

10 SOCIAL MEDIA DISORDER SCALE – SHORT FORM (SMDS-SF): ESTUDO DE ALGUMAS PROPRIEDADES PSICOMÉTRICAS EM JOVENS ADULTOS PORTUGUESES¹

| Liliana Costa¹; Ana Paula Matos²; José Joaquim Costa³ |

RESUMO

CONTEXTO: A Social Media Disorder Scale - Short Form (SMDS-SF) (Eijnden, Lemmens & Valkenburg, 2016) é um instrumento originalmente desenvolvido para avaliar a dependência das redes sociais virtuais em adolescentes.

OBJETIVOS: O objetivo deste estudo foi adaptar a SMDS-SF para os jovens adultos portugueses e estudar algumas propriedades psicométricas, nomeadamente, a sua estrutura fatorial.

METODOLOGIA: Neste estudo participaram 131 indivíduos com idades compreendidas entre os 20 e 30 anos, que eram utilizadores de redes sociais.

RESULTADOS: Uma Análise Fatorial Exploratória (AFE) revelou uma estrutura unifatorial para a SMDS-SF, à semelhança do que encontraram os autores originais. Os valores do alfa de Cronbach ($\alpha=.87$) e das correlações item-total revelaram-se adequados.

Não foram encontradas diferenças estatisticamente significativas entre géneros nos sintomas de dependência das redes sociais. Os sujeitos que revelaram dependência demonstraram utilizar as redes sociais virtuais como forma de se abstrair de pensamentos, negando a existência de conflitos ou de problemas familiares e/ou interpessoais consequência de uma utilização excessiva e compulsiva das redes sociais.

CONCLUSÕES: O presente estudo revelou que a SMDS-SF é um instrumento válido para ser utilizado em futuras investigações que visem analisar a dependência das redes sociais virtuais em jovens adultos.

PALAVRAS-CHAVE: Dependência de rede social; Psicometria; Adulto jovem

RESUMEN

“Social Media Disorder Scale – Short Form (SMDS-SF): Estudio de algunas propiedades psicométricas en jóvenes adultos portugueses¹”

CONTEXTO: La Social Media Disorder Scale-Short Form (SMDS-SF) (Eijnden, Lemmens & Valkenburg, 2016) es un instrumento originalmente desarrollado para evaluar la dependencia de las redes sociales virtuales en adolescentes.

OBJETIVOS: El objetivo de este estudio fue adaptar la SMDS-SF para los jóvenes adultos portugueses y estudiar algunas propiedades psicométricas, en particular su estructura factorial.

METODOLOGÍA: En este estudio participaron 131 individuos con edades comprendidas entre los 20 y 30 años, que eran usuarios de redes sociales.

RESULTADOS: Un análisis factorial exploratorio (AFE) reveló una estructura unifatorial para la SMDS-SF, al igual que los autores originales de la escala. Los valores del alfa de Cronbach ($\alpha=.87$) y de las correlaciones punto-total se revelaron adecuados.

No se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre los géneros en los síntomas de dependencia de las redes sociales. Los sujetos que revelaron dependencia demostraron utilizar las redes sociales virtuales como forma de evadir los pensamientos negativos, negando la existencia de conflictos o de problemas familiares y/o interpersonal consecuencia de una utilización excesiva y compulsiva de las redes sociales.

CONCLUSIONES: El presente estudio reveló que la SMDS-SF es un instrumento válido para ser utilizado en futuras investigaciones para analizar la dependencia de las redes sociales virtuales en jóvenes adultos.

DESCRIPTORES: Dependencia de red social; Psicometría; Adulto joven

ABSTRACT

“Social Media Disorder Scale – Short Form (SMDS-SF): Study of some psychometric properties in young Portuguese adults¹”

BACKGROUND: The Social Media Disorder Scale - Short Form (SMDS-SF) (Eijnden, Lemmens & Valkenburg, 2016) is an instrument developed to assess the dependence of virtual social networks on adolescents.

AIM: The objective of this study was to adapt the SMDS-SF to the young Portuguese adults and to study some psychometric properties, namely the factorial structure.

METHODS: Participants were 131 individuals between the ages of 20 and 30 who used social networks.

