



LISBOA

UNIVERSIDADE  
DE LISBOA



FACULDADE DE  
**MEDICINA**  
LISBOA

# **TRABALHO FINAL**

## **MESTRADO INTEGRADO EM MEDICINA**

---

Clínica Universitária de Psiquiatria e Psicologia Médica

# **Impacto na Saúde Mental da utilização de Aplicações de Rede Geossocial de Encontros e Motivações entre Estudantes Universitários**

Daniela Filipa Santos Freire

**Orientado por:**

Professora Doutora Filipa Novais

**Coorientado por:**

Drº João Paulo Rema

---

**Junho'2023**

## Resumo

**Introdução.** A tecnologia impacta variadíssimos campos da medicina e a sexualidade não é exceção. A partir da interseção entre a sexualidade e a tecnologia, surgiu o termo *Sex Tech*, que engloba desde robots de realidade virtual até simples aplicações de telemóvel.

Esta indústria alterou profundamente o modo como se experienciam relacionamentos. Um exemplo de fácil acesso de *Sex Tech*, que conta com milhões de utilizadores, são as aplicações de encontros (*Tinder, Grindr, Bumble*), capazes de localizar parceiros com interesses em comum nas redondezas.

**Objetivo.** Determinar se a utilização destas aplicações de encontros se associa a níveis mais elevados de stress, ansiedade ou depressão e avaliar as principais motivações para a utilização de aplicações de encontros, numa população de estudantes universitários portugueses. Com este estudo, espera-se colmatar a falta de informação que existe sobre as aplicações de rede geossocial, amplamente usadas pela população, em particular os jovens. Tem particular relevância na medida em que é inovador em Portugal, avaliando um grande grupo de pessoas, representativo da população universitária do país.

**Métodos.** Foi elaborado um questionário dirigido a estudantes universitários, com recurso à ferramenta *online Google forms*, compreendendo uma parte inicial destinada à caracterização sociodemográfica da amostra, uma segunda parte com questões dirigidas a utilizadores das aplicações de encontros e uma última parte, onde se adicionou a Depression Anxiety and Stress Scale (DASS-21).

**Resultados.** Quinhentos e catorze participantes responderam ao questionário, dos quais 497 cumprem o critério de inclusão – ser estudante do ensino superior. A sua média de idades é de 21,8 anos, sendo a idade mais baixa 18 anos e a mais alta 41 anos. Setenta por cento são do sexo feminino e os restantes do sexo masculino. Trinta e quatro por cento, dos estudantes, utilizam ou já utilizaram estas aplicações. Os utilizadores que acederam, pela última vez, no máximo há uma semana revelaram um score de depressão estatisticamente superior aos não utilizadores e utilizadores que acederam há mais tempo. Os utilizadores homossexuais têm um score de ansiedade estatisticamente superior ao score dos utilizadores heterossexuais. O motivo mais

apontado para a utilização de aplicações foi “conhecer pessoas novas”, seguido de “entretenimento” e “curiosidade”.

**Conclusão.** Relacionou-se scores de depressão superiores com a utilização das aplicações. O principal motivo para o seu uso é “conhecer pessoas novas”.

**Palavras-chave:** Aplicações de Rede Geossocial de encontros; *Tinder*; Comunidade LGBT; Saúde Mental; Ansiedade, Stress e Depressão.

## Abstract

**Introduction.** Technology impacts many fields of medicine, and sexuality is no exception. From the intersection between sexuality and technology came the term Sex Tech, which encompasses everything from virtual reality robots to simple cell phone applications.

This industry has profoundly altered the way relationships are experienced.

An easily accessible example of Sex Tech, which has millions of users, are the dating apps (*Tinder, Grindr, Bumble*), which are able to locate partners with common interests nearby.

**Objective.** To determine whether the use of these dating apps is associated with higher levels of stress, anxiety or depression and to assess the main motivations for using dating apps in a population of Portuguese university students. With this study, it is expected to fill the lack of information that exists about geosocial networking applications, widely used by the population, particularly young people. It has particular relevance in that it is innovative in Portugal, assessing a large group of people, representative of the country’s university population.

**Methods.** A questionnaire addressed to university students was designed, using the online tool *Google forms*, comprising an initial part aimed at the sociodemographic characterization of the sample, a second part with questions addressed to users of dating apps and a last part, where the Depression Anxiety and Stress Scale (DASS-21) was added.

**Results.** Five hundred and fourteen participants answered the questionnaire, of which

497 met the inclusion criterion – being a student in a Portuguese University. Their average age is 21.8 years, with the lowest age being 18 years and the highest 41 years. Seventy percent are female and the rest are male. Thirty-four percent of the students use or have used these applications. Users who last logged on, at most, one week ago showed a statistically significantly higher depression score than non-users and users who logged on longer ago. Homosexual users have a statistically significantly higher anxiety score than heterosexual users. The most stated reason for using dating apps was "meeting new people," followed by "entertainment" and "curiosity."

**Conclusion.** Higher depression scores were related to app use. The main reason for their use is "meeting new people".

**Key-words:** Geosocial Networking Apps; *Tinder*; LGBT community; Mental Health; Anxiety, Stress and Depression.

*O Trabalho Final é da exclusiva responsabilidade do seu autor, não cabendo qualquer responsabilidade à FMUL pelos conteúdos nele apresentados.*

# Índice

<b>Introdução</b>	6
<u>Perfil dos Utilizadores</u>	
- Género	9
- Idade	10
- Orientação Sexual	10
- Status de Relacionamento	11
- Personalidade e outras variáveis psicossociais	11
- Padrão de uso	12
- Motivações	12
<b>Objetivos</b>	13
<b>Métodos</b>	
- Modelo de estudo e população	14
- Tratamento de dados	14
<b>Resultados</b>	15
- Ansiedade, Stress e Depressão	16
- Motivações para o uso	17
<b>Discussão</b>	18
<b>Conclusão</b>	21
<b>Anexos</b>	22
<b>Bibliografia</b>	27

## Introdução

O avanço da tecnologia afetou, profundamente, o modo como as pessoas se conhecem e como desenvolvem relações interpessoais.

Aplicações de rede geossocial de encontros (*Geossocial Networking Apps* – GNA) são softwares para dispositivos móveis que, através da localização GPS, permitem que os utilizadores se conheçam, tendo por base fotos e interesses em comum. Estão assim, desenhadas para potenciar o contacto social, romântico e sexual, entre desconhecidos, da mesma área geográfica.

Estas aplicações têm um impacto relevante até a nível demográfico, tendo-se estimado que 1/3 dos casamentos entre 2005 e 2012, nos EUA, resultaram de encontros através destas plataformas *online* (Cacioppo, Cacioppo, Gonzaga, Ogburn, & VanderWeele, 2013).

Estudos em diferentes contextos geográficos e culturais demonstraram que 40% dos adultos solteiros estão à procura de um parceiro online (Gatter & Hodkinson, 2016) e que 25% dos novos casais se conheceram através deste meio (Neyt et al., 2019).

Um estudo, de uma vasta amostra, da Suécia, mostrou que 35% dos homens e 40% das mulheres, entre os 18 e os 65 anos, conheceram um parceiro sexual online (Daneback, Mansson, Ross, 2007).

O *Tinder* é uma das aplicações mais populares e estudadas. Estabelecido em 2012, conta com cerca de 75 milhões de utilizadores ativos pelo mundo, com 60% entre os 18 e os 34 anos de idade, tendo contribuído para 27% dos casamentos (Priori Data, 2023).

Esta aplicação permite que os utilizadores visualizem inúmeras fotos de perfil dentro da sua área geográfica e dar “*like*” no outro utilizador, deslizando para a direita ou dar “*pass*”, deslizando para a esquerda. Existe um “*match*” quando o interesse é mútuo e a partir daí abre-se um chat, onde podem conversar e marcar um encontro.

É difícil determinar a prevalência do uso do *Tinder*, uma vez que os resultados variam dependendo do contexto dos estudos e das amostras avaliadas.

A nível global, estima-se que 52% dos jovens entre os 18 e os 24 anos utilizam esta aplicação (Priori Data, 2023).

Estimou-se 22% de utilizadores entre os estudantes universitários belgas (Timmermans

& De Caluwé, 2017), 15,8% de utilizadores prévios entre os estudantes universitários espanhóis e 12,7% que usaram as aplicações nos últimos três anos (Castro et al., 2020).

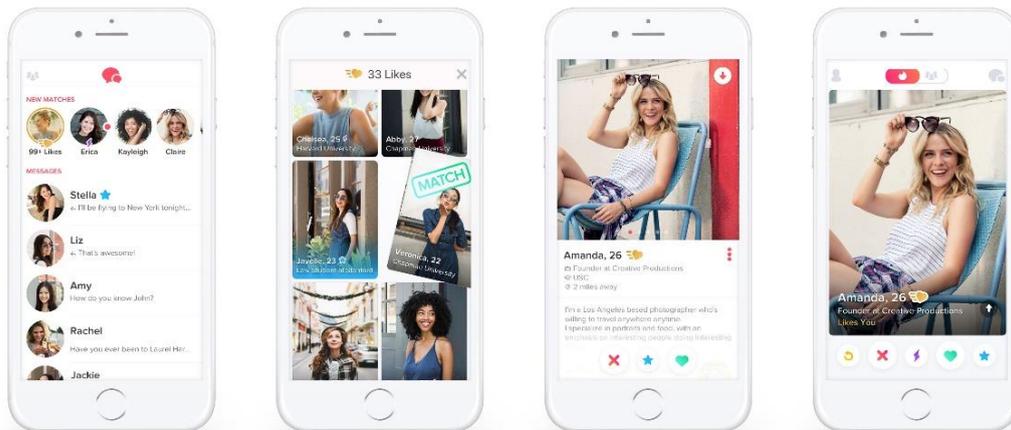


Fig. 1 – Homescreen do Tinder. Fonte: <https://tinder.com/>

Mais uma aplicação bastante usada é o *Bumble*, que tem um funcionamento semelhante ao do *Tinder*, diferindo deste na medida em que os utilizadores adicionam mais informações sobre si, nomeadamente a sua motivação para o uso (relação casual ou séria) e são as utilizadoras do sexo feminino que iniciam conversa. Outra característica inovadora é a modalidade *Speed Dating*, na qual, todas as quintas-feiras entre as 19h e as 20h, os utilizadores são agrupados aos pares aleatoriamente, podendo conversar durante 3 minutos, até serem agrupados com o par seguinte. Neste modo de interação, não são partilhadas as fotografias dos utilizadores, sendo a comunicação o ponto de partida.

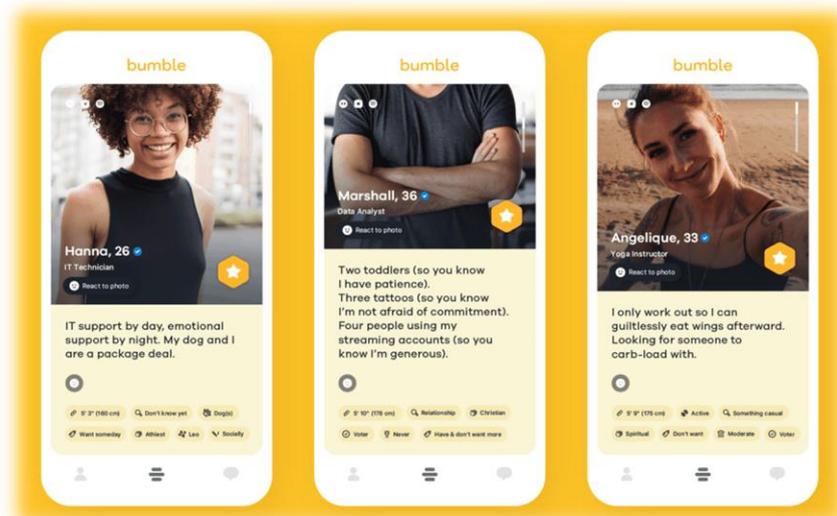


Fig. 2 – Homescreen do Bumble. Fonte: <https://bumble.com/>

O *Grindr* é uma aplicação da mesma categoria, dirigida para a população LGBTQI+. Nela não há a funcionalidade do “*swipe right* ou *left*”, mas sim uma grelha com várias fotografias, onde os utilizadores podem escolher com quem querem iniciar uma conversa.



Fig. 3 – Homescreen do Grindr. Fonte: <https://www.grindr.com/>

Outro exemplo de aplicação é o *Happn*, que permite estabelecer conexões baseadas em interações da vida real, ou seja, os utilizadores encontram na aplicação apenas pessoas com quem se tenham cruzado durante o dia.



Fig. 4 – Homescreen do Happn. Fonte: <https://happn.com/>

O portal *Statista Market Forecast* estimou que no fim de 2019, as aplicações de encontros tinham mais de 200 milhões de utilizadores pelo mundo.

A popularidade desta modalidade de encontros baseia-se em algumas vantagens, comparando com os encontros *offline* – requer menos esforço e tempo, os parceiros podem ser pré-selecionados com base num conjunto de preferências, a ameaça de rejeição é menor e permite alargar a rede social de maneira mais eficiente (Couch & Liamputtong, 2008; Wiederhold, 2015).

No entanto, alguns riscos têm sido associados ao uso das apps, nomeadamente a afeção da saúde mental (uso problemático) e relacional (infidelidade, comportamentos de risco e violência sexual) (Albury & Byron, 2016; Alexopoulos et al., 2020).

