

Influências do uso do WhatsApp na qualidade de vida de professoras de ensino fundamental

-----

*Influences of using WhatsApp on the quality of life of elementary school teachers*

-----

*Influencias del uso de WhatsApp en la calidad de vida de maestras de primaria*

Viviane Ramos Sousa<sup>1</sup>  
Damares Borges dos Santos<sup>2</sup>  
Alfredo Almeida Pina de Oliveira<sup>3</sup>  
Elisabete Agrela Andrade<sup>4</sup>

**Resumo:** O WhatsApp, uma das mídias sociais mais populares no mundo e parte da revolução digital das Tecnologias de Informação e Comunicação (TIC), vem mudando as relações sociais. Este estudo tem como objetivo analisar a influência do WhatsApp na qualidade de vida dos professores do ensino fundamental. A amostra do estudo foi composta por 51 professoras, que trabalham em seis escolas particulares no sul de São Paulo. Dois questionários diferentes foram usados para coletar os dados do estudo: (1) questionário de práticas de uso do WhatsApp e (2) questionário para avaliar a qualidade de vida WHOQOL-Bref. Os dados coletados foram analisados pelo software estatístico GraphPad Prism®, evidenciam influências negativas ou positivas associadas ao propósito do uso e das reações emocionais provocadas em seus usuários. Conclui-se que o WhatsApp pode ter influência positiva quando usado moderadamente e influência negativa, se seu uso causar ansiedade ou trazer distrações de atenção nas atividades diárias. Apresenta-se também como um recurso relevante para promover a saúde e elaborar ações educativas inovadoras.

**Palavras-chave:** Professores. Qualidade de vida. Saúde do professor. Tecnologia da Informação.

**Abstract:** WhatsApp, one of the most popular social media in the world and part of the digital revolution of Information and Communication Technologies (ICT), has been changing social media. This study aims to analyze the influence of WhatsApp on the quality of life of elementary school teachers. The class of the study was made by 51 teachers, who carry out six private schools in the south of São Paulo. Two questionnaires were used to collect data from the study: (1) WhatsApp practice questionnaire and (2) questionnaire to assess the quality of life of WHOQOL-Bref. The data were consisted of GraphPad Prism® statistical software, evidencing negative or positive influences on the purpose of use and emotional provocation in its users. It turns out that WhatsApp may be able to distract itself with moderate attention to daily activities. It is also presented as a relevant resource to promote health and the achievement of innovative educational actions.

**keywords:** Information technology. Quality of life. Teachers. Teacher's health.

---

1 Mestre em Promoção da Saúde, Psicóloga e Coordenadora pedagógica no Ensino Fundamental.

2 Psicóloga, Pesquisadora Auxiliar do Mestrado Profissional em Promoção da Saúde do Centro Universitário Adventista de São Paulo (UNASP).

3 Doutor em Ciências, Enfermeiro e educador em Saúde Pública.

4 Doutora em Ciências, Psicóloga, Professora no Programa de Pós-Graduação em Promoção da Saúde do Centro Universitário Adventista de São Paulo (UNASP).

**Resumen:** El WhatsApp, uno de los medios sociales más populares del mundo y parte de la revolución digital de las Tecnologías de Información y Comunicación (TIC), viene cambiando los medios sociales. Este estudio tiene como objetivo analizar la influencia del WhatsApp en la calidad de vida de los profesores de la enseñanza fundamental. La clase del estudio fue hecha por 51 profesoras, que realizan seis escuelas particulares en el sur de São Paulo. Dos cuestionarios se utilizan para recoger los datos del estudio: (1) las prácticas de uso cuestionario WhatsApp y (2) cuestionario para evaluar la calidad de vida WHOQOLBREF. Los datos fueron consistentes por el software estadístico GraphPad Prism®, evidencian influencias negativas o positivas al propósito de uso y emocionales provocaciones en sus usuarios. Se concluye que el WhatsApp puede ser capaz de distraerse con la atención moderada para las actividades diarias. Se presenta también como un recurso relevante para promover la salud y el alcance de acciones educativas innovadoras.