RESULTS: An Exploratory Factor Analysis (AFE) revealed a unifatorial structure for SMDS-SF, similar to the original. Cronbach's alpha values ($\alpha=.87$) and item-total correlations were adequate.

No statistically significant differences were found between genders in the symptoms of social network dependence. Subjects who have shown dependence have demonstrated that they use virtual social networks as a way of escaping from negative thoughts, denying the existence of conflicts or family and / or interpersonal problems due to excessive and compulsive use of social networks.

CONCLUSIONS: The present study revealed that SMDS-SF is a measure suitable for future research about the dependence of virtual social networks on young adults.

KEYWORDS: Social networking dependence; Psychometrics; Young adult

Submetido em 30-12-2017
Aceite em 15-04-2018

1 Este artigo foi extraído da Dissertação de Mestrado da primeira autora, sobre o tema: “Tecnologias de Informação e Comunicação (TIC), redes sociais e solidão nos adultos portugueses” (2017) – apresentada na Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Coimbra.

2 Mestre em Psicologia, lilianasmcosta@gmail.com

3 Doutorada em Psicologia; Investigadora no Centro de Investigação do Núcleo de Estudos e Intervenção Cognitivo-Comportamental; Professora Associada na Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra, Rua Colégio Novo, 3000-115 Coimbra, Portugal, apmatos@fpce.uc.pt

4 Doutorado em Psicologia; Investigador no Centro de Investigação do Núcleo de Estudos e Intervenção Cognitivo-Comportamental; Professor Auxiliar na Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra, 3000-115 Coimbra, Portugal, jjcosta@fpce.uc.pt

Citação: Costa, L., Matos, A. P., & Costa, J. J. (2018). Social Media Disorder Scale – Short Form (SMDS-SF): Estudo de algumas propriedades psicométricas em jovens adultos portugueses. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental* (Spe. 6), 65-70. doi: 10.19131/rpesm.0215

INTRODUÇÃO

Nas sociedades atuais a utilização da internet tem vindo a assumir um papel cada vez mais preponderante. O uso das plataformas digitais fazia parte das rotinas de 96% dos mais de 10000 inquiridos de 20 países (The Internet Society, 2012 cit in Griffiths & Szabo, 2014), para partilha de vivências, enquanto instrumento de trabalho, para lazer e como forma de promover o relacionamento interpessoal (Kietzmann, Hermkens, McCarthy & Silvestre, 2011).

Os jovens com idades compreendidas entre os 16 e 24 anos são, comprovadamente, a faixa etária com maior taxa de utilização da Internet (PORDATA, 2016), até porque são o grupo que tem vindo a acompanhar de perto a evolução tecnológica galopante dos últimos anos. Com o tempo, tem aumentado muito o número e tipo de sítios a que se pode aceder. Entre estes destacam-se as redes sociais virtuais, como é o caso do Facebook, que, desde a sua criação em 2004, passou a ser uma ferramenta que faz parte da vida de muitos sujeitos. No primeiro semestre de 2017, havia 2,05 bilhões de usuários ativos por mês no mundo (The Statistics Portal, 2017). Todavia, o Facebook não é a única rede social virtual existente. A sua elevada popularidade e utilização contribuiu para o crescente desenvolvimento de sites com funcionalidades similares. Instagram, YouTube e Twitter, são exemplos de sites sociais igualmente conhecidos e muito utilizados (Kallas, 2017).

A vasta gama de sites sociais alterou profundamente a forma como, hoje em dia, os indivíduos comunicam e interagem (Pantic, 2014). A possibilidade de conexão e partilha com qualquer pessoa, em qualquer lugar, em qualquer momento e com muito poucos constrangimentos torna estas redes virtuais atraentes, úteis e, ao mesmo tempo, significativas para o desenvolvimento da reputação e identidade individual (Notley, 2009; Barbera, Paglia & Valsavoia, 2009; Kietzmann et al., 2011). Com a utilização generalizada das redes sociais, aumenta a taxa de uso excessivo. Este tipo de utilização provoca efeitos nocivos não só para o próprio, mas também para a sociedade em geral. Perda de produtividade, sentimentos de isolamento, diminuição da autoestima, ansiedade ou depressão são alguns dos riscos que as investigações têm vindo a revelar (Pantic, 2014; Wang, Lee & Hua, 2015; Guedes, Sancassiani, Carta, Campos, Machado, King & Nardi, 2016). Porém, apesar dos efeitos prejudiciais de uma utilização excessiva, o desejo de utilização tende a permanecer (Guedes et al., 2016).