Num estudo que incluía 437 participantes australianos, detetou-se scores mais elevados de depressão, ansiedade e stress entre os utilizadores de aplicações *Swipe-Based*, comparativamente aos participantes que não as utilizavam (Holtzhausen et al., 2020). Outro estudo com 3074 participantes acrescenta que sintomas de ansiedade social mostraram-se positivamente relacionados com a utilização destas plataformas, sendo que estes sintomas preveem menor probabilidade de iniciar contacto com um “*match*”, nos utilizadores do sexo masculino mas não do sexo feminino (Lenton-Brym et al., 2021).

Foi descrito que o *Tinder* está positivamente relacionado com o relato de mais parceiros sexuais e de relações sexuais não consentidas, sendo este último mais prevalente entre mulheres e minorias sexuais (Shapiro et al., 2017).

Num estudo sobre o uso problemático do *Tinder*, 47% revelaram um score baixo e 27% um score intermédio, mostrando assim que a aplicação não está associada a uso problemático. Pode inclusivamente ser benéfico para muitos, ajudando a iniciar relações casuais ou compromissos, promovendo a auto-validação e encorajando a socialização (Rochat et al., 2019).

### **Perfil dos utilizadores (Castro & Barrada, 2020)**

#### **Género**

Estudos anteriores sugerem que os utilizadores destas aplicações são, maioritariamente, do sexo masculino – 60% de homens e 40% de mulheres num grupo

de 550 estudantes dos E.U.A. (Weiser et al., 2018), mas outros estudos demonstraram que não existe grandes diferenças entre as proporções de usuários masculinos e femininos (Ranzini & Lutz, 2017; Sumter et al., 2017).

### **Idade**

O grupo mais estudado são estudantes universitários, entre os 18 e os 30 anos, embora existam estudos em todas as faixas etárias. A literatura prévia sugere que o subgrupo com maior prevalência de utilização de aplicações de encontros está entre os 24 e os 30 anos de idade (LeFebvre, 2018; Ranzini & Lutz, 2017).

### **Orientação Sexual**

Esta é uma variável importante na pesquisa sobre aplicações de encontros. O grupo mais estudado e com a maior prevalência de uso destas aplicações é o de homens que têm sexo com homens (HSH) (Badal et al., 2018; Hahn et al., 2018).

As dificuldades em encontrar um parceiro romântico ou sexual numa sociedade predominantemente heteronormativa são, em grande medida, aliviadas no ciberespaço, onde as comunidades LGBT podem relacionar-se social e sexualmente com mais facilidade, sendo uma via de expressão sexual, na qual a ameaça de ser alvo de preconceito, estereótipos e estigmatização é mais reduzida (Van De Wiele & Tong, 2014).

No entanto, por ser um grupo com elevada prevalência de problemas de saúde mental (depressão, ansiedade e transtornos de personalidade), é mais vulnerável à exposição exercida pelas aplicações. Em comparação com os não usuários, os HSH usuários de aplicações de encontros relatam menor percepção de pertencimento à comunidade, maior isolamento, menor satisfação com a vida e pior qualidade do sono (Obarska et al., 2020). Por último, verificou-se que os utilizadores HSH que procuram parceiros sexuais tem maior probabilidade de contrair ISTs do que não utilizadores (Xu et al., 2018; Wang et al., 2018).

Este aspeto tem particular importância para a prevenção.

## Status de Relacionamento

Estar solteiro é o fator sociodemográfico preditor mais preponderante na utilização de aplicações de encontros (Castro et al., 2020). No entanto, alguns investigadores concluíram que uma percentagem significativa de usuários, entre 10 e 29%, têm parceiro (Alexopoulos et al., 2020; Hahn et al., 2018; Timmermans et al., 2018).

## Personalidade e outras variáveis psicossociais

A variável mais estudada é a autoestima, embora os resultados sejam inconclusivos. É o preditor psicossocial mais importante para a utilização das aplicações (Gatter & Hodkinson, 2016; Ranzini & Lutz, 2017). No entanto, o motivo desta relação não é claro: as aplicações podem aumentar a autoestima (ao ter muitos “*matches*”) ou diminuí-la (caso os “*matches*” não correspondam às expectativas) (Orosz et al., 2018).

Um estudo examinou alguns efeitos da utilização do *Tinder*, como preocupações com a imagem corporal e autoestima. Os utilizadores, independentemente do sexo, reportaram níveis significativamente mais baixos de satisfação com o corpo, mais comparação da aparência e vergonha do corpo, comparativamente a não utilizadores. Em relação à autoestima, os utilizadores masculinos revelaram níveis significativamente mais baixos (Strubel & Petrie, 2017).

Auto-estima elevada tem sido relacionada com auto-representação autêntica no *Tinder* (Ranzini & Lutz, 2017), enquanto que auto-estima baixa está ligada a *sexting* e hipersexualidade (Andreassen, Pallesen, Griffiths, Torsheim, & Sinha, 2018).

A impulsividade está positivamente associada ao uso do *Tinder* (Carpenter & McEwan, 2016). Este é um traço presente na psicologia *online*, manifestando-se em vários comportamentos impulsionados por desejos, como compras, apostas, comportamento sexual, *texting* e *sexting* (Aboujaoude, 2011, 2017).

De destacar que nenhuma ou muito pouca diferença se notou em variáveis relacionadas com o bem-estar emocional. Esta aplicação em específico revelou-se como uma ferramenta para interação romântica e/ou sexual, sem uma conotação negativa (Barrada & Castro, 2020).

## **Padrão de uso**

Identificou-se que a frequência e a intensidade do uso, tal como os comportamentos dos utilizadores, variam dependendo do sexo e orientação sexual. As minorias sexuais, principalmente homens, usam as aplicações mais vezes por dia e por maiores períodos de tempo (Badal et al., 2018).

Os usuários do sexo masculino usam as aplicações com mais frequência e mais intensamente, enquanto que o sexo feminino usa-as mais seletivamente e com mais eficácia. Acumulam mais “*matches*” que os homens e mais rapidamente, permitindo-as escolher e ter maior controlo. Concluiu-se, assim, que o números de “*swipes*” e “*likes*” não garante um maior número de “*matches*” (Timmermans & Courtois, 2018).

Relativamente ao *Tinder*, estimou-se que os utilizadores acedem uma média de 11 vezes por dia, investindo 90 minutos diários (Chin et al., 2019).

## **Motivações**

A literatura sugere que gratificações físicas (prazer sexual), sociais (relação amorosa) e psicossociais (autoestima e validação) estimulam o consumo de aplicações de encontros (Valkenburg & Peter, 2007; Van De Wiele & Tong, 2014), sendo que estas motivações variam dependendo da idade e género (Castro & Barrada, 2020). Em relação ao aumento de idade, os jovens adultos procuram cada vez mais relações, sejam casuais ou românticas, e cada vez se motivam menos por motivos psicossociais, como a validação e pressão de pares (Ranzini & Lutz, 2017; Sumter et al., 2017).