**Palabras clave:** Calidad de vida. Maestros. Tecnología de la Información. Salud del maestro.

## INTRODUÇÃO

O trabalho docente apresenta diversos desafios na era digital. As transformações na sociedade implicam em revoluções tecnológicas e pedagógicas que modificam as formas de aprender e ensinar, assim como os modos de cuidar em diferentes âmbitos da vida, do trabalho e dos relacionamentos interpessoais.

A exiguidade sobre pesquisas científicas relacionadas às condições de trabalho e qualidade de vida de professores do ensino fundamental indicam que, diante do crescente número de adoecimentos, há a necessidade de desenvolvimento de ações de promoção de saúde e qualidade de vida para este público, em especial, pela potencial influência que exercem nos primeiros anos de formação escolar (ROCHA e FERNANDES, 2008) e pela importante função na formação de novos trabalhadores e futuros cidadãos (SOUTO et al., 2016).

O referencial da promoção da saúde propõe um processo de fortalecimento das pessoas e comunidades para a construção de competências para que atuem de maneira autônoma, equitativa e participativa na melhoria da própria saúde e qualidade de vida. Nesse sentido, envolver professores na promoção da saúde e desenvolver projetos coletivos com alunos, pais e demais atores

sociais relevantes na comunidade pode favorecer a interlocução entre saúde e educação, tornando-os multiplicadores destes conhecimentos para a comunidade escolar e ativos na busca por melhorias na própria qualidade de vida (SOUZA, 2012).

Por qualidade de vida entende-se que é uma noção subjetiva, de múltiplos significados e acima de tudo humana, que se refere ao bem estar que os indivíduos e a comunidade encontram nas diversas esferas da vida (MINAYO, 2013). Mesmo sendo uma construção individual, ela é influenciada pelo grupo de valores, crenças e costumes da sociedade em que se está inserido e toda mudança, interna ou externa, que provoque alterações no cotidiano das pessoas, pode interferir, positiva ou negativamente, na sua percepção da qualidade de vida.

Entende-se que a qualidade de vida do professor, cercada de responsabilidades e somadas às condições ambientais desfavoráveis, podem causar problemas físicos e emocionais, limitando suas condições de saúde (MOREIRA et al., 2010). Além disso, com a ascendência da globalização e da evolução tecnológica, são exigidos dos professores novas demandas de atualização e mudanças na formação do aluno, o que gera ainda mais sobrecarga (ROCHA e FERNANDES, 2008).

Por outro lado, a evolução dos computadores, celulares e outros equipamentos portáteis ou gadgets abrem

novas possibilidades, conferem mobilidade e acesso ao conhecimento de maneira sedutoramente rápida e aparentemente completa. Cabe a ponderação sobre como a qualidade de vida vem sendo influenciada por tais avanços tecnológicos, já que as tecnologias de informação e comunicação (TIC) permitem ampliar a visão de mundo e modificam as noções de tempo, de espaço e da própria realidade (KING e NARDI 2013).

Estudos indicam ganhos relativos ao uso do WhatsApp® com foco na área da saúde, tais como, a facilidade de acesso diminuindo as barreiras geográficas e físicas (HENRY et al., 2016; WELCH et al., 2016), a melhora na comunicação entre os membros da equipe (BAKSHI e BHAWALKAR, 2017; GIORDANO et al., 2017; HENRY et al., 2016; PAHWA, LUNSFORD e LIVESLEY, 2018; WANI et al. 2013) e o esclarecimento de dúvidas para melhorar a adesão ao tratamento (CALDERÓN et al., 2017; GIORDANO et al., 2017; LIMA et al. 2018).

Compreender os efeitos do avanço da tecnologia na qualidade de vida dos profissionais na educação pode favorecer um bom uso dos recursos digitais disponíveis, em particular o neste estudo que enfatiza um aplicativo de mensagens instantâneas. Com base no cenário apresentado, o objetivo do presente trabalho é analisar a influência do WhatsApp na qualidade de vida dos professores do ensino fundamental.