Por este mesmo facto a investigação tem vindo a interessar-se cada vez mais pelas variáveis que possam estar relacionadas com a dependência da Internet (Griffiths & Szabo, 2014; Eijnden et al., 2016; Pantic, 2014; Wang et al., 2015).

No entanto, mais do que dependência da internet, parece haver uma dependência daquilo que a Internet oferece.

Com isto, pretende-se ilustrar que existe uma diferença entre um estado de necessidade constante de estar a navegar na rede e uma persistência na utilização de algumas das funcionalidades que a mesma tem a oferecer (i.e., por exemplo, sites sociais) (Griffiths, 2000; Griffiths & Szabo, 2014).

Para dar resposta à necessidade de avaliar a dependências das redes sociais virtuais, Eijnden et al. (2016) procederam ao desenvolvimento e validação da Social Media Disorder Scale com uma forma longa (SMDS) e uma versão curta (SMDS-SF).

O objetivo da presente investigação foi estudar algumas propriedades psicométricas e adaptar, para os adultos portugueses, a versão curta da Social Media Disorder Scale (SMDS-SF) (Eijnden et al., 2016), através da análise fatorial exploratória (AFE), da análise de validade do constructo e da fiabilidade.

Teve-se também como objetivo a caracterização do nível de dependência das redes sociais virtuais em adultos portugueses.

METODOLOGIA

Instrumento

A Social Media Disorder Scale-Short Form (SMDS-SF) (Eijnden et al., 2016), foi originalmente desenvolvida com objetivo de medir a dependência das redes sociais virtuais em adolescentes, tendo por base os critérios de diagnóstico do jogo patológico e/ou de dependência de substâncias da DSM-V.

A versão curta desta escala (SMDS-SF) engloba 9 itens, que correspondem às 9 dimensões de dependência propostas na DSM-V, respondidos através de uma escala tipo Likert de 6 pontos (0 Nunca – 5 Todos os dias ou quase todos os dias) em relação ao último ano. A pontuação máxima possível é de 45 pontos. No estudo original a SMDS-SF obteve bons valores de alfa de Cronbach (Amostra 1: $\alpha=.81$; Amostra 2: $\alpha=.76$; Amostra 3: $\alpha=.82$) revelando uma boa fiabilidade.

Estratégia Analítica

Numa primeira fase averiguou-se se os dados podiam ser submetidos ao processo de análise fatorial exploratória (Pasquali, 1999 cit in Damásio, 2012), através da utilização de dois métodos de avaliação: testes de Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) e de Esfericidade de Bartlett (Dziuban & Shirkey, 1974 cit in Damásio, 2012). A análise exploratória multivariada realizou-se através do método dos principais eixos fatoriais. O número mínimo de fatores a reter foi averiguado por um conjunto de procedimentos e critérios: critério de Kaiser, análise do scree plot e o método da Análise Paralela (AP), através do procedimento estatístico de simulação Monte-Carlo Parallel Analysis (Watkins, 2000). A interpretação da solução encontrada foi melhorada através da rotação ortogonal varimax.

A homogeneidade dos itens foi analisada através da média, do desvio-padrão e das correlações item-total e a consistência interna da escala foi avaliada com o alfa de Cronbach (Pasquali, 2003; Muñiz, Fidalgo, García-Cueto, Martínez & Moreno, 2005).

As respostas aos itens da escala foram ainda utilizadas como critério de classificação clínica de dependência seguindo as opções, estratégias e critérios de Eijnden et al. (2016). As respostas foram dicotomizadas de forma a que para cada situação o sujeito fosse classificado com zero (nunca aconteceu) ou um (aconteceu em algum grau), com a pontuação máxima possível de 9. Foi adotado, seguindo a sugestão do estudo original, como critério de dependência das redes sociais obter uma pontuação total na escala ≥ 5 .