Nos últimos anos, como resultado da expansão do uso do *Tinder*, vários tipos de motivações para a utilização desta aplicação foram identificados. Foram identificados 4 fatores principais que motivam à sua utilização: relações sexuais, amor, aumento da autoestima e entretenimento. A procura de parceiros sexuais casuais foi mais frequente entre os usuários masculinos e estava relacionada discreta e positivamente com a idade. Por outro lado, as mulheres eram mais propensas a usar esta app para encontrar o amor e aumentar a autoestima (Orosz et al., 2018).

Outro estudo concluiu que os jovens adultos usavam maioritariamente esta app para procurar emoções. Para além disso, o *Tinder* é mais usado para encontrar uma relação estável do que para encontros casuais. Outro motivo referido é o aumento de

autoestima e, por último, a facilidade de comunicação.

Para além disso, os utilizadores masculinos reportaram mais motivações relacionadas com relações casuais, facilidade de comunicação e procura de emoções do que as mulheres.

Destas motivações, aumento da autoestima é a única que está relacionada com uma maior utilização da app (Sumter et al., 2017).

Ter mais conhecimento sobre as tendências de utilização destas aplicações pode ser útil para desenvolver e implementar programas de saúde mental e sexual, uma vez que são amplamente consumidas por adolescentes e jovens adultos.

As minorias sexuais são um grupo onde isto é particularmente relevante, por serem usuários frequentes e mais vulneráveis (Plöderl & Tremblay, 2015).

A aplicação dos resultados do presente estudo pode ter implicações a vários níveis. Numa primeira instância, a médicos e profissionais de saúde, na promoção de saúde mental e educação sexual, tendo mais ferramentas para dar resposta a tópicos relacionados com as sexualidade e tecnologia.

Em segundo lugar, para os próprios utilizadores e potenciais utilizadores, assim como para a sociedade em geral, aumentando o conhecimento sobre a sua utilização.

## **Objetivos**

Este estudo tem como objetivo primário determinar se a utilização das aplicações de encontros se associa a níveis mais elevados de stress, ansiedade ou depressão, globalmente e em subgrupos (homossexuais) e, como objetivo secundário, avaliar as principais motivações para a utilização de aplicações de encontros, numa população de estudantes universitários portugueses.

## Métodos

### Modelo de estudo e população

Na base desta pesquisa qualitativa, foi criado um questionário informado nos estudos progressos (Orosz et al., 2018). Foi elaborado com recurso à ferramenta *online Google forms*, compreendendo uma parte inicial destinada à caracterização sociodemográfica da amostra, uma segunda parte com questões dirigidas a utilizadores das aplicações de encontros e uma última parte, onde se adicionou a *Depression Anxiety and Stress Scale (DASS-21)*, de Lovibond e Lovibond, 1995; versão Portuguesa de João Apóstolo, Aida Mendes, Zaida Azeredo, 2006 (Ver anexos).

Como critérios de inclusão considerou-se frequentar o ensino superior, numa instituição portuguesa, no atual ano de 2023. Como critério de exclusão tiveram-se em conta respostas inválidas.

Todos os participantes deram o seu consentimento informado, onde autorizaram a recolha e processamento dos seus dados, garantindo o anonimato e a confidencialidade dos mesmos, tendo sido o protocolo de estudo aprovado pela Comissão de Ética do Centro Académico de Medicina de Lisboa.

Foi divulgado, com a ajuda de algumas associações de estudantes, em redes sociais, grupos de estudantes *online* e presencialmente junto de algumas faculdades da zona de Lisboa. Esteve disponível de 28 de janeiro de 2023 a 22 de abril do mesmo ano.

### Tratamento de Dados

A análise estatística foi realizada com recurso ao programa SPSS versão 29 e *Excel* para *Windows*. Realizaram-se testes t de Student entre scores da escala DASS-21 e as variáveis – utilizadores, utilizadores recentes, utilizadores homossexuais e heterossexuais.

Para cada avaliação estatística, um p value <0.05 foi considerado estatisticamente significativo e foram usados intervalos de confiança de 95%.

## Resultados

Obtiveram-se 514 respostas, das quais 497 cumpriram os critérios de inclusão.

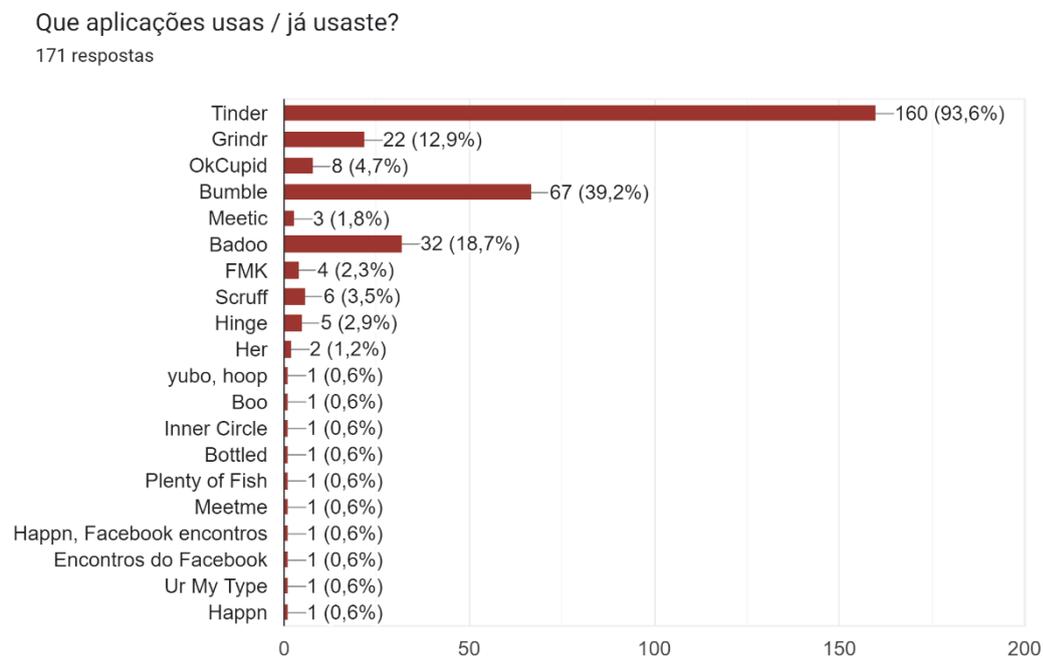
Destes inquiridos, 53,7% estudava na Universidade de Lisboa, sendo que a maioria (44,5%) frequentava cursos de saúde (Medicina, Medicina Dentária, Enfermagem e Fisioterapia).