## 2 REFERENCIAL

Entende-se que a promoção e proteção da saúde das pessoas, é imprescindível para o desenvolvimento econômico e social e fator relevante para a melhoria da qualidade de vida e a paz mundial entre os povos. Assim é tarefa de todos os setores sociais e econômicos, além do setor da saúde, garantir o mais alto nível possível de saúde (FEIO e OLIVEIRA, 2015).

Vermelho et al. (2014) colocam que para promover saúde aqueles que trabalham com a formação e transmitem informações para a população tem importância vital. O que se espera é que com maior conhecimento, as

pessoas possam aprender e adotar hábitos que levem a uma vida mais saudável e com maior qualidade.

Para Moreira et al. (2010), a percepção sobre a qualidade de vida varia de pessoa para pessoa e é influenciada por fatores externos e internos, que geram no indivíduo bem ou mal-estar e logo, uma boa ou má percepção de sua qualidade de vida. Um destes fatores é a evolução tecnológica que somada ao processo de globalização introduz novos costumes, comportamentos e hábitos nos indivíduos e na sociedade (KING e NARDI, 2013).

A globalização traz sobre a escola novas demandas por conta da influência política, tecnológica, cultural e econômica que produz e exige um tipo novo de formação para as crianças e jovens. E grande parte destas responsabilidades e exigências recaem sobre os professores. A eles são contínuas e cotidianamente atribuídas novas funções (ROCHA e FERNANDES, 2008), neste sentido, pensar a qualidade de vida do professor é importante.

O grande avanço da tecnologia nos últimos anos tem trazido significativas mudanças na socialização, podendo ser sentidas nas relações sociais, profissionais, acadêmicas e políticas (PÁRAMO e BURBANO, 2013). Os relacionamentos entre as pessoas vêm sendo intermediados pela internet, passamos de seres sociais para sócio virtuais, estar conectado com o mundo, de posse das novas tecnologias e com acesso à informação se tornou imprescindível na sociedade atual (HONORATO, 2014).

Lévy (2010) definiu como ciberespaço o meio de comunicação que surgiu com a rede de ligação mundial de computadores (World Wide Web – www), tanto em estrutura física quanto as informações que circulam por ela. Para o autor a cibercultura seria o conjunto de costumes, procedimentos, maneiras de pensar e valores que se desenvolvem no ciberespaço.

As tecnologias evoluem constantemente, uma servindo de base para outra, se aperfeiçoando e ganhando novos contornos e

funcionalidades. Elas podem evoluir tanto para o bem como em prejuízo dos seres humanos e do planeta. Se por um lado a mobilidade, flexibilidade e conveniência são essenciais para a vida moderna, dando autonomia e liberdade, por outro lado trazem sensações negativas como não parar de trabalhar ou dependência patológica (KING, NARDI e CARDOSO, 2014).

Germani et al. (2013) em um estudo que analisou o uso da tecnologia como ferramenta pedagógica para a promoção da saúde, colocam que é necessário desenvolver estratégias adequadas que propiciem a aprendizagem e o uso consciente em prol da formação profissional.

Iriart e Silva (2015) apontam a que a internet, além de fonte de informação sobre doenças, sintomas e possibilidades de cura, é um ambiente de construção subjetiva e de relações sociais e afetivas que merecem atenção no campo da saúde. Segundo estes autores, estudar a forma de utilização e os significados destas tecnologias, atualmente tão comuns às práticas sociais, é fundamental para que possam também ser utilizadas como instrumentos de prevenção e promoção da saúde.

Na mesma proporção que as tecnologias produzem benefícios, elas também podem levar à prejuízos para saúde física e mental, como o sedentarismo, o isolamento social ou a dependência. A linha que separa o uso consciente do abuso é muito tênue e exige estudos sobre a relação Homem/Tecnologia e seus efeitos nos comportamentos e emoções destes, nas diferentes camadas da população (KING e NARDI, 2013). Pensar a saúde dos professores e a influência das tecnologias digitais na qualidade de vida destes, torna-se, portanto, uma questão importante a ser discutida no campo da saúde.

### 3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Trata-se de um estudo exploratório, de caráter descritivo e natureza quantitativa. A pesquisa foi realizada com professoras do ensino fundamental 1 (1º ao 5º ano), de seis

colégios particulares da zona sul de São Paulo. Foram convidados a participar 70 professoras, que compreendem o número total de professoras do seguimento. Destes, 51 responderam aos instrumentos propostos, o que corresponde a 73% do total.

A realização deste estudo obteve a aprovação de Comitê de Ética em Pesquisa, sob o número de parecer 2.066.493 e foi autorizada pela coordenadora pedagógica responsável pelos Colégios partícipes. As recomendações da Resolução 466/12, do Ministério da Saúde (MS) (BRASIL, 2002) foram adotadas em todas as etapas da presente pesquisa e os participantes assinaram devidamente os Termos de Consentimento Livre e Esclarecido.

Em relação aos cenários do estudo, os colégios selecionados fazem parte da rede privada e confessional de ensino. Para a participação na pesquisa foram adotados os seguintes critérios de inclusão: ser professora de 1º ao 5º ano nos colégios selecionados, maior de 18 anos, estar apto a responder os questionários e assinar o termo de consentimento livre e esclarecido.

Foram coletados os dados por meio de dois questionários autoaplicáveis: um questionário sobre o uso de aplicativo de mensagens instantâneas WhatsApp e um questionário sobre qualidade de vida desenvolvido pela Organização Mundial de Saúde.

O questionário sobre uso do aplicativo de mensagens instantâneas WhatsApp foi desenvolvido para esta pesquisa e objetivou mensurar o uso do aplicativo, suas motivações, as sensações e reações emocionais provocadas por ele e contribuições percebidas no cotidiano das professoras do ensino fundamental I. Abordou também questões sociodemográficas com a finalidade de obter informações complementares sobre os docentes, possibilitando descrever seu perfil e mensurar possíveis associações com qualidade de vida.

O Word Health Organization Quality of Life Instrument (WHOQOL) avalia a qualidade

de vida, no Brasil foi traduzido e validado por Fleck et.al (2000). A versão escolhida para o presente trabalho é o WHOQOL-Bref, apresenta desempenho psicométrico satisfatório e foi construído para ser auto aplicado e autoexplicativo. Este é constituído por 26 questões fechadas, agrupadas em 4 domínios: físico (7 itens), psicológico (6 itens), relações sociais (3 itens) e meio ambiente (8 itens). O instrumento considera as duas últimas semanas vividas pelos sujeitos. O modelo teórico em que foi desenvolvido o WHOQOL, em todas as suas versões, sugere uma visão multidimensional da qualidade de vida, sendo assim, os escores são calculados para cada domínio. O instrumento não apresenta uma medida que classifique a qualidade de vida em boa ou ruim, aponta apenas que quanto maior for o escore, melhor qualidade de vida (FLECK, 2016).

Os procedimentos de coleta de dados foram operacionalizados da seguinte forma: em data previamente agendada com a administração, a pesquisadora esteve em cada escola. Os professores eram encaminhados para a sala determinada pela coordenação e foram convidados, individualmente ou em pequenos grupos, a participar da pesquisa. No momento do convite, foram apresentados os objetivos da pesquisa, seus riscos e benefícios. Àqueles que concordaram participar da pesquisa, foi solicitado leitura e assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Imediatamente após o aceite, cada professora recebeu os questionários e foram individualmente respondidos. O tempo gasto para preenchimento foi de 10 minutos em média. Os dados foram coletados no período de outubro a dezembro de 2017.

Os dados coletados foram tabulados e

analisados estatisticamente e utilizados para compor os resultados, a discussão e considerações finais da pesquisa. Para o questionário de uso do aplicativo WhatsApp, foi calculada a porcentagem de respostas em cada pergunta e tabulados também os dados sociodemográficos. Para o questionário WHOQOL-Bref o cálculo dos escores de cada domínio e a estatística descritiva (média e desvio padrão), planilha do Microsoft Excel<sup>®</sup>, elaborada segundo a sintaxe do próprio instrumento, proposta por Pedrosa et al. (2010).

Para relação entre os dados do questionário sobre o uso do WhatsApp e os escores do WHOQOL-Bref, uma planilha eletrônica do Microsoft Excel<sup>®</sup> foi empregada na tabulação e categorização e estatística descritiva dos dados e utilizado o programa estatístico GraphPadPrism<sup>®</sup>, para análise de variância, o nível de significância estabelecido foi de 5% ( $p < 0,05$ ).

Para construir uma relação entre os resultados do WHOQOL-Bref e o mapeamento de uso do WhatsApp, todas as perguntas do questionário foram aproximadas dos domínios do instrumento WHOQOL-Bref, de acordo com a temática de cada questão, sendo possível relacioná-las a mais de um domínio. Neste contexto o WHOQOL-Bref, como instrumento padronizado foi aproximado do material produzido pela pesquisa, de forma que o objetivo pudesse ser alcançado.

#### 4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A pesquisa foi realizada com 51 professoras de seis colégios particulares confessionais da zona sul de São Paulo. A tabela 1 apresenta as características sociodemográficas descritas segundo as variáveis: idade, gênero, nível de escolaridade, estado civil, tempo de escolaridade e período de trabalho.

Tabela 1 - Características sociodemográficas da amostra

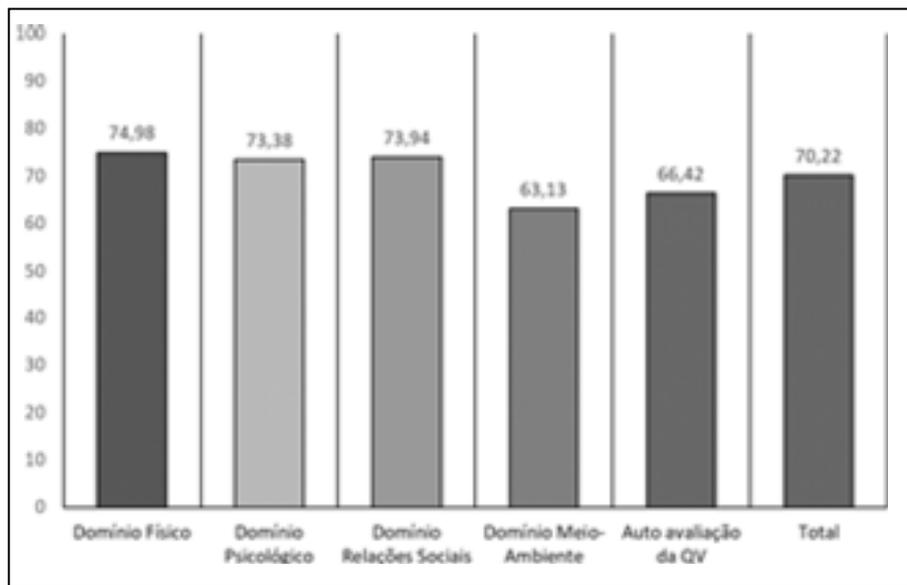
VARIÁVEL	TOTAL (N)	PERCENTUAL (%)
<b>IDADE</b>		
20   29	8	15,7
30   39	26	51,0
40   49	12	23,5
50 - MAIS	5	9,8
<b>SEXO</b>		
FEMININO	51	100
MASCULINO	0	0
<b>NÍVEL DE ESCOLARIDADE</b>		
SUPERIOR COMPLETO	30	58,8
SUPERIOR INCOMPLETO	2	3,9
PÓS-GRADUAÇÃO COMPLETA	9	17,6
PÓS-GRADUAÇÃO INCOMPLETA	10	19,7
<b>ESTADO CIVIL</b>		
SOLTEIRO	5	9,8
CASADO OU UNIÃO ESTÁVEL	42	82,4
DIVORCIADO OU SEPARADO	4	7,8
VIÚVO	0	0
<b>TEMPO DE MAGISTÉRIO</b>		
ATÉ 5 ANOS	29	56,9
6   10 ANOS	6	11,7
11   15 ANOS	6	11,7
MAIS DE 16 ANOS	10	19,7
<b>PERÍODOS DE TRABALHO</b>		
1 PERÍODO (MANHÃ OU TARDE)	42	82,4
2 PERÍODOS (EM 1 ESCOLA)	6	11,7
2 PERÍODOS (EM 2 ESCOLAS)	2	3,9
2 PERÍODOS (1 ESCOLA E 1 OUTRA ATIVIDADE)	1	2,0

Fonte: Elaborada pelos autores (2018).

A sintaxe oficial do WHOQOL apresenta os resultados em duas escalas: 20 e 100 pontos. No gráfico abaixo apresentamos os mesmos resultados na escala de 100, que é a mais utilizada por pesquisadores, assim os resultados poderão ser

comparados aos de outras pesquisas (DAMASIO, MELO e SILVA, 2013; ROCHA e FERNANDES, 2008; FOLLE e FARIAS, 2012; NEVES, 2008; PENTEADO e PEREIRA, 2007; PEREIRA, TEIXEIRA e LOPES, 2013; PIMENTEL et al. 2016).

Figura 1 - Avaliação da qualidade de vida - WHOQOL-Bref



Fonte: Elaborada pelos autores (2018).

Souto et al. (2016) sugerem que para se considerar uma melhor qualidade de vida os valores precisam se aproximar de 100, escores superiores a 61 já indicam uma boa qualidade de vida. No presente estudo, os escores de todos os domínios têm valor acima deste patamar, indicando a boa qualidade de vida destas professoras.

Os resultados do WHOQOL-Bref não apresentam uma medida que classifique a qualidade de vida em boa ou ruim, apontam apenas que quanto maior for o escore, melhor qualidade de vida (FLECK, 2016). A tabela 2 apresenta a média dos escores de cada domínio, o escore de auto avaliação da

qualidade de vida (questões 1 e 2) e o escore geral.

Esta pesquisa aponta escores mais elevados nos domínios físico 16,00, psicológico 15,74 e relações sociais 15,83 e menor em meio ambiente 14,10. Semelhantes resultados foram encontrados por Fleck et al. (2000), quando comparados com os dados de 50 indivíduos controle daquela pesquisa, domínio físico 16,6, psicológico 15,6, relações sociais 15,5 e meio ambiente 14,0. O estudo de Fleck et al. (2000), embora seja de uma amostra não constituída por professores, nem apenas mulheres, serve de referência por tratar da consistência do teste para avaliação da qualidade de vida, para população brasileira.

Tabela 2 - Avaliação da qualidade de vida - WHOQOL-Bref

DOMÍNIO	MÉDIA	DESVIO PADRÃO	VALOR MÍNIMO	VALOR MÁXIMO
I - FÍSICO	16,00	2,26	10,25	20,00
II - PSICOLÓGICO	15,74	2,15	8,67	19,33
III - RELAÇÕES SOCIAIS	15,83	2,71	8,00	20,00
IV - MEIO AMBIENTE	14,10	2,28	8,50	19,00
V - AUTO AVALIAÇÃO DA QV	14,62	2,73	8,00	20,00
GERAL	15,24	1,88	9,29	19,00

Fonte: Elaborada pelos autores (2018).

Estudos relativos à qualidade de vida de professores, apresentam escores mais baixos nos domínios físico e meio ambiente, sendo este último o de menor escore na maioria dos estudos e o domínio das relações sociais com os escores mais elevados (DAMASIO, MELO e SILVA, 2013; ROCHA e FERNANDES, 2008; FOLLE e FARIAS, 2012; NEVES, 2008; PENTEADO e PEREIRA, 2007; PEREIRA, TEIXEIRA e LOPES, 2013; PIMENTEL et al., 2016).

O domínio Meio Ambiente engloba facetas relativas à segurança física e sensação de proteção, transporte, trânsito, poluição, oportunidade de recreação e aquisição de novas habilidades, recursos financeiros e disponibilidades de serviços de saúde, estes estudos (citados acima) apontam estas áreas como deficitárias em várias localidades em que foram realizados. Penteado e Pereira (2007) reforçam ainda que escores mais baixos no domínio meio ambiente, podem revelar a desvalorização da carreira docente. Os baixos salários reduzem os investimentos em crescimento pessoal, momentos de lazer e cultura e aprimoramento profissional, fatores que acabam interferindo na saúde e qualidade de vida dos professores.

Nesta pesquisa, o escore do domínio relações sociais está também entre os mais elevados. Pereira, Teixeira e Lopes (2013), argumentam que o apoio social é fundamental para a saúde docente, podendo inclusive se constituir como fator de proteção para qualidade de vida. O domínio relações sociais engloba: a satisfação com as relações pessoais, vida sexual e apoio de familiares, amigos e colegas de trabalho. Estes fatores têm se mostrado como aspecto positivo da qualidade de vida de professores (FOLLE e FARIAS, 2012).

No que diz respeito à relação entre o uso do aplicativo de mensagens instantâneas (WhatsApp) a qualidade de vida (WHOQOL-BREF) foi preocupação deste trabalho ter informações sobre o uso da ferramenta comparadas com os resultados com os escores de todos os domínios do WHOQOL-Bref. Apesar de apenas o domínio de meio ambiente apresentar diferença significativa, os dados indicam que as pessoas que usam com maior frequência a ferramenta, tem escores mais elevados em todos os domínios em geral, com exceção do domínio de relações sociais.

Tabela 3 - Informações sobre WhatsApp e os domínios do WHOQOL-Bref

INFORMAÇÃO SOBRE O USO DO DOMÍNIO	FREQUÊNCIA DE USO	Nº	domínio físico	domínio familiar	domínio social	domínio ambiental	QV Global	QVFI
<b>USO DE USO MUITO FREQUENTE</b>	Muitas vezes	9 (17,6)	14,46±2,4	16,58±2,9	17,11±2,9	12,62±1,9	14,22±2,0	14,58±2,0
	Algumas vezes	20 (37,2)	15,62±2,4	15,33±2,0	15,57±2,4	14,03±2,3	14,40±2,2	14,57±2,3
	Muitas vezes	14 (27,4)	16,84±2,1	15,40±1,7	14,81±2,7	12,74±1,9	14,57±2,4	15,08±1,6
	Sempre	8 (15,7)	16,98±2,5	16,72±1,7	16,88±2,6	16,77±1,5	14,73±2,1	16,58±1,3
	p		0,0007	0,3400	0,1013	0,0005	0,6489	0,2637
<b>USO DE USO MUITO RARAS</b>	Muitas vezes	4 (7,7)	16,01±2,8	16,38±1,6	16,83±1,9	14,40±2,0	14,50±1,9	15,50±1,7
	Algumas vezes	16 (31,4)	15,06±2,5	14,65±2,6	14,79±2,8	13,31±1,4	13,00±1,4	14,38±2,2
	Muitas vezes	19 (37,3)	16,52±1,9	16,08±2,5	16,84±2,5	14,91±1,9	15,68±1,6	15,88±1,3
	Sempre	4 (7,7)	16,50±1,4	16,57±2,0	15,83±2,0	13,45±2,3	15,50±1,2	15,44±1,5
	p		0,2701	0,0009	0,0009	0,1617	0,0007	0,0001
<b>USO DE USO RARAS E SEMPRE RARAS</b>	Muitas vezes	9 (16,7)	16,42±2,0	16,09±2,3	16,48±2,9	-	-	16,71±1,9
	Algumas vezes	10 (19,6)	14,57±1,1	15,18±1,5	14,78±1,9	-	-	14,07±1,5
	Muitas vezes e sempre	0	-	-	-	-	-	-
	Sempre			0,0000	0,0000	-	-	0,0000
	p			0,0000	0,0000	0,0000	-	0,0000
<b>USO DE USO RARAS E SEMPRE RARAS</b>	Muitas vezes	7 (13,7)	17,19±2,1	17,50±1,7	18,85±1,3	13,72±1,1	14,00±1,9	16,37±1,1
	Algumas vezes	19 (37,3)	16,35±1,9	16,22±1,4	15,85±1,3	15,05±2,1	15,47±1,6	15,78±1,4
	Muitas vezes	14 (27,4)	16,52±2,1	16,28±1,8	16,38±1,3	13,85±2,6	14,71±2,5	15,09±2,1
	Muitas vezes e sempre	11 (21,6)	14,41±2,1	14,42±2,2	14,48±2,8	13,08±1,0	13,38±1,4	13,83±1,8
	p		0,0000	0,0007	0,7200	0,5004	0,0000	0,7200

Fonte: Elaborada pelos autores (2018).

A maioria das professoras entende o uso do WhatsApp como uma necessidade, mas em graus variados. Os resultados indicam que àquelas que muitas vezes sentem o uso como uma necessidade, tem médias mais elevadas nos domínios físico, social, qualidade de vida e no geral. Houve diferenças significativas no domínio relações sociais  $p=0,0136$  e qualidade de vida global (QV Global)  $p=0,0197$ .

Considerando ainda o uso do WhatsApp como uma necessidade, no domínio social houve também diferença significativa,  $p=0,0126$  entre quem acredita que o aplicativo é uma necessidade muitas vezes e quem o faz algumas vezes. Semelhante situação pôde ser verificada na qualidade de vida global, houve diferença significativa,  $p=0,0158$  entre muitas vezes e algumas vezes. No escore geral houve também diferença significativa,  $p=0,0475$

entre quem acredita que o aplicativo é uma necessidade muitas vezes e algumas vezes.

Os dados apresentados indicam que o aplicativo WhatsApp é amplamente utilizado para compartilhar mensagens, trocar informações e comunicar-se com familiares, amigos, superiores e colegas de trabalho. Contudo, não apresentam diferenças significativas, considerando-se o motivo de uso do aplicativo e os escores de qualidade de vida nos diferentes domínios do WHOQOL-Bref.

Para Grossi et al. (2014) atualmente, pelas características desta sociedade imersa nas tecnologias de comunicação, grande valor é atribuído à informação, seu acesso, divulgação e compartilhamento, assim os indivíduos procuram maneiras de estar conectados todo tempo. Dentro deste contexto, os autores, colocam que as redes sociais se tornaram imprescindíveis e cada vez mais tem se

tornado hábito das pessoas a participação cotidiana nelas.

As participantes da amostra também foram questionadas se deixaram de fazer algo importante por estar usando o aplicativo WhatsApp e se o uso às distrai. Quanto a ter deixado de fazer alguma coisa importante por estar usando WhatsApp, a maioria (66,7%) respondeu que raro ou nunca. As diferenças apontam para escores mais elevados da qualidade de vida para quem raramente ou nunca deixa de fazer algo importante para usar o WhatsApp.

No que diz respeito à distração, para 7 (13,7%) raramente ou nunca uso do aplicativo distrai a atenção, 19 (37,3%) disseram que muito pouco, 14 (27,4%) algumas vezes, 8 (15,7%) muitas vezes e 3 (5,9%) responderam que sempre o uso do aplicativo distrai sua atenção.

Nos domínios psicológico, social, QV Global e geral os dados se confirmam indicando melhor qualidade de vida para quem raro, nunca ou poucas vezes distrai a atenção com o WhatsApp, a saber: domínio psicológico diferença significativa  $p=0,0118$  entre raro ou nunca e muitas vezes e sempre; domínio social diferença significativa  $p=0,0212$  entre raro e poucas vezes,  $p=0,0067$  entre raro e algumas vezes e  $p=0,001$  entre raro e muitas vezes ou sempre; QV Global diferença significativa  $p=0,0114$  entre raro e muitas vezes ou sempre e  $p=0,0046$  entre poucas vezes e muitas vezes ou sempre; e no escore geral diferença significativa  $p=0,0288$  entre raro e muitas vezes ