Afim de uma melhor compreensão das etapas do processo metodológico desse estudo apresenta-se a figura 1.

Figura 1. Desenho de Pesquisa

Abordagem da Pesquisa	Tipo de Pesquisa	Método de Pesquisa	Universo da Pesquisa	Técnica de Coleta de Dados	Análise dos Dados
Quantitativo	Experimental	Pré-experimental	4 turmas de Administração	Questionário NMP-Q (Yldirim, 2014)	Teste Mann-Whitney
Qualitativo				Observação	Análise Interpretativa

Fonte: Elaborada pela Autora deste trabalho (2017).

Como se pode observar, a pesquisa teve abordagem mista através da utilização do método pré-experimental seguido da aplicação de um questionário em quatro turmas do curso de Administração da UNIPAMPA. Tendo por base o diário de campo feito durante o experimento e as respostas ao questionário repassado, realizou-se a análise dos dados através do software SPSS e da análise interpretativa. Os resultados encontrados são discutidos na próxima seção.

4. ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

A execução do experimento em quatro turmas de graduação resultou na aplicação de 88 questionários, onde apenas 1 aluno não possuía *smartphone*, ficando este de fora da pesquisa. A partir da análise dos resultados, identificou-se o número de 87 participantes, acadêmicos do Curso de Administração da UNIPAMPA Campus Santana do Livramento. Dentre esses, 25 alunos não responderam a totalidade de blocos do questionário, visto que a primeira parte do BLOCO 1: (NMP-Q), era relacionada ao ato de deixar o *smartphone* em algum dos suportes expostos na sala, ficando assim, sem o aparelho durante a aula. Estes alunos representam 28,7% do total de respondentes.

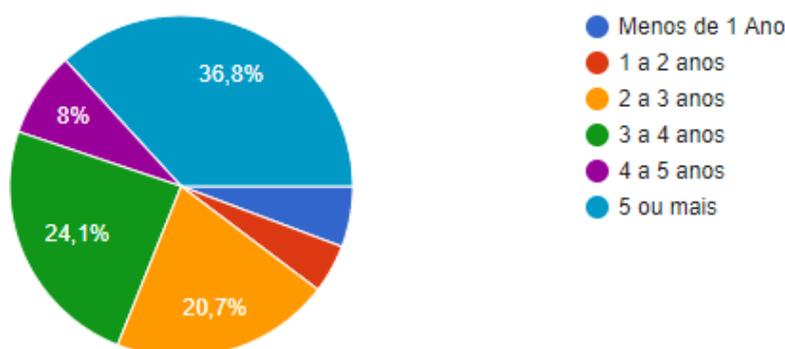
Com base nos dados coletados no BLOCO 3: DEMOGRÁFICO, o perfil da amostra revela que a maioria dos alunos tem faixa etária entre 19 e 25 anos (56,2%), sendo apenas um aluno com 70 anos, idade máxima encontrada na análise das respostas. Destes, 52,9% são do sexo masculino (46 respondentes), e 47,1% respondentes do sexo feminino (41 respondentes). Quanto ao semestre, a maioria faz parte do 3º e 7º semestre (31%) e (23%) respectivamente, sendo o restante dividido entre o 2º e o 6º semestre com 20,7%, o 5º e o 8º com apenas 2,3%. Como mencionado na técnica de coleta de dados, a amostra se deu por meio dos dois turnos oriundos do curso de Administração, manhã e noite. Os resultados revelaram que 59,8% fazem parte do turno da noite e 40,2% do turno da manhã.

A última pergunta do bloco é referente à disciplina, visto que foram escolhidas aleatoriamente 4 disciplinas, sendo duas com apenas conteúdos teóricos e duas com conteúdo prático, ou seja, com maior representatividade de cálculos. Desse modo, obtiveram-se os seguintes resultados: a maioria dos respondentes participava do componente curricular de Estatística, com 32 alunos, 21 de Gestão Ambiental, 16 de Gestão de Marketing III e 18 de Matemática Financeira.

4.1 Hábitos de uso

No que diz respeito ao tempo de utilização do *smartphone*, verificou-se os seguintes resultados:

Gráfico 1: Tempo de utilização



Fonte: Elaborado pela autora com base nos dados da pesquisa (2017).

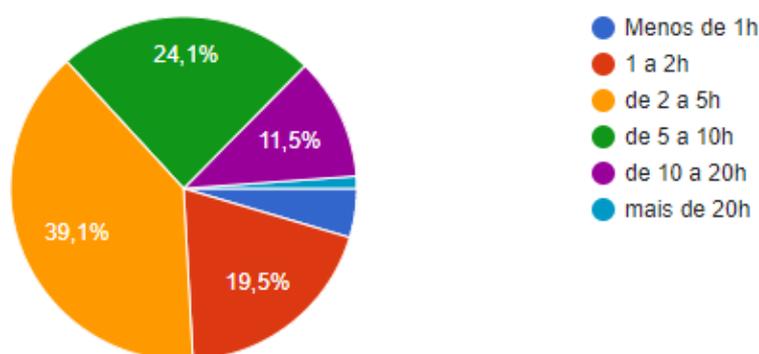
Esses 36,8% representam o número de 32 alunos, na qual utilizam o aparelho há 5 anos ou mais. Os 24,1% representam 21 alunos, 20,7% são 18 alunos que utilizam há cerca de 2 a 3 anos, 8% equivale a 7 alunos posteriormente aparecem 5 acadêmicos que utilizam a menos de 1 ano e 4 respondentes que representam a menor parcela, de 1 a 2 anos. Estes resultados revelam

o quanto a presença do aparelho na vida das pessoas tem se tornado mais frequente, visto que a maioria utiliza há muitos anos.

Quanto ao acesso à internet por meio de um plano de dados móveis, 66,7% dos acadêmicos é usuário de algum plano que disponibiliza a internet enquanto que 33,3% não utilizam esse tipo de acesso. Isso demonstra o quanto o acesso à internet é indispensável atualmente, dando ao usuário a possibilidade de em tempo real ter acesso ao que quiser, sem necessariamente estar conectado a uma rede *Wireless Fidelity* (WI-FI), bem como Lunardi et al (2013) se refere.

Com relação ao tempo gasto por dia usando o *smartphone*, encontram-se os seguintes resultados:

Gráfico 2: Tempo gasto por dia



Fonte: Elaborado pela autora com base nos dados da pesquisa (2017).

Também foi questionado aos acadêmicos sobre a quantidade de vezes por dia que eles verificam o *smartphone*, sendo que 34 alunos afirmaram não saber o exato número de vezes, já 30 utilizam de 11 a 50 vezes por dia 19 utilizam de 2 a 10 vezes e apenas 4 alunos dizem, verificar o *smartphone* de 51 a 100 vezes.

Quanto aos intervalos de tempo em que os acadêmicos verificam o *smartphone* e 19,5% responderam que verificam a cada 10 minutos e a outra parcela com 18,4% respondeu verificar a cada 30 minutos. Já 16,1% afirmaram ser a cada 5 minutos, 12,6% a cada 20 minutos, 6,9% ser a cada 2 minutos, também 6,9% afirmaram ser a cada 2h a verificação, 5,7% verificam a cada 1h e apenas 1,1% de 3 em 3h. A opção de especificar outra resposta foi dada aos respondentes, o que gerou as demais fatias da amostra. Respostas como: “*Depende do momento. A frequência diminui quando aumenta a formalidade do ambiente*”; “*Não há uma regularidade*”; “*Quando chega uma notificação*”; “*Sempre que seja necessário e viável o uso do celular*”. Somando essas respostas, obtêm-se o resultado de 12,1%.

Foi solicitado aos respondentes que indicassem o número médio de vezes que utilizam o seu *smartphone* de acordo com atividades recorrentes de uso. As atividades que obtiveram número maior de respondentes:

Tabela 1: Atividades quanto ao uso do Smartphone

Atividades	Opções de Resposta	Nº de alunos
Chamadas telefônicas recebidas	1 a 5 vezes/dia	61 alunos
Chamadas gratuitas recebidas através do Whatsapp/Messenger	1 a 5 vezes/dia	49 alunos
Mensagem de texto (SMS) enviadas	0/dia	60 alunos
Mensagens via Whatsapp/Messenger	Mais de 100 vezes/dia	42 alunos
E-mails recebidos	1 a 5 vezes dia	53 alunos

Fonte: Elaborado pela autora com base nos dados da pesquisa (2017).

Dentre as opções de respostas fornecidas, percebeu-se que a que obteve, portanto, maior opção de resposta foi de 1 a 5 vezes por dia, isso para quase todas as atividades. A seguir, foi questionado com relação ao número de aplicativos no *smartphone*, 16 aplicativos foi o resultado mais frequente, obtendo a média de 18,4%.

Outra questão abordada foi a respeito do propósito pela qual o *smartphone* é utilizado, sendo disponibilizadas doze opções com chance de marcar mais de uma alternativa. As três opções mais marcadas foram: falar com a família e amigos com 77 respostas, verificar e-mails com 71 e verificar mídias sociais com 69. Já se referindo ao contexto onde existe a necessidade de uso do *smartphone*, dentre as opções, a com maior índice de respostas foi a opção “Quando estou entediado” com resultado de 74 respondentes (85,1%).

Para finalizar a etapa dos hábitos de uso, os respondentes tiveram de assinalar 8 questões de acordo com o nível de concordância de 1 a 7, indicando sua discordância, indiferença e concordância para com as afirmativas. Diante dos resultados, duas afirmativas se mostraram serem as mais relevantes para os respondentes. A questão “*Eu perco a noção do tempo enquanto estou usando meu smartphone*” obteve o resultado de 33 respondentes para o nível de concordância 5. Da mesma forma, a questão “*Sinto-me conectado(a) às outras pessoas quando uso meu smartphone*” com 32 respondentes para o nível 5.

4.2 Propensão à Nomofobia

Para identificar a propensão à Nomofobia, foi proposto aos acadêmicos que respondessem o primeiro bloco do questionário, de acordo com o nível de concordância, de 1 a 7. Da questão número 1 até a 9, todos responderam, independente de terem deixado ou não seus *smartphones* na caixa, como parte do experimento. Dessa forma, é possível verificar a tendência dos respondentes ao ficarem sem o *smartphone* ou algum de seus serviços.

Quando expostos à afirmativa “Eu me sentiria desconfortável sem ter acesso constante à informação através do meu *smartphone*”, 30 respondentes (34,48%) concordam com a afirmativa. Parte dessa amostra, portanto, se mostra propensa a se sentir assim quando impossibilitada de acesso à informação. Este achado corrobora os estudos de Yldirim (2014), quando menciona a terceira dimensão dos sintomas de Nomofobia, o “não ser capaz de acessar a informação”. Justifica-se tal afirmação pelo fato do *smartphone* facilitar o alcance a um mundo de informações, seja por meio das redes sociais, sites de notícias, jornal online e etc.

Semelhantemente, a questão seguinte se refere ao sentimento de irritação ao não poder ter acesso à informação no *smartphone*, 27 (31,03%) concordam com tal afirmativa, o que de fato

demonstra que o acesso à informação por meio do *smartphone* é considerado importante pelos respondentes. Taurion (2002) explica que essa importância se dá pelo fato da mobilidade que o *smartphone* proporciona ao dispor do acesso a informação por intermédio da internet, de modo fácil e possível de ser feito em qualquer lugar. Yldirim (2014) também afirma dizendo que o desconforto e sentimento de incômodo são devido à falta de acesso a informação.

No que diz respeito à incapacidade de obter notícias ao ficar sem o *smartphone*, 22 (25,28%) não concordam com tal afirmativa, já 24 (27,58%) se mostraram indiferentes. Com este resultado é possível perceber certa contradição, visto que a obtenção de notícias como, por exemplo, acontecimentos, clima e etc., são simplesmente informações disponíveis aos usuários de *smartphone* com acesso à internet.

Quando questionados sobre não poder usar o *smartphone* e/ou suas capacidades quando quisessem, 33,33% concordam que isso causaria irritação, apenas 5,74% concordam plenamente com a afirmativa, o que revela que esses são muito mais propensos a desencadear o sentimento de irritabilidade, quando incapazes de usar o *smartphone*.

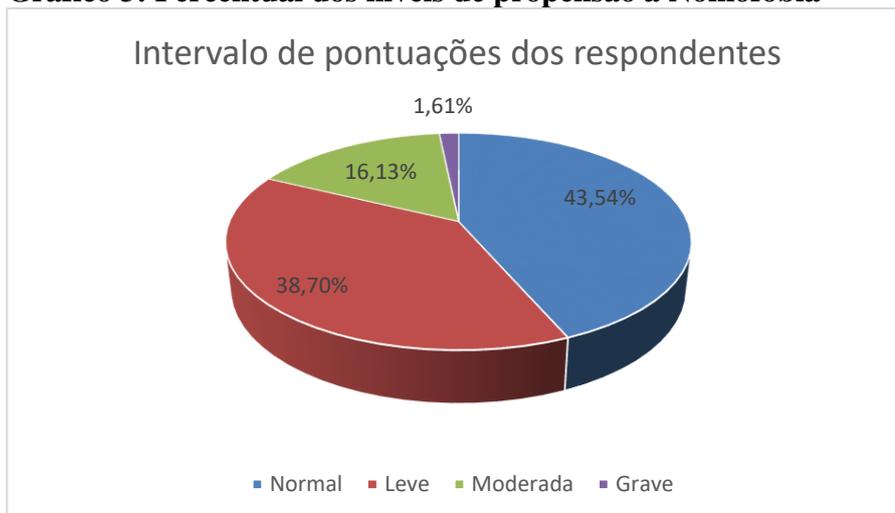
Na afirmativa “Ficar sem bateria me assusta”, 25 (28,73%) concordam e 18 (20,68%) discordam totalmente. São percentuais próximos, revelando certa discordância quanto a necessidade de se ter o aparelho com bateria ou não. Em relação a entrar em pânico ao ficar sem créditos e sem dados para a internet, 35 (40,22%) discordam totalmente da afirmativa, demonstrando não serem propensos a se sentirem assim quando impossibilitados de se comunicarem e/ou acessar a internet. Diferente dos achados de Yldirim (2014) quanto ao “não ser capaz de se comunicar”, primeira dimensão dos sintomas, em que ele relata a importância da comunicação vista pelos estudantes, como sendo um fator direto no desencadeamento de sintomas como ansiedade, preocupação e até mesmo desorientação.

A afirmativa seguinte se refere à falta de sinal de dados, Wi-Fi indisponível e a tentativa constante para conseguir algum sinal obteve o resultado de 20 (22,98%) que se mostram indiferentes diferentemente 10 (11,49%) que concordam totalmente com a afirmativa, revelando serem mais propensos.

Abordando a influência do *smartphone*, a afirmativa “Se eu não pudesse usar meu *smartphone*, eu teria medo de ficar isolado(a) em algum lugar” obteve o resultado de 25 acadêmicos (28,73%) que discordam totalmente da afirmativa. Semelhantemente, 24 (27,58%) concordam, havendo, portanto, a possibilidade de sentirem medo caso passem por alguma situação onde o *smartphone* seria útil. Apenas 2 respondentes (2,29%) se mostram mais propensos a passarem por tal situação, visto que concordam plenamente com a afirmativa. Já, de acordo com o desejo de verificar o aparelho quando distante do mesmo, 28,73% concorda, diferentemente dos 6,89% que discordam totalmente.

Como parte do Bloco 1: (NMP:Q), visando ainda identificar a propensão dos alunos à Nomofobia, foram estabelecidas afirmativas específicas para aqueles que se submeteram a participar do experimento de ficar sem o *smartphone*. Do número total de 87 participantes, 62 foram os que responderam esta seção do bloco 1. A segunda parte do bloco se refere à visão deles sobre o experimento a eles proposto, portanto, somente quem deixou seu *smartphone* em alguma das caixinhas expostas na sala de aula, pode responder a estas afirmativas. Para isso, foi elaborado pela autora uma escala de pontuação, visto que em sua versão original, o NMP-Q não possui intervalo de pontuação. Assim, a partir do somatório de pontuação resultante do questionário NMP-Q, o usuário pode enquadrar-se em 4 grupos: Normal, de 11 a 28 pontos; Leve, de 29 a 45 pontos; Moderada, de 46 a 61 pontos e Grave, de 62 a 77 pontos. O critério para tal divisão foi com base no IAT (YOUNG, 2011), na qual possui também quatro intervalos nominados dessa forma, porém com pontuações diferentes, visto que o número de questões não é compatível com o NMP-Q.

Gráfico 3: Percentual dos níveis de propensão à Nomofobia



Fonte: Elaborado pela autora com base nos dados da pesquisa (2017).

Assim, dos 62 respondentes, 27 deles representam a parcela de 43,54%, alcançando pontuação entre 11 a 28 pontos, que na escala em questão, representa, portanto, grau Normal de propensão. Como pode-se perceber, entre os níveis normal e leve, existe pouca diferença, sendo que 24 respondentes são identificados com nível Leve. As demais parcelas dividem-se em moderada, na qual apresentou 10 alunos que representam o grupo, com pontuação de 46 a 61 pontos e grave, onde somente 1 aluno enquadra-se neste nível de propensão à Nomofobia, alcançando pontuação entre 62 a 77 pontos, sendo explicado pelos seus hábitos de uso bem como sua percepção quando sem o smartphone. Buscando analisar a presença deste nível entre as turmas estudadas, verificou-se que este sujeito experimental é representado por uma mulher, com idade de 19 anos, na qual participou da pesquisa como aluna de um dos componentes curriculares teóricos. King et al. (2010) afirmam em suas pesquisas, que pessoas com idade compreendida entre 18 e 24 são consideradas mais propensas a desenvolverem esta doença. A aluna afirmou ainda em uma das questões, utilizar o smartphone de 10 a 20 horas por dia, verificando-o a cada 2 minutos. Já com relação a sua experiência quando distante do mesmo, revelou ter sentido sentimentos de ansiedade e nervosismo quando impossibilitada de comunicar e verificar/atualizar suas mídias sociais.

A preponderância de propensão à Nomofobia Normal e Leve, pode ser observada nas frequências que os sujeitos experimentais sinalizaram no Bloco de afirmativas referentes ao pós-experimento. Quando expostos a questão “Eu me senti ansioso(a) por não poder me comunicar instantaneamente com a minha família e/ou amigos” constatou-se que 18 (29,03%) discordam totalmente da afirmativa, 12 (19,35%) concordam, mas não totalmente e apenas 3,22% se mostram mais propensos, concordando plenamente com a afirmativa. No que tange a preocupação de não ser encontrado mediante a ausência do *smartphone*, 23 (37,09%) discordam, não se sentindo então, preocupados, 15 (24,19%) se mostram indiferentes e apenas 1 (1,61%) tem tendência a desenvolver certa preocupação quando exposto(a) a tal situação. Quanto ao fato de não poder receber mensagens e chamadas telefônicas, o resultado mostrou que 24 (38,70%) discordam totalmente da afirmativa, já o restante da amostra, 3 (4,83%), diferentemente, se considerou mais propensa ao identificar o nível 6 de concordância como o mais adequado ao momento. Sobre não poder manter o contato com familiares e amigos, e assim, acabar ficando nervoso(a), 19 (30,64%) discordam totalmente. Apenas 1 pessoa declarou estar mais propensa, ao marcar o nível 7.

Quanto a afirmativa “*Eu fiquei nervoso(a) por não poder saber se alguém tentou conectar-se comigo*” os respondentes se mostraram mais propensos, visto que o número de discordantes foi menor que das afirmativas anteriores. O nível de indiferença foi de 13 (20,96%). Ainda sobre a influência da comunicação com família e amigos, a frequência de discordantes voltou a crescer obtendo o resultado de 22 (35,48%) discordando totalmente da questão. Nenhuma pessoa considerou o nível de concordância total.

Em relação às redes sociais, os respondentes foram expostos a seguinte afirmativa: “*Eu fiquei nervoso(a) por estar desconectado(a) dos meus perfis online*”. Discordando plenamente encontra-se 22 (35,48%) e indiferentes, encontra-se 16 (25,80%). Apenas 1 pessoa considerou estar realmente nervoso(a) com a situação. No que tange a necessidade de atualizar-se nas redes sociais, os respondentes se mostraram bem divididos, sendo 19 (30,64%) discordando totalmente e 18 (29,03%) se mostrando indiferentes à situação. Após a indiferença, a frequência foi apenas diminuindo, na qual o nível 7, o mais propenso, obteve apenas 1 respondente (1,61%). Quanto a verificar as notificações e atualizações das redes sociais, foi questionado se eles se sentiam estranhos por não poderem fazer isso. O resultado obtido foi de 20 respondentes (32,25%) que discordaram totalmente, o nível de indiferença 4 com o de concordância 5 obtiveram resultado semelhantes, com 19,35% e 4 respondentes (6,45%) consideraram o nível 7, ou seja, foram os mais afetados pela circunstância. Esses resultados contrariam novamente os achados de Yldirim (2014) que menciona a relevância dada pelos estudantes, alvos de sua pesquisa, com relação à conectividade, pois consideram esse fator diretamente ligado às questões de notificações de perfis online. Isto tem a ver com a segunda dimensão da Nomofobia, “perder a conexão”.

Sobre a ansiedade por não poder verificar os e-mails, resultou no número de 25 acadêmicos (40,32%) que discordaram totalmente da afirmativa, 14 (22,58%) estavam indiferentes, apenas 1 respondente (1,61%) concordou estar ansioso. Para finalizar o Bloco 1, o acadêmicos tinham que responder a seguinte afirmativa: “*Eu me senti estranho(a) porque não sabia o que fazer*”. Obtém-se o resultado de 27 respondentes (43,54%) que discordaram totalmente, 16,12% foi indiferente, mesma frequência para os que concordaram (valor aqui). Somente 1 respondente concordou totalmente com a afirmativa.

4.3 Comparações da percepção à Nomofobia e as reações comportamentais dos alunos que ficaram sem o *smartphone*

A Figura 2 evidencia os resultados obtidos com base no objetivo de comparar a percepção dos alunos matriculados em componentes teóricos e práticos do curso de Administração da UNIPAMPA, em Santana do Livramento, com relação à Nomofobia:

Figura 2 – Resultado das Médias e teste Não-Paramétrico Mann-Whitney

	Afirmativa	Componente Curricular	Média	Sig
10	Eu me senti ansioso(a) por não poder me comunicar instantaneamente com a minha família e/ou amigos.	T	3,23	0,905
		P	3,38	
11	Eu fiquei preocupado(a) porque minha família e/ou amigos não puderam me encontrar.	T	2,71	0,312
		P	2,81	
12	Eu me senti nervoso(a) por não ser capaz de receber mensagens e chamadas telefônicas.	T	2,67	0,330
		P	2,75	
13	Eu fiquei ansioso(a) por não poder manter contato com minha família e/ou amigos.	T	2,94	0,486
		P	3,08	
14		T	3,25	0,284

	Eu fiquei nervoso(a) por não poder saber se alguém tentou conecta-se comigo.	P	3,45	
15	Eu fiquei ansioso(a) porque minha conexão constante com a família e amigos foi quebrada.	T	2,62	0,847
		P	2,70	
16	Eu fiquei nervoso(a) por estar desconectado(a) dos meus perfis online.	T	2,65	0,457
		P	2,70	
17	Eu fiquei desconfortável porque não pude ficar atualizado(a) nas redes sociais.	T	2,91	0,186
		P	2,89	
18	Eu me senti estranho(a) por não poder verificar as notificações e atualizações das minhas redes sociais.	T	3,19	0,845
		P	3,24	
19	Eu senti ansiedade por não poder verificar meus e-mails.	T	2,58	0,581
		P	2,55	
20	Eu me senti estranho(a) porque não sabia o que fazer.	T	2,62	0,635
		P	2,60	

Fonte: Elaborado pela autora com base nos dados da pesquisa (2017).

De acordo com o teste Mann-Whitney realizado, não foram identificadas diferenças estatísticas significativas na comparação das médias de propensão à Nomofobia em alunos que ficaram por um período sem o *smartphone* em disciplinas práticas e teóricas, visto que os valores de Sig das afirmativas resultaram maiores do que 0,05, conforme regra dada por Hair et al (2005).

Entretanto, quanto a observação feita pela pesquisadora em seu diário de campo, as reações comportamentais analisadas se mostram diferentes dos resultados encontrados no teste estatístico não paramétrico, pois surgiram sinais visíveis de algumas características ressaltadas por autores mencionados nesse estudo acerca da dependência de *smartphone* e Nomofobia. Gestos e/ou comentários feitos pelos alunos durante o experimento, levou a pesquisadora a comparar as diferenças encontradas em cada turma, principalmente daqueles que se dispuseram a ficar sem o *smartphone* durante as aulas.

Inicialmente, nas aulas de cunho teórico, observou-se uma tendência maior de inquietação e dispersão entre os alunos quando distantes do *smartphone*. Esse comportamento se mostra contraditório, já que geralmente a presença do celular em sala de aula desvia a atenção do aluno em relação ao conteúdo ministrado. Porém, neste caso, alguns alunos se distraíam com outras coisas como mexer no caderno, desenhar, conversar com o colega ao lado, mexer no próprio cabelo, brincar com uma caneta entre os dedos, aparentando a necessidade de ter algo em mãos para suprir a falta do *smartphone*.

Ou seja, mesmo sem o *smartphone* em mãos, a maioria dos alunos não participava da aula de uma forma mais interativa e dinâmica. Foi como se houvessem perdido o interesse de fato na aula. Alguns até mesmo demonstravam sinais de cansaço e pensamento distante daquele momento. Outro fator pertinente é a preocupação com o tempo, isto é, aqueles que não possuíam relógio de pulso, ficavam apreensivos por não poderem saber a hora. Isso se revelou ser ainda mais notável na turma do turno da manhã, visto que o conteúdo era estritamente teórico.

Nas aulas de caráter prático, com conteúdos matemáticos e estatísticos, que naturalmente requerem mais atenção do aluno, pela necessidade de se desenvolver a matéria e os exercícios dados em sala de aula, percebeu-se que a falta do *smartphone* foi menos “impactante” com relação aos componentes teóricos, justamente por não haver tempo de uso por parte dos alunos. Após a entrega dos exercícios os alunos se envolveram de fato para realizá-los. A observação mais relevante nesses casos foi à falta do *smartphone* em substituição da calculadora. Muitos alunos não levaram a calculadora para a aula, pois habitualmente utilizam

essa função em seu aparelho, o que ocasionou certo desconforto da parte deles, pois acabaram se reunindo em grupos, levando mais tempo para desenvolverem a atividade.

O desconforto expresso pelos alunos, não se deu somente pela falta da calculadora, mas também pelo fato em si, de estarem distantes de seus *smartphones*. Em alguns momentos, a pesquisadora observou que os alunos constantemente se voltavam em direção as caixas em que estavam os *smartphones*, numa atitude como se estivessem procurando visualizar o seu aparelho. King et al. (2014), confirmam ao dizerem que o sentimento de desconforto é um dos sintomas apresentados por pacientes em tratamento contra a dependência tecnológica, quando os mesmos eram impossibilitados de se conectarem ou de se comunicarem por meio do celular.

Em uma das turmas, uma aluna fez um breve comentário, demonstrando sua insatisfação por não poder utilizar a calculadora, dizendo: “*Não trouxe calculadora. Sempre uso o celular. Vou ter que sair para conseguir uma*”, nesse momento a aluna saiu da aula, retornando após com uma calculadora em mãos. Outro aluno brincou, dizendo: “*Já estou em abstinência*”, pegando sua calculadora e a manuseando como se fosse seu *smartphone*.

O que mais chamou a atenção da pesquisadora, e que é o fator comum em todas as turmas, foi a necessidade de os alunos terem algo em suas mãos. As mãos inquietas foi um dos principais comportamentos relacionados à falta do *smartphone*, visto que uso do mesmo é considerado constante. Isso pode ser relacionado à questão das causas de lesões físicas em indivíduos que utilizam excessivamente dispositivos móveis. O manuseio constante no *smartphone*, além de provocar a necessidade de se ter algo nas mãos, pode proporcionar danos físicos, que acabam por se manifestar em longo prazo, isso é mencionado por Ribeiro e Da Silva (2015) como um dos sintomas da Nomofobia. Mesmo que por um breve momento os braços cruzados demonstrassem despreocupação por parte deles, logo, acabavam se mostrando afetados pelo experimento, deixando transparecer a falta que o aparelho fazia, seja para ver a hora, para atualizar as redes sociais, se comunicar com os amigos e familiares, ou até mesmo para utilizar uma simples função, como a calculadora.

Ainda para confirmar essas reações, a pesquisadora teve a oportunidade de observar o uso do *smartphone* antes das aulas começarem. Cada aluno que chegava na sala de aula, prontamente pegava seu *smartphone* e navegava na internet antes do professor dar início a aula. Isso só confirmou as observações realizadas seguir, pois mesmo que por pouco tempo, foi possível ver uma pequena diferença nas reações comportamentais dos alunos.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O grande avanço tecnológico afetou a população mundial, os tornando cada vez mais dependentes de equipamentos como o *smartphone*, que oferece inúmeras funções. O uso exagerado do aparelho interfere diretamente no comportamento das pessoas de maneira negativa, que com o tempo acabam perdendo a capacidade de ver esse comportamento de forma sensata.

O presente estudo teve como objetivo geral, analisar a propensão à Nomofobia em alunos do Curso de Administração da UNIPAMPA Santana do Livramento. Especificamente, buscou-se identificar os hábitos de uso do *smartphone* dos alunos, identificar a propensão à Nomofobia e comparar a percepção dos alunos com suas reações comportamentais diante do fato de estarem distantes de seus *smartphones* em sala de aula, nos diferentes componentes do curso, teóricos e práticos.

Quanto os hábitos de uso, grande parte dos alunos possui internet móvel em seus *smartphones*, na qual utilizam esse recurso com a finalidade maior para o acesso a informação e a comunicação por meio das redes sociais. Acerca da propensão à Nomofobia, demonstrou-se que o nível de percepção dos alunos mediante as questões estabelecidas no questionário, após

o experimento, é o mesmo tanto em alunos de disciplinas teóricas quanto em disciplinas práticas.

A falta de acesso à informação e à comunicação foram relativamente consideradas os pontos mais importantes para os respondentes, se comparado com as demais questões do questionário, sendo assim, pode-se afirmar a existência de propensão à Nomofobia, de acordo com a escala de medição dos níveis, que revelaram índices significantes para cada pontuação, na qual foi possível encontrar a presença até mesmo do nível considerado grave, entre as turmas. Portanto, pode-se concluir que somente através das observações feitas no diário de campo, foi possível perceber a real diferença entre os componentes teóricos e práticos do curso de Administração da UNIPAMPA em Santana do Livramento. Sendo que nas aulas de cunho teórico, os alunos tendem a demonstrar mais a falta que o *smartphone* faz, diferentemente das aulas práticas, onde alunos são mais envolvidos com as ministrações e atividades apresentadas pelos professores.

De forma geral, mediante as observações dos questionários e o diário de campo, é possível ressaltar a existência da dependência do *smartphone* e certas características da doença Nomofobia, visto que os níveis de propensão revelam isso, porém, mesmo que muitas pessoas utilizem abusivamente o *smartphone*, isso não configura uma doença, uma vez que, conforme asseguram King et al. (2013), o nomofóbico apresenta características específicas e um histórico de problemas psicopatológicos.

Sendo assim, por meio da aplicação dos conhecimentos adquiridos ao longo da graduação, pode-se afirmar a contribuição desta pesquisa para a comunidade acadêmica, visto que a mesma traz consigo, além de uma temática considerada atual, também a possibilidade de criação de uma escala de medição da propensão à Nomofobia, uma vez que os autores mencionados neste estudo não utilizaram esse tipo de técnica para mensurar níveis de propensão. Portanto, a pesquisa cumpriu com os objetivos propostos a fim de proporcionar conhecimentos e informações importantes para a academia e para as organizações, pois se trata de um de grande impacto na vida das pessoas.

Ao longo da aplicação da pesquisa, encontraram-se algumas limitações no que diz respeito à construção do referencial teórico, pois ainda existe pouca literatura específica sobre Nomofobia, devido à atualidade do tema. Quanto à aplicação do experimento e questionário, considerou-se pouco tempo para a realização de ambos. Ainda, quanto à amostragem, o baixo número de alunos matriculados nos componentes curriculares estudados, foi uma limitação para a execução de testes estatísticos paramétricos.

Assim, recomendam-se algumas sugestões para melhorias, como por exemplo, ampliar o estudo através de experimentos em mais turmas e/ou cursos, deixando os alunos mais tempo em observação sem utilizarem o *smartphone* e incluir os professores na pesquisa, realizando entrevistas com eles após as aulas.

REFERÊNCIAS

- AAKER, David.; KUMAR, V. & DAY, G. Marketing research. John Wiley & Sons, Inc. 1995.
- BATISTA, José Roniere Moraes et al. **Adição à Internet: uma análise de seu significado e de suas relações com a qualidade de vida**. 2011.
- BRAGAZZI, Nicola Luigi; DEL PUENTE, Giovanni. **A proposal for including nomophobia in the new DSM-V**. Psychology research and behavior management, v. 7, p. 155, 2014.
- BEN-YEHUDA, L.; GREENBERG, L.; WEINSTEIN, A. **Internet Addiction by Using the Smartphone-Relationships between Internet Addiction, Frequency of Smartphone Use and the State of Mind of Male and Female Students**. J RewardDeficSyndrAddictSci, v. 2, n. 1, p. 22-27, 2016.

CHEEVER, Nancy A. et al. **Out of sight is not out of mind: The impact of restricting wireless mobile device use on anxiety levels among low, moderate and high users.** *Computers in Human Behavior*, v. 37, p. 290-297, 2014.

DAL CIN, Isabel Cristina T. Pedrosa; MELO, Marlene Catarina de Oliveira Lopes. Dependência de Internet: Um Estudo com Profissionais e Estudantes da área de TI em Belo Horizonte. **XXXVII Encontro da ANPAD.** Rio de Janeiro, 2013

FALKEMBACH, Elza M. F. **Diário de Campo: um instrumento de reflexão. Contexto e Educação.** Universidade de Ijuí. ano 2. nº 7, julho /set 1987.p. 19-24.

FLICK, U. **Qualidade na Pesquisa Qualitativa.** São Paulo: Artmed Editora S.A., 2009.

FONSECA, J. J. S. **Metodologia da pesquisa científica.** Fortaleza: UEC, 2002. Apostila.

G1: **Confirma os sintomas da nomofobia, a dependência do celular.** 2015. Disponível em: <<http://g1.globo.com/globo-news/noticia/2015/10/confirma-os-sintomas-da-nomofobia-dependencia-do-celular.html>> Acessado em: 18/09/2016.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa.** 4. ed. São Paulo: Atlas, 2007.

_____. **Como Elaborar Projetos de Pesquisa.** 5. ed. São Paulo: Atlas, 2010.

GONÇALVES, A.; JOIA, L. **Uma investigação acerca dos paradoxos presentes na relação entre executivos e smartphones.** Anais do Encontro Nacional da Associação Nacional de Pós-Graduação e Pesquisa em Administração, 2011.

HAIR JR, Joseph F. et al. **Fundamentos de métodos de pesquisa em administração.** Porto Alegre: Bookman, 2005.

HERNANDEZ, Jose Mauro; BASSO, Kenny; BRANDÃO, Marcelo Moll. Pesquisa experimental em marketing. **REMark**, v. 13, n. 2, p. 96, 2014.

INSTITUTO DELETE: **Uso conciente de Tecnologias.** 2014 Disponível em: <<http://www.institutodelete.com/home>> Acessado em: 07/10/2016

KALASKAR, Prashant B. A study of awareness of development of NoMoPhobia condition in smartphone user management students in Pune city. "**ASM's International E-Journal on Ongoing Research in Management and IT**" **INCON – X**, p. 320- 326, 2015.

KING, Anna Lucia S.; VALENÇA, Alexandre M.; NARDI, AntonioEgídio. Nomophobia: the mobile phone in panic disorder with agoraphobia: reducing phobias or worsening of dependence?. **Cognitiveand Behavioral Neurology**, v. 23, n. 1, p. 52-54, 2010.

KING, A. L. S. et al. Nomophobia: Dependency on virtual environments or social phobia?. *Computers in Human Behavior*, v. 29, n. 1, p. 140-144, 2013.

KING, Anna Lucia Spear et al. "Nomophobia": Impact of cell phone use interfering with symptoms and emotions of individuals with panic disorder compared with a control group. **Clinical practice and epidemiology in mental health: CP & EMH**, v. 10, p. 28, 2014.

KING, A. L. S.; BACZYNSKI, T. P.; MENEZES, G. B. A. Nomofobia e o Transtorno de Fobia Social. In: KING, A. L. S.; NARDI, A. E.; CARDOSO, A. (Ed.). **Nomofobia: dependência do computador, internet, redes sociais? Dependência do celular?** 1. ed. São Paulo: Atheneu, 2014. p. 29-39.

KWON, Min et al. The smartphone addiction scale: development and validation of a short version for adolescents. **PloSone**, v. 8, n. 12, p. e83558, 2013.

LUNARDI, GuilhermeLerch; DOLCI, DécioBittencourt; WENDLAND, Jonatas. **Internet Móvel nas Organizações: Fatores de Adoção e Impactos sobre o Desempenho/Organizations' Use of Mobile Internet: Adoption Factors and Impacts on Performance.** *Revista de Administração Contemporânea*, v. 17, n. 6, p. 679, 2013.

MOURA, Diocsianne. Cibercultura: Notas sobre smartphone, adolescência e memória. **Temática**, v. 9, n. 7, 2014.

- NETO, Arthur Alexandre Hackbarth; STEIN, Carlos Efraim. Uma abordagem dos testes não-paramétricos com utilização do Excel. **Uma abordagem dos testes não-paramétricos com utilização do Excel**, 2003.
- PARK, N., Kim, Y. C., Shon, H. Y., & Shim, H. (2013). Factors influencing smartphone use and dependency in South Korea. **Computers in Human Behavior**, 29(4), 1763-1770.
- PELLANDA, Eduardo Campos. Comunicação móvel: das potencialidades aos usos e aplicações. **Intercom – Sociedade Brasileira de Estudos Interdisciplinares da Comunicação XXXI Congresso Brasileiro de Ciências da Comunicação – Natal, RN – 2 a 6 de setembro de 2008**.
- RAMOS, Paulo; RAMOS, Magda Maria; BUSNELLO, Saul José. **Manual prático de metodologia da pesquisa: artigo, resenha, monografia, dissertação e tese**. Blumenau: Acadêmica, 2003.
- RAMAL, Andrea Cecília. Educação na Ciberultura: **hipertextualidade, leitura, escrita e aprendizagem**. Porto Alegre: Artmed, 2002.
- REVISTA GALILEU: **Se você tem pavor de ficar sem seu celular pode sofrer de “Nomofobia”**. Disponível em: <<http://revistagalileu.globo.com/Revista/Common/0,,EMI305325-17770,00-SE+VOCE+TEM+PAVOR+DE+FICAR+SEM+SEU+CELULAR+PODE+SOFRER+DE+NOMOFOBIA.html>>Acessado em: 18/09/2016.
- RIBEIRO, Quéven; DA SILVA, Rebecca BignardiArambasic Rebelo. **Os impactos dos dispositivos móveis nas pessoas**. REFAS-Revista FATEC Zona Sul, v. 2, n. 1, p. 1-21, 2015.
- SAMPIERI, Roberto Hernández et al. **Metodologia de pesquisa**. 3ª edição – São Paulo: McGraw-Hill, 2006.
- SCIENTIFIC AMERICAN: **Scientists Study Nomophobia—Fear of Being without a Mobile Phone**. Disponível em: <<https://www.scientificamerican.com/article/scientists-study-nomophobia-mdash-fear-of-being-without-a-mobile-phone/>>Acessado em: 07/10/2016.
- TAURION, Cezar. **Internet móvel: tecnologias, aplicações e modelos**. Campus, 2002.
- VERGARA, S. C. **Projetos e relatórios de pesquisa em administração**. 3. ed. São Paulo: Atlas, 2000.
- VIDAL, Priscila Valim Carneiro. **Dependência mobile: a relação da nova geração com os gadgets móveis digitais**. 2014. 73 f., il. Monografia (Bacharelado em Comunicação Social) — Universidade de Brasília, Brasília, 2014.
- YILDIRIM, Caglar, "**Exploring the dimensions of nomophobia: Developing and validating a questionnaire using mixed methods research**" (2014). Graduate Theses and Dissertations. Paper 14005.
- YOUNG, K. S. **What Makes the Internet Addictive: Potential Explanations for Pathological Internet Use**. In: 105th annual conference of the American Psychological Association, 1997, Chicago, USA. Anais. Chicago, USA, 1997.
- GREENFIELD, David. **As propriedades de dependência do uso de internet**. In: YOUNG, Kimberly S.; et al. Dependência de Internet: manual e guia de avaliação de tratamento. Porto Alegre: Artmed, 2011.
- WIDYANTO, L.; MCMURRAN, M. The psychometric properties of the internet addiction test. **Cyberpsychology and Behav.USA**. v. 7, n. 4,2004. p. 449-456.
- ZIKMUND, W. G. **Business research methods**. 5.ed. Fort Worth, TX: Dryden, 2000.

ANEXO A – Questionário de Pesquisa

Prezado(a) Colega,

Este instrumento de pesquisa faz parte do trabalho final de conclusão do curso de Graduação em Administração da Universidade Federal do Pampa – UNIPAMPA, sobre o USO DO SMARTPHONE. Solicito sua colaboração no sentido de responder com precisão às questões elaboradas. Salienta-se a importância da sua participação, bem como a informação que os dados são sigilosos e de uso exclusivo da presente pesquisa. **Desde já agradeço a sua contribuição.**

Acadêmica do curso de Administração da Universidade Federal do Pampa: Manuella Fagundes Castro. E-mail para contato: manuellafgcastro@gmail.com
Orientadora: Kathiane Benedetti. Curso.

**1:Discordo Totalmente 2:Discordo Parcialmente 3:Discordo 4:Indiferente
5:Concordo 6:Concordo Parcialmente 7:Concordo Totalmente**

BLOCO 1: (NMP-Q)

RESPONDA AS QUESTÕES A SEGUIR, MARCANDO APENAS UMA OPÇÃO, CONFORME SEU NÍVEL DE CONCORDÂNCIA.	1	2	3	4	5	6	7
1. Eu me sentiria desconfortável sem ter acesso constante à informação através do meu smartphone.							
2. Eu ficaria irritado(a) por não poder procurar informações no meu smartphone quando eu queria fazê-lo.							
3. Ser incapaz de obter as notícias (por exemplo, acontecimentos, clima, etc) no meu smartphone me deixaria nervoso(a).							
4. Eu ficaria irritado(a) por não poder usar meu smartphone e/ou suas capacidades quando eu queria fazê-lo.							
6. Se eu estivesse sem créditos ou atingisse meu limite mensal de dados, eu entraria em pânico.							
7. Se eu não tivesse um sinal de dados ou não pudesse me conectar ao Wi-Fi, então, verificaria constantemente a existência de algum sinal ou uma rede Wi-Fi.							
8. Se eu não pudesse usar meu smartphone, eu teria medo de ficar isolado(a) em algum lugar.							
9. Se eu não pudesse verificar o meu smartphone por um tempo, eu sentiria um desejo de verificá-lo.							
APÓS TER FICADO SEM O SMARTPHONE DURANTE A AULA DE HOJE, INDIQUE AS AFIRMATIVAS.							
10. Eu me senti ansioso(a) por não poder me comunicar instantaneamente com a minha família e/ou amigos.							
11. Eu fiquei preocupado(a) porque minha família e/ou amigos não puderam me encontrar.							
12. Eu me senti nervoso(a) por não ser capaz de receber mensagens e chamadas telefônicas.							
13. Eu fiquei ansioso(a) por não poder manter contato com minha família e/ou amigos.							

14. Eu fiquei nervoso(a) por não poder saber se alguém tentou conecta-se comigo							
15. Eu fiquei ansioso(a) porque minha conexão constante com a família e amigos foi quebrada							
16. Eu fiquei nervoso(a) por estar desconectado(a) dos meus perfis online.							
17. Eu fiquei desconfortável porque não pude ficar atualizado(a) nas redes sociais.							
18. Eu me senti estranho(a) por não poder verificar as notificações e atualizações das minhas redes sociais.							
19. Eu senti ansiedade por não poder verificar meus e-mails.							
20. Eu me senti estranho(a) porque não sabia o que fazer.							

BLOCO 2: Uso do smartphone

1. Há quanto tempo você usa seu smartphone?

- a) Menos de 1 ano b) 1 a 2 anos c) 2 a 3 anos d) 3 a 4 anos e) 4 a 5 anos
f) 5 anos ou mais

2. Você tem um plano de dados móvel que permite que você acesse a Internet no seu Smartphone?

- a) Sim b) Não

3. Aproximadamente, quanto tempo você gasta por dia usando seu smartphone?

- () menos de uma hora () de 1h a 2hs () mais de 2hs a 5hs () mais de 5hs a 10hs
() mais de 10hs a 20hs () mais de 20hs.

4. Em média, quantas vezes por dia você verifica seu smartphone?

- () 1 vez/dia () de 2 a 10 vezes/dia () de 11 a 50 vezes/dia () 51 a 100 vezes/dia
() muitas vezes, não sei exatamente.

5. Com qual frequência você costuma verificar seu smartphone?

- a) A cada 2 minutos b) A cada 5 minutos c) A cada 10 minutos
d) A cada 20 minutos e) A cada 30 minutos f) A cada 1 hora
g) A cada 2 horas h) De 3 em 3 horas i) Outro (especifique): _____

6. Indique o número médio de vezes por dia que você utiliza seu Smartphone para as seguintes atividades:

- a) Número de chamadas telefônicas feitas por dia: () 0 () de 1 a 5 () de 6 a 10
() de 11 a 20 () de 21 a 50 () mais de 50
- b) Número de chamadas telefônicas recebidas por dia: () 0 () de 1 a 5 () de 6 a 10
() de 11 a 20 () de 21 a 50 () mais de 50
- c) Número de chamadas gratuitas feitas através do Whatsapp e/ou Messenger: () 0 () de 1 a 5
() de 6 a 10 () de 11 a 20 () de 21 a 50 () mais de 50
- d) Número de chamadas gratuitas recebidas através do Whatsapp e/ou Messenger: () 0 () de 1 a 5
() de 6 a 10 () de 11 a 20 () de 21 a 50 () mais de 50
- e) Número de mensagens de texto (SMS) enviadas por dia: () 0 () de 1 a 5 () de 6 a 10
() de 11 a 20 () de 21 a 50 () mais de 50
- f) Número de mensagens de texto (SMS) recebidas por dia: () 0 () de 1 a 5 () de 6 a 10

() de 11 a 20 () de 21 a 50 () mais de 50

g) Número de mensagens enviadas via Whatsapp e/ou Messenger por dia: () 0 () de 1 a 10

() de 11 a 20 () de 21 a 30 () de 31 a 50 () de 51 a 100 () mais de 100

h) Número de mensagens recebidas via Whatsapp e/ou Messenger por dia: () 0 () de 1 a 10

() de 11 a 20 () de 21 a 30 () de 31 a 50 () de 51 a 100 () mais de 100

i) Número de e-mails que você envia por dia: () 0 () de 1 a 5 () de 6 a 10 () de 11 a 20

() de 21 a 50 () mais de 50

j) Número de e-mails que você recebe por dia: () 0 () de 1 a 5 () de 6 a 10 () de 11 a 20

() de 21 a 50 () mais de 50

7. Aproximadamente quantos aplicativos você tem em seu smartphone? _____ apps.

8. Para qual dos seguintes propósitos você costuma usar seu smartphone?

(Por favor, selecione todos os que se aplicam).

- Verificar e-mails
- Verificar as notas da aula
- Ouvir música
- Verificar mídias sociais
- Jogar
- “Matar tempo”
- Receber notícia
- Assistir tv, filmes e séries
- Estudar
- Programar agenda (reuniões, eventos etc.)
- Enviar mensagens de texto para familiares ou amigos
- Falar com a família ou amigos
- Outro (especifique): _____

9. Em qual dos seguintes contextos você usa seu smartphone? (Por favor, selecione todos que se aplicam.)

- Ao acordar
- Quando estou entediado
- Entre as aulas
- Durante a aula
- Ao conversar com alguém
- Enquanto passeio com amigos
- Enquanto espero por algo ou alguém
- No banheiro
- Nos transportes públicos
- No trânsito (dirigindo)
- No trânsito (carona)
- Quando estou sozinho

- Numa mesa de jantar
- Ao caminhar
- Na cama
- Outros (especifique): _____

**1:Discordo Totalmente 2:Discordo Parcialmente 3:Discordo 4:Indiferente
5:Concordo 6:Concordo Parcialmente 7:Concordo Totalmente**

RESPONDA AS QUESTÕES A SEGUIR, MARCANDO APENAS UMA OPÇÃO, CONFORME SEU NÍVEL DE CONCORDÂNCIA.	1	2	3	4	5	6	7
10. Penso frequentemente no meu smartphone quando não estou us							
11. Uso frequentemente meu smartphone sem nenhuma razão parti							
12. Já discuti/briguei com outras pessoas por causa do meu uso de smartphone.							
13. Eu interrompo o que estou fazendo quando sou contatado(a) no Smartphone.							
14. Sinto-me conectado(a) às outras pessoas quando uso o meu smartphone.							
15. Eu perco a noção do tempo enquanto estou usando meu smartp							
16. Estar sem meu smartphone me faz sentir angustiado(a).							
17. Não consigo reduzir o uso do smartphone.							

BLOCO 3: Demográfico

1. Idade: _____

2. Gênero:

a) Masculino

b) Feminino

3. Semestre:

() 1º

() 2º

() 3º

() 4º

() 5º

() 6º

() 7º

() 8º

4. Turno:

() Manhã

() Noite

5. Disciplina: _____