RESULTADOS

Análise Fatorial Exploratória

O presente estudo englobou uma amostra de 131 sujeitos com idades compreendidas entre os 20 e 30 anos ($M= 22.57$; $DP= 2.63$) que afirmaram ter página no Facebook. Destes 65% eram do sexo feminino, sendo a diferença de participantes por género estatisticamente significativa ($\chi^2(1)= 11.61$, $p=.00$).

Os valores do teste de Kaiser-Meyer-Olkin ($KMO = .88$) e do Teste de Esfericidade de Bartlett ($\chi^2(36)= 531.94$, $p=.00$) garantiram a adequação dos dados à AFE. A partir do estudo da distribuição dos valores dos itens através do Kolmogorov-Smirnov ($p < .01$) que aponta para a violação do pressuposto da normalidade foi escolhido o método dos principais eixos fatoriais (Principal Axis Factoring) (Fabrigar, Wegener, MacCallum & Strahan, 1999).

A observação do critério de Kaiser e a análise do scree plot sugeriram uma solução de dois fatores. Todavia, ao analisar os valores do método da Análise Paralela (AP) (Watkins, 2000), a solução sugerida detinha apenas um fator. Os dados alcançados, conjuntamente com a informação do artigo original levaram à realização de uma análise fatorial forçada a um fator.

A saturação fatorial revelou-se adequada em todos os itens à exceção do item 9 ($\lambda \geq 0.5$). A análise dos valores das comunalidades sugeriu a eliminação do item 5, 6, 8 e 9, devido ao seu valor inferior .40 (Field, 2009) (Tabela 1). Porém, a relevância teórica destes itens justificou a sua manutenção.

As análises efetuadas indicaram que o valor próprio do fator 1 era de 4.60 explicando 51.10% da variância total (Tabela 1).

Tabela 1 -Pesos fatoriais dos itens e respetivo valor de comunalidade (h^2)

Itens	F1	h^2
Durante o ano passado:		
1. apercebeu-se regularmente que não conseguia pensar noutra coisa que não fosse o momento em que poderia usar de novo as redes sociais?	.66	.43
2. sentiu-se com frequência insatisfeito porque queria passar mais tempo nas redes sociais?	.85	.72
3. sentiu-se frequentemente mal porque não podia usar as redes sociais?	.84	.70
4. tentou passar menos tempo nas redes sociais, mas não conseguiu?	.72	.52
5. negligenciou regularmente outras atividades (como hobbies ou desporto) porque preferiu usar as redes sociais?	.60	.36
6. teve frequentemente discussões com outras pessoas devido ao seu uso das redes sociais?	.60	.36
7. mentiu regularmente aos pais ou amigos sobre a quantidade de tempo que passava nas redes sociais?	.63	.41
8. usou frequentemente as redes sociais para evitar pensar em coisas desagradáveis?	.61	.37
9. teve conflitos graves com os pais e irmãos por causa da utilização que fazia das redes sociais?	.47	.22
Valor próprio= 4.60 Variância explicada= 51.10		

As estatísticas descritivas incluíram a média (M), o desvio-padrão (DP) e os valores máximos e mínimos. No que respeita à média da pontuação na escala obteve-se um valor de 5.15 ($DP = 6.73$), com uma pontuação máxima de 39.

A análise da frequência das várias opções de resposta (Nunca – Todos os dias ou quase todos os dias), evidenciou a elevada percentagem de sujeito que elegeram Nunca como resposta aos diversos itens.

As análises das diferenças entre género relativamente à pontuação total na escala foram averiguadas através do teste não paramétrico Wilcoxon-Mann-Whitney, por se ter verificado através do teste Kolmogorov-Smirnov que a sua distribuição diferia significativamente da distribuição normal. Os valores obtidos apontaram para a inexistência de diferenças estatisticamente significativas ($U = 1947.50, p=.97$).

A pertinência do cálculo da homogeneidade dos itens através da correlação corrigida e do próprio alfa de Cronbach em situação de desvio da distribuição à normalidade, foi ponderada. Os eventuais enviesamentos derivados do não cumprimento deste pressuposto são negligenciáveis por se tratar de uma amostra grande ($n>100$) como referem Murteira, Silva, Pimenta e Ribeiro (2001). Os valores de alfa de Cronbach quando se exclui o item variaram entre .84 e .87 o que significa que todos os itens contribuem adequadamente para a medida. O valor do alfa de Cronbach de .87 para a escala é considerado pela generalidade dos autores como muito bom (DeVellis, 1991; Anastasi, 1990).

Dado que os valores de alfa de Cronbach não aumentam com a retirada de cada um dos itens, e as correlações dos itens com o total da escala são altas podemos afirmar que a SMDS-SF tem uma adequada fiabilidade (Tabela 2).

Tabela 2 - Correlações item-total (r), alfa de Cronbach se o item for retirado (α) e alfa de Cronbach do fator

Fator/Itens	r	α
Fator 1 ($\alpha=.87$)		
Durante o ano passado:		
1. apercebeu-se regularmente que não conseguia pensar noutra coisa que não fosse o momento em que poderia usar de novo as redes sociais?	.60	.86
2. sentiu-se com frequência insatisfeito porque queria passar mais tempo nas redes sociais?	.79	.84
3. sentiu-se frequentemente mal porque não podia usar as redes sociais?	.78	.84
4. tentou passar menos tempo nas redes sociais, mas não conseguiu?	.68	.85
5. negligenciou regularmente outras atividades (como hobbies ou desporto) porque preferiu usar as redes sociais?	.56	.86
6. teve frequentemente discussões com outras pessoas devido ao seu uso das redes sociais?	.55	.86
7. mentiu regularmente aos pais ou amigos sobre a quantidade de tempo que passava nas redes sociais?	.61	.86
8. usou frequentemente as redes sociais para evitar pensar em coisas desagradáveis?	.57	.86
9. teve conflitos graves com os pais e irmãos por causa da utilização que fazia das redes sociais?	.42	.87

Sujeitos Dependentes das Redes Sociais

Com intuito de analisar a percentagem de sujeitos que preenchiam o critério de diagnóstico de dependência das redes sociais virtuais, precedeu-se à transformação da escala tipo Likert de 6 pontos numa escala dicotómica. Para tal, o Nunca assumiu o valor 0 e as restantes opções de resposta o 1.

A análise das respostas a partir da escala dicotómica permitiu identificar 31 sujeitos (24%) dependentes das redes sociais. Destes, 18 (58%) eram do género feminino e 13 (42%) do masculino, não existindo diferenças estatisticamente significativas no que respeita ao número de sujeitos dependentes por género ($\chi^2(1) = .81, p = .37$).

A frequência das respostas dadas pelos sujeitos que evidenciaram comportamentos de dependência permitiu averiguar que os itens que obtiveram maior percentagem de respostas positivas foram o 1 (Durante o ano passado apercebeu-se regularmente que não conseguia pensar noutra coisa que não fosse o momento em que poderia usar de novo as redes sociais?) (87.1%), o 4 (Durante o ano passado tentou passar menos tempo nas redes sociais, mas não conseguiu?) (93.5%) e o 8 (Durante o ano passado usou frequentemente as redes sociais para evitar pensar em coisas desagradáveis?) (87.1%).

Por outro lado, o item 7 (Durante o ano passado mentiu regularmente aos pais ou amigos sobre a quantidade de tempo que passava nas redes sociais?) (41.9%) e o 9 (Durante o ano passado teve conflitos graves com os pais e irmãos por causa da utilização que fazia das redes sociais?) (22.6%) tiveram menor percentagem de respostas positivas.

DISCUSSÃO

Estudos têm evidenciado que a utilização compulsiva das redes sociais virtuais constitui um problema de saúde mental (Pantic, 2014) podendo originar alterações graves no comportamento, isolamento em relação à família e/ou amigos (Silva, 2016), alterações de humor e agitação extrema perante a impossibilidade de utilização (Silva, 2014).

A inexistência de um instrumento de medida que possibilitasse a avaliação da dependência destes sites, de modo a ser possível fazer uma distinção entre utilizadores dependentes e não dependentes, levou ao desenvolvimento da Social Media Disorder Scale (Eijnden et al., 2016).

O estudo descritivo das respostas dadas demonstrou que uma percentagem elevada de sujeitos selecionou Nunca como resposta aos diferentes itens. Estes dados são esperados já que se tratou de um estudo que investigou uma patologia (i.e., dependência das redes sociais virtuais), numa amostra obtida na população dita normal. Todavia, foi identificada a existência de 31 (24%) participantes com comportamentos de dependência, sendo que 18 (58%) eram do género feminino e 13 (42%) do masculino, não existindo diferenças estatisticamente significativas entre sexos. Comparativamente ao artigo original (Eijnden et al., 2016), a presente investigação evidenciou uma percentagem superior de sujeitos dependentes, já que nesse estudo apenas 9.8% do total dos participantes (n= 2198) demonstraram deter sintomas que podem ser entendidos como dependência das redes sociais virtuais.

A análise das repostas sugeriu que os adultos dependentes preferem utilizar as redes sociais como forma de evitamento, provavelmente para se abstraírem de pensamentos, mas também de sentimentos e memórias desagradáveis (cf., item 8: Durante o ano passado usou frequentemente as redes sociais para evitar pensar em coisas desagradáveis?) – i.e., evitamento experiencial (Hayes et al., cit in Chawla & Ostafin, 2007). Negam ainda a influência negativa da utilização excessiva destes sites nas relações familiares e/ou interpessoais (item 7: Durante o ano passado mentiu regularmente aos pais ou amigos sobre a quantidade de tempo que passava nas redes sociais?; item 9: Durante o ano passado teve conflitos graves com os pais e irmãos por causa da utilização que fazia das redes sociais?). Esta não interferência nas relações pode ser consequência da formulação dos itens não englobar a/o companheira(o) como um dos elementos centrais às discussões.

O estudo comporta limitações que devem de ser tidas em consideração.

Uma das mais importantes é que os itens têm na base da sua elaboração critérios de diagnósticos usados originalmente para descrever jogo patológico e/ou dependência de substâncias que podem necessitar de ser reformulados de modo a englobarem características específicas da utilização excessiva das redes sociais virtuais (Eijnden, et al., 2016). Acresce que os dados foram conseguidos através de um instrumento de autorresposta, não tendo havido um cruzamento da informação com outros métodos ou fontes (i.e., por exemplo, familiares e amigos/as ou informações comportamentais diretas).

A estrutura fatorial da SMDS-SF deverá continuar a ser estudada de modo a confirmar a sua adequação à população adulta portuguesa. Em estudos futuros é sugerida a inserção da questão “Utiliza alguma rede social virtual?” complementada com “Se sim, refira qual ou a utilização de sujeitos previamente selecionados por usarem as redes sociais virtuais”. A replicação do presente estudo em adolescentes e em sujeitos com mais de 30 anos é outra das sugestões sendo essencial prestar atenção à formulação dos itens.

CONCLUSÃO

O presente estudo contribui para o enriquecimento da investigação referente à utilização das redes sociais virtuais, permitindo uma visão mais clara da sua utilização abusiva pela população adulta portuguesa.

A SMDS-SF revelou ser um instrumento válido para ser utilizado em futuras investigações assim como para distinguir sujeitos dependentes dos não dependentes. Finalmente, foi possível apurar que a percentagem de sujeitos dependentes das redes sociais virtuais nos adultos portugueses desta amostra é de 24%, sendo que estes referiram pensar com muita frequência na utilização destes sites para evitar pensamentos desagradáveis e relataram dificuldades em reduzir o tempo despendido a usá-los. No entanto, mencionaram a existência de poucos conflitos com familiares e/ou amigos e que raramente mentiam sobre a utilização das redes sociais virtuais.

IMPLICAÇÕES PARA A PRÁTICA CLÍNICA

A presente investigação possibilita a avaliação da forma como as redes sociais virtuais são utilizadas pelos adultos portugueses, bem como os problemas associados a um uso excessivo. Este estudo constitui uma mais-valia uma vez que auxilia os profissionais a definir um padrão problemático associado ao uso destes sites e a desenvolver planos de prevenção e intervenção.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Anastasi, A. (1990). *Psychological testing*. 6th Ed. New York: Mc Millan.

Barbera, D., Paglia, F. & Valsavoia, R. (2009). Social Network and Addiction. *Annual Review of Cybertherapy and Telemedicine*, 7, 33-36. Doi: 10.3233/978-1-60750-017-9-33

- Chawla, N. & Ostafin, B. (2007). Experiential Avoidance as a Functional Dimensional Approach to Psychopathology: An Empirical Review. *Journal of Clinical Psychology*, 63 (9), 871-890. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/jclp.20400>
- Damásio, B. (2012). Uso da análise fatorial exploratória em psicologia. *Avaliação Psicológica*, 11 (2), 213-228. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1677-04712012000200007&script=sci_abstract&tlng=es
- DeVellis, R. F. (1991). *Scale Development. Theory and applications*. London: Sage Publications.
- Eijnden, R., Lemmens, J. & Valkenburg, P. (2016). The Social Media Disorder Scale: Validity and psychometric properties. *Computers in Human Behavior*, 61, 478-487. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0747563216302059>
- Fabrigar, L. R., Wegener, D. T., MacCallum, R. C., & Strahan, E. J. (1999). Evaluating the use of exploratory factor analysis in psychological research. *Psychological Methods*, 4 (3), 272-299. Doi:10.1037/1082-989x.4.3.272.
- Field, A. (2009). *Discovering Statistics Using SPSS*. 3rd Ed. Londres: Sage Publications Ltd.
- Griffiths, M. (2000). Internet Addiction - Time to be Taken Seriously?. *Addiction Research*, 8 (5), 413-418. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.3109/16066350009005587>
- Griffiths, M. & Szabo, A. (2014). Is excessive online usage a function of medium or activity? An empirical pilot study. *Journal of Behavioral Addictions*, 3 (1), 74-77. Doi: 10.1556/JBA.2.2013.016.
- Guedes, E., Sancassiani, F., Carta, M., Campos, C., Machado, S., King, A. & Nardi, A. (2016). Internet Addiction and Excessive Social Networks Use: What About Facebook?. *Clinical Practice & Epidemiology in Mental Health*, 12, 43-48.
- Kallas, P. (2017). Top 15 Most Popular Social Networking Sites and Apps. Consultado em Setembro 20, 2017 em: <https://www.dramgrow.com/top-15-most-popular-social-networking-sites>.
- Kietzmann, J., Hermkens, K., McCarthy, I. & Silvestre, B. (2011). Social media? Get serious! Understanding the functional building blocks of social media. *Business Horizons*, 54 (3), 241-251. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0007681311000061>
- Muñiz A. M., Fidalgo E., García-Cueto R., Martínez & Moreno, R. (2005). *Análisis de los ítems*. Madrid: La Muralla.
- Murteira, J. A., Silva, J. A., Pimenta, C. & Ribeiro, C. S. (2001). *Introdução à estatística*. Lisboa: Mc Graw-Hill.
- Notley, T. (2009). Young People, Online Networks, and Social Inclusion. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 14, 1208-1227.
- Pantic, I. (2014). Online Social Networking and Mental Health. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 17 (10), 652-657. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4183915/>
- Pasquali, L. (2003). *Psicometria: Teoria dos testes na psicologia e na educação*. Petrópolis: Editora Vozes.
- PORDATA. (2016). Indivíduos com 16 e mais anos que utilizam computador e Internet em % do total de indivíduos: por grupo etário.
- Silva, M. (2016). *Redes sociais aumentam isolamento*. Consultado em Setembro 24, 2017 em: <http://www.cmjornal.pt/mais-cm/domingo/detalhe/redes-sociais-aumentamisolamento>.
- Silva, S. (2014). Mais de 70% dos jovens portugueses com sinais de dependência da Internet.
- The Statistics Portal. (2017). Most famous social network sites worldwide as of August 2017, ranked by number of active users (in millions).
- Wang, C., Lee, M. & Hua, Z. (2015). A theory of social media dependence: Evidence from microblog users. *Decision Support Systems*, 69, 40-49.
- Watkins, M. W. (2000). *Monte Carlo PCA for Parallel Analysis [Computer software]*. State College, PA: Ed. & Psych Associates.