A sua média de idades foi de 21,8 anos, sendo a idade mais baixa 18 anos e a mais alta 41 anos. Os dados da amostra estão representados na Tabela 1.

**Tabela 1 - Caracterização da amostra**

		Utilizador	Não Utilizador	Total
<b>Nacionalidade</b>	Portuguesa	158	317	475
	Outra	13	9	22
<b>Idade</b>	18-24	136	294	430
	25-34	31	75	106
	≥ 35	4	4	8
<b>Sexo</b>	Feminino	107	244	351
	Masculino	64	82	146
<b>Género</b>	Mulher	105	243	348
	Homem	62	80	142
	Agénero	2	2	4
	Fluído	1	0	1
	Queer	1	0	1
<b>Orientação Sexual</b>	Heterossexual	103	273	376
	Homossexual	25	9	34
	Bissexual	33	32	65
	Panssexual	8	6	14
	Demissexual	1	3	4
	Assexual	1	3	4
<b>Status de Relacionamento</b>	Solteiro	101	187	288
	Namoro	66	134	200
	Casado	3	5	8
	Divorciado	1	0	1
<b>Total</b>		171	326	497

Apurou-se que 34,4% dos estudantes utilizam ou já utilizaram estas aplicações. A aplicação mais amplamente utilizada foi o *Tinder*, seguida do *Bumble* e do *Badoo*, tal como indica o gráfico:



A maioria (26,3%) começou a utilizá-las aos 18 anos de idade.

Mais de metade acede algumas vezes por semana e em média os utilizadores despendem 30 minutos em cada acesso.

Destacando os utilizadores que acederam, no máximo, há uma semana atrás, temos uma representação de 27% do total de utilizadores.

### Ansiedade, Stress e Depressão

Quanto à última parte do questionário, com recurso à escala DASS-21, verificou-se que, em média, os inquiridos têm um score de depressão ligeiro (12,5), de ansiedade moderado (12) e stress ligeiro (17,6), segundo a tabela de correspondência em anexo.

Apurou-se que os utilizadores das aplicações têm um score médio de depressão (14,1) estatisticamente superior ao score de depressão dos não utilizadores (11,7) ( $t(313,832)=2,235$ ;  $p=0,026$ ).

As médias dos scores de ansiedade e stress dos utilizadores mostraram-se superiores aos dos não utilizadores, mas sem significância estatística ( $t(495)=0,916$ ,  $p=0,36$ ;  $t(495)=1,12$ ;  $p=0,26$ , respetivamente).

Analisando os utilizadores que acederam na última semana, verifica-se que têm scores de ansiedade (17,2) e depressão (18) estatisticamente superiores aos scores de ansiedade (12,6) e depressão (14,1) dos utilizadores no total ( $t(50,367)=2,832$ ,  $p=0,007$ ;  $t(51,449)=3,072$ ,  $p=0,03$ , respetivamente).

Quanto ao score de stress, não se provou diferença estatisticamente significativa entre os dois grupos, sendo o score dos utilizadores da última semana de 19,9 e dos utilizadores no total de 18,4 ( $t(495)=1,493$ ;  $p=0,136$ ).

Analisando da perspetiva da orientação sexual, os utilizadores homossexuais têm um score de ansiedade (17,4) estatisticamente superior ao score (9,7) dos utilizadores heterossexuais ( $t(126)=-3,638$ ;  $p<0,001$ ). Relativamente aos scores de depressão e stress, embora sejam superiores nos utilizadores homossexuais (16,5 e 19,6, respetivamente) que nos heterossexuais (12,2 e 17, repetivamente), não se verificaram diferenças estatisticamente significativas ( $t(126)=-1,724$ ,  $p=0,087$ ;  $t(126)=-1,097$ ,  $p=0,275$ ).

### Motivação para o uso

Questionou-se sobre quais as preferências dos utilizadores em relação aos outros perfis, sendo que 58,5% procura parceiros do sexo oposto, 19,9% do mesmo sexo e 21,6% de ambos os sexos. A esmagadora maioria (76,6%) procura pares da mesma faixa etária e o que cativa a maior parte dos utilizadores é a aparência nas fotografias (78,9%), seguido dos interesses descritos (69,6%), originalidade (55,6%) e por fim o background académico ou profissional (21,6%).

Cinquenta e cinco por cento, dos utilizadores, já foram a encontros marcados através das aplicações e metade destes costuma falar durante alguns dias antes do primeiro encontro. A maioria (48%) nunca se envolveu sexualmente com outros utilizadores que conheceu pelas aplicações. Dos que sim, costumam maioritariamente envolver-se no primeiro encontro.

Outro dado relevante é o facto de que 31,6% dos utilizadores já desenvolveu uma relação amorosa com um parceiro que conheceu através das aplicações.

Quanto a uma das questões principais sobre quais as motivações de utilização, os inquiridos avaliaram de 0 a 5 as motivações listadas. Dividindo por sexo e orientação

sexual, obteve-se a seguinte tabela:

**Tabela 2 – Médias Ponderadas de Motivações para o uso de aplicações**

Motivações	Total	Sexo		Heterossexuais	Bisexuais	Homossexuais
		Feminino	Masculino			
Encontro casual	1,7	0,9	3,0	1,6	1,6	2,0
Conhecer pessoas novas	3,8	3,9	3,5	3,6	3,8	4,0
Procurar relação amorosa	2,7	2,9	2,5	2,8	2,4	3,2
Aumentar autoestima	2,6	2,8	2,2	2,6	2,6	2,2
Gratificação monetária	0,2	0,1	0,3	0,2	0,2	0,2
Curiosidade	3,2	3,5	2,8	3,2	3,5	3,0
Entretenimento	3,4	3,6	2,9	3,3	3,7	3,0
Fazer amigos	2,6	2,8	2,3	2,4	2,7	3,2

Adicionalmente, 15,8% afirma que as suas motivações diferem conforme a aplicação que usam (no caso dos que usam mais do que uma).

Quanto ao grau de satisfação, de 0 a 5, obteve-se uma média de 2,9.

## Discussão

Este estudo revelou que 34,4% dos estudantes universitários inquiridos utilizam ou já utilizaram aplicações de encontros, tendo uma preferência significativa pelo *Tinder*. Este valor está abaixo dos 52% de jovens entre os 18 e os 24 anos que utilizam o *Tinder* a nível global (Priori Data, 2023), mas acima de estudos feitos na Europa - 22% de utilizadores entre os estudantes universitários belgas (Timmermans & De Caluwé, 2017).

Quando comparamos os sexos, verificamos que existe uma maior utilização por parte do sexo feminino (62%), relativamente ao sexo masculino (38%).

Comparando pela perspetiva da orientação sexual, podemos verificar maiores discrepâncias. Cerca de 27% dos inquiridos heterossexuais utilizam as aplicações,

enquanto 73%, 50% e 57% dos inquiridos homossexuais, bissexuais e pansexuais, respetivamente, são utilizadores. Estes dados confirmam outros estudos, que revelam que as minorias sexuais são utilizadoras frequentes (Plöderl & Tremblay, 2015), reafirmando-se que as aplicações de encontros são um meio para ultrapassar a baixa disponibilidade de parceiro, o isolamento social e a discriminação que, muitas vezes, acomete esta população (Van De Wiele & Tong, 2014).

Outro dado que vai de encontro a esta questão é o facto de 58,5% dos inquiridos procurarem parceiros do sexo oposto, 19,9% do mesmo sexo e 21,6% de ambos os sexos.

As aplicações de encontros não conduzem apenas a encontros casuais, mas também a relações duradouras, tendo-se observado que 31,6% dos utilizadores inquiridos já estabelecem pelo menos uma relação amorosa com um parceiro que conheceram através deste meio.

Relativamente à escala DASS-21, comparando os scores de todos os inquiridos com os scores de um estudo sobre a saúde mental entre estudantes espanhóis, com recurso à mesma escala, verificamos valores semelhantes (Ramón-Arбуés et al., 2020).

Dentro dos nossos inquiridos, os utilizadores mostraram um score de depressão superior aos não utilizadores e, dentro dos utilizadores, os que acederam na última semana revelaram scores de depressão, tal como de ansiedade superiores aos utilizadores no total. Isto corrobora estudos anteriores que relacionam o uso de aplicações a níveis aumentados de sintomatologia depressiva, ansiedade e stress (Holtzhausen et al., 2020).

A associação da utilização de aplicações com um score mais elevado de sintomas de depressão pode refletir uma relação de causalidade, no entanto, não podemos concluir isto com base neste estudo. É possível que os indivíduos com maior sofrimento psicológico sejam mais propensos a utilizá-las, podendo isto dever-se a uma menor pressão social associada a este tipo de interações *online*, comparada com relações românticas cara a cara, tal como sugere o estudo de Holtzhausen et al., 2020.

Avaliando ainda segundo a orientação sexual, os utilizadores homossexuais relevaram um score de ansiedade superior aos utilizadores heterossexuais. É, portanto, um dado que confirma estudos anteriores que indicam que a população homossexual apresenta

maior prevalência de sintomas/perturbações mentais depressivas e ansiosas (Gmelin et al., 2022).

Quanto às motivações de utilização, estabelecemos oito principais, por ordem de relevância de acordo com este estudo: conhecer pessoas novas, entretenimento, curiosidade, procurar uma relação amorosa, aumentar a autoestima, fazer amigos, encontro casual para satisfação sexual e gratificação monetária. Tal como em estudos anteriores, verificamos que uma das principais motivações é a procura de emoções, sendo que procurar uma relação amorosa supera o interesse por um encontro casual (Sumter et al., 2017).

No entanto, entre as utilizadoras o segundo motivo menos referido é o encontro casual, enquanto entre os utilizadores do sexo masculino esta é a segunda motivação mais referida. Isto vai mais uma vez de encontro a estudos anteriores, que referem que a procura de parceiros sexuais casuais é mais frequente entre os usuários masculinos, sendo as mulheres mais propensas a usar esta app para encontrar um parceiro romântico e aumentar a autoestima (Orosz et al., 2018).

Do ponto de vista da orientação sexual, os utilizadores homossexuais preferem usar as aplicações para estabelecer relações amorosas e fazer amizades. Este resultado confirma o descrito acima, em que esta população pode recorrer a esta via como alternativa à heteronormatividade da sociedade (Van De Wiele & Tong, 2014).

Este estudo tem algumas limitações a ter em conta. Primeiramente, o questionário DASS-21 é uma ferramenta adequada para triagem de perturbações ansiosas, depressivas e stress, sendo útil para identificar indivíduos com risco aumentado de padecer destas perturbações. No entanto, devem ser adicionados outros métodos para estabelecer um diagnóstico formal.

Secundariamente, a metodologia aplicada nesta investigação permite estabelecer associação entre variáveis, mas não causalidade.

Investigações futuras nesta área podem ser úteis para ultrapassar estas limitações. Em todo o caso, defendemos que os nossos resultados projetam uma luz sobre a relação que as tão utilizadas aplicações de encontros têm na saúde mental dos estudantes e quais os motivos que os levam a utilizá-las.

## Conclusão

Deste trabalho conclui-se que existe uma relação entre a utilização de aplicações de encontros e maior prevalência de sintomatologia depressiva.

Os utilizadores recorrem às aplicações principalmente para conhecerem pessoas novas, para entretenimento e por curiosidade. As utilizadoras preferem usar as aplicações para estabelecer relações amorosas, enquanto os utilizadores do sexo masculino, dão primazia a encontros casuais.

# Anexos

## Questionário

### Consentimento Informado

Este estudo está a ser desenvolvido no âmbito do trabalho final de mestrado, de uma aluna da Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa, sob a coordenação da Professora Filipa Novais e Dr João Paulo Rema, e visa compreender as motivações para a utilização de aplicações de rede geossocial (vulgo *Tinder*, *Grindr*, etc.) em todos os estudantes a frequentar o Ensino Superior em Portugal, bem como traçar perfis de utilizadores, avaliar o grau de satisfação e impacto na saúde mental. Aos participantes é solicitado o preenchimento deste questionário eletrónico.

A participação neste estudo é de carácter voluntário, não sendo fornecido nenhum pagamento aos participantes. Têm a liberdade de recusar ou abandonar a sua participação a qualquer momento, sem prejuízo da sua relação com os investigadores ou docentes. Todas as informações recolhidas são anónimas e confidenciais, não sendo possível identificar quem submete o questionário preenchido, pelo que solicitamos que a sua resposta seja tão próxima da realidade quanto possível. Os dados recolhidos serão usados para fins de investigação científica. Serão guardados de forma codificada e analisados de forma agregada. Nenhuma informação fará parte do arquivo académico institucional.

Por favor, leia cada uma das questões com atenção antes de responder. Responda de acordo com as instruções. No fim de cada página é apresentado um botão 'continuar' para passar à página seguinte. Caso se esqueça de responder a uma questão, receberá um aviso antes de poder mudar de página.

Obrigado pela sua colaboração.

Daniela Filipa Santos Freire

Investigadora no projeto

Prof. Filipa Novais e Dr. João Paulo Rema

Investigadores no projeto

- Declaro ter lido e compreendido as informações que me foram fornecidas. Desta forma, aceito participar neste estudo e permito a utilização dos dados que, de forma voluntária, forneço.

**És estudante universitário?**

Questionário Sociodemográfico

**Estudas em que universidade?**

**Que curso estás a frequentar?**

**Tens algum curso prévio?**

**Se sim, em que área?**

**Qual a tua nacionalidade?**

**Qual a tua área de residência?**

**Que idade tens?**

**Qual o teu sexo atribuído à nascença?**

**Qual o teu género vivido?**

**Qual a tua orientação sexual?**

**Qual o teu status de relacionamento?**

**Se estás numa relação, conhecestes o teu companheiro/a numa aplicação de encontros?**

**Usas ou já usaste aplicações de encontros?**

Utilização de Aplicações de encontros

**Que aplicações usas / já usaste?**

**Com que idade usaste estas aplicações pela primeira vez?**

**Quando foi a última vez que acedeste?**

**Com que frequência usas / usavas?**

**Quanto tempo médio (em minutos) gastas em cada utilização por dia?**

**Que perfis costumavas procurar nas aplicações?**

- Mesmo sexo, sexo oposto, ambos os sexos?

- Mesma idade, mais velhos, mais novos?

**O que mais te cativa no perfil de outra pessoa?**

**Costumas ir a encontros marcados através das aplicações?**

**Se sim, quanto tempo costumavas falar em média antes do encontro?**

**Costumas envolver-te sexualmente com as pessoas que conheces através das apps?**

**Se sim, em que encontro costuma maioritariamente acontecer?**

**Já desenvolveste uma relação amorosa séria com alguém que conheceste através das apps?**

**Já enviaste fotos íntimas?**

**Já recebeste fotos íntimas?**

**Qual a tua motivação para a utilização de aplicações de encontros?**

- Encontro casual para satisfação sexual
- Conhecer pessoas novas
- Procurar relação amorosa
- Aumentar autoestima
- Gratificação monetária
- Curiosidade
- Entretenimento
- Fazer amigos

**Tens outra motivação não listada? Se sim, qual?**

**As tuas motivações variam conforme a app, caso uses mais do que uma?**

**Qual o teu grau de satisfação com a utilização das apps? Sendo 1 nada satisfeito e 5 extremamente satisfeito.**

Depression Anxiety and Stress Scale (DASS-21), de Lovibond e Lovibond, 1995. Versão Portuguesa de João Apóstolo, Aida Mendes, Zaida Azeredo, 2006

Lê, por favor, cada afirmação e marca de 0 a 3 o quanto esta se aplicada a ti na última semana. Não há respostas certas ou erradas. Não percas muito tempo em cada afirmação.

A escala de avaliação é a seguinte:

0 - Não se aplica a mim

1 - Aplica-se a mim até certo ponto, ou às vezes

2 - Aplica-se a mim consideravelmente, ou boa parte do tempo

3 - Aplica-se muito a mim, ou a maioria das vezes

**(s) Tive dificuldade em me acalmar/descomprimir**

**(a) Dei-me conta que tinha a boca seca**

**(d) Não consegui ter nenhum sentimento positivo**

**(a) Senti dificuldade em respirar (ex: respiração excessivamente rápida ou falta de respiração na ausência de esforço físico)**

**(d) Foi-me difícil tomar iniciativa para fazer coisas**

**(s) Tive tendência para reagir exageradamente em certas situações**

**(a) Senti tremores (por exemplo, das mãos ou das pernas)**

**(s) Senti-me muito nervoso**

**(a) Preocupei-me com situações em que poderia vir a sentir pânico e fazer um papel ridículo**

**(d) Senti que não havia nada que me fizesse andar para a frente (ter expectativas positivas)**

**(s) Senti que estava agitado**

**(s) Senti dificuldades em relaxar**

**(d) Senti-me triste e deprimido**

**(s) Fui intolerante quando qualquer coisa me impedia de realizar o que estava a fazer**

**(a) Estive perto de entrar em pânico**

**(d) Não me consegui entusiasmar com nada**

**(d) Senti que não valia muito como pessoa**

**(s) Senti que andava muito irritável**

**(a) Senti o bater do meu coração mesmo quando não fazia esforço físico (ex: coração acelerado ou falhas no bater do coração)**

**(a) Tive medo sem uma boa razão para isso**

**(d) Senti que a vida não tinha nenhum sentido**

Os scores da escala DASS-21 são multiplicados por 2 para calcular o score final.

	Depressão	Ansiedade	Stress
Normal	0-9	0-7	0-14
Ligeiro	10-13	8-9	15-18
Moderado	14-20	10-14	19-25
Severo	21-27	15-19	26-33
Extremamente severo	28+	20+	34+

## Bibliografia

Albury, K., & Byron, P. (2016). Safe on My Phone? Same-Sex Attracted Young People's Negotiations of Intimacy, Visibility, and Risk on Digital Hook-Up Apps. *Social Media + Society*, 2(4), 2056305116672887. <https://doi.org/10.1177/2056305116672887>

Alexopoulos, C., Timmermans, E., & McNallie, J. (2020). Swiping more, committing less: Unraveling the links among dating app use, dating app success, and intention to commit infidelity. *Computers in Human Behavior*, 102, 172–180. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.08.009>

Badal, H. J., Stryker, J. E., DeLuca, N., & Purcell, D. W. (2018). Swipe Right: Dating Website and App Use Among Men Who Have Sex With Men. *AIDS and Behavior*, 22(4), 1265–1272. <https://doi.org/10.1007/s10461-017-1882-7>

Barrada, J. R., & Castro, Á. (2020). Tinder Users: Sociodemographic, Psychological, and Psychosexual Characteristics. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(21), 8047. <https://doi.org/10.3390/ijerph17218047>

Cacioppo, J. T., Cacioppo, S., Gonzaga, G. C., Ogburn, E. L., & VanderWeele, T. J. (2013). Marital satisfaction and break-ups differ across on-line and off-line meeting venues. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 110(25), 10135–10140. <https://doi.org/10.1073/pnas.1222447110>

Castro, Á., & Barrada, J. R. (2020). Dating Apps and Their Sociodemographic and Psychosocial Correlates: A Systematic Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(18), 6500. <https://doi.org/10.3390/ijerph17186500>

Castro, Á., Barrada, J. R., Ramos-Villagrasa, P. J., & Fernández-del-Río, E. (2020). Profiling Dating Apps Users: Sociodemographic and Personality Characteristics. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(10), 3653. <https://doi.org/10.3390/ijerph17103653>

Chin, K., Edelstein, R. S., & Vernon, P. A. (2019). Attached to dating apps: Attachment orientations and preferences for dating apps. *Mobile Media & Communication*, 7(1), 41–59. <https://doi.org/10.1177/2050157918770696>

Gatter, K., & Hodkinson, K. (2016). On the differences between Tinder™ versus online dating agencies: Questioning a myth. An exploratory study. *Cogent Psychology*, 3(1), 1162414. <https://doi.org/10.1080/23311908.2016.1162414>

Gmelin, J.-O. H., De Vries, Y. A., Baams, L., Aguilar-Gaxiola, S., Alonso, J., Borges, G., Bunting, B., Cardoso, G., Florescu, S., Gureje, O., Karam, E. G., Kawakami, N., Lee, S., Mneimneh, Z., Navarro-Mateu, F., Posada-Villa, J., Rapsey, C., Slade, T., Stagnaro, J. C., ... de Jonge, P. (2022). Increased risks for mental disorders among LGB individuals: Cross-national evidence from the World Mental Health Surveys. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 57(11), 2319–2332. <https://doi.org/10.1007/s00127-022-02320-z>

Hahn, H. A., You, D. S., Sferra, M., Hubbard, M., Thamocharan, S., & Fields, S. A. (2018). Is it Too Soon to Meet? Examining Differences in Geosocial Networking App Use and Sexual Risk Behavior of Emerging Adults. *Sexuality & Culture*, 22(1), 1–21. <https://doi.org/10.1007/s12119-017-9449-3>

Holtzhausen, N., Fitzgerald, K., Thakur, I., Ashley, J., Rolfe, M., & Pit, S. W. (2020). Swipe-based dating applications use and its association with mental health outcomes: A cross-sectional study. *BMC Psychology*, 8(1), 22. <https://doi.org/10.1186/s40359-020-0373-1>

LeFebvre, L. E. (2018). Swiping me off my feet: Explicating relationship initiation on Tinder. *Journal of Social and Personal Relationships*, 35(9), 1205–1229. <https://doi.org/10.1177/0265407517706419>

Lenton-Brym, A. P., Santiago, V. A., Fredborg, B. K., & Antony, M. M. (2021).

Associations Between Social Anxiety, Depression, and Use of Mobile Dating Applications. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 24(2), 86–93. <https://doi.org/10.1089/cyber.2019.0561>

Neyt, B., Vandenbulcke, S., & Baert, S. (2019). Are men intimidated by highly educated women? Undercover on Tinder. *Economics of Education Review*, 73, 101914. <https://doi.org/10.1016/j.econedurev.2019.101914>

Obarska, K., Szymczak, K., Lewczuk, K., & Gola, M. (2020). Threats to Mental Health Facilitated by Dating Applications Use Among Men Having Sex With Men. *Frontiers in Psychiatry*, 11. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsy.2020.584548>

Orosz, G., Benyó, M., Berkes, B., Nikoletti, E., Gál, É., Tóth-Király, I., & Bóthe, B. (sem data). The personality, motivational, and need-based background of problematic Tinder use. *Journal of Behavioral Addictions*, 7(2), 301–316. <https://doi.org/10.1556/2006.7.2018.21>

Plöderl, M., & Tremblay, P. (2015). Mental health of sexual minorities. A systematic review. *International Review of Psychiatry*, 27(5), 367–385. <https://doi.org/10.3109/09540261.2015.1083949>

Ramón-Arбуés, E., Gea-Caballero, V., Granada-López, J. M., Juárez-Vela, R., Pellicer-García, B., & Antón-Solanas, I. (2020). The Prevalence of Depression, Anxiety and Stress and Their Associated Factors in College Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(19), 7001. <https://doi.org/10.3390/ijerph17197001>

Ranzini, G., & Lutz, C. (2017). Love at first swipe? Explaining Tinder self-presentation and motives. *Mobile Media & Communication*, 5(1), 80–101. <https://doi.org/10.1177/2050157916664559>

Rochat, L., Bianchi-Demicheli, F., Aboujaoude, E., & Khazaal, Y. (sem data). The

psychology of “swiping”: A cluster analysis of the mobile dating app Tinder. *Journal of Behavioral Addictions*, 8(4), 804–813. <https://doi.org/10.1556/2006.8.2019.58>

Samanta, O. (2023, abril 9). Tinder Statistics | Revenue, Users & Demographics 2023. *Priori Data*. <https://prioridata.com/data/tinder-statistics/>

Shapiro, G. K., Tatar, O., Sutton, A., Fisher, W., Naz, A., Perez, S., & Rosberger, Z. (2017). Correlates of Tinder Use and Risky Sexual Behaviors in Young Adults. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 20(12), 727–734. <https://doi.org/10.1089/cyber.2017.0279>

Strubel, J., & Petrie, T. A. (2017). Love me Tinder: Body image and psychosocial functioning among men and women. *Body Image*, 21, 34–38. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2017.02.006>

Sumter, S. R., Vandenbosch, L., & Ligtenberg, L. (2017). Love me Tinder: Untangling emerging adults’ motivations for using the dating application Tinder. *Telematics and Informatics*, 34(1), 67–78. <https://doi.org/10.1016/j.tele.2016.04.009>

Timmermans, E., & Courtois, C. (2018). From swiping to casual sex and/or committed relationships: Exploring the experiences of Tinder users. *The Information Society*, 34(2), 59–70. <https://doi.org/10.1080/01972243.2017.1414093>

Timmermans, E., & De Caluwé, E. (2017). To Tinder or not to Tinder, that’s the question: An individual differences perspective to Tinder use and motives. *Personality and Individual Differences*, 110, 74–79. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.01.026>

Timmermans, E., De Caluwé, E., & Alexopoulos, C. (2018). Why are you cheating on tinder? Exploring users’ motives and (dark) personality traits. *Computers in Human Behavior*, 89, 129–139. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.07.040>

Tomkins, A., George, R., & Kliner, M. (2019). Sexualised drug taking among men who have sex with men: A systematic review. *Perspectives in Public Health*, 139(1), 23–33.

<https://doi.org/10.1177/1757913918778872>

Van De Wiele, C., & Tong, S. T. (2014). Breaking boundaries: The uses & gratifications of grindr. *Proceedings of the 2014 ACM International Joint Conference on Pervasive and Ubiquitous Computing*, 619–630. <https://doi.org/10.1145/2632048.2636070>

Wang, H., Zhang, L., Zhou, Y., Wang, K., Zhang, X., Wu, J., & Wang, G. (2018). The use of geosocial networking smartphone applications and the risk of sexually transmitted infections among men who have sex with men: A systematic review and meta-analysis. *BMC Public Health*, 18, 1178. <https://doi.org/10.1186/s12889-018-6092-3>

Xu, J., Yu, H., Tang, W., Leuba, S. I., Zhang, J., Mao, X., Wang, H., Geng, W., Jiang, Y., & Shang, H. (2018). The Effect of Using Geosocial Networking Apps on the HIV Incidence Rate Among Men Who Have Sex With Men: Eighteen-Month Prospective Cohort Study in Shenyang, China. *Journal of Medical Internet Research*, 20(12), e11303. <https://doi.org/10.2196/11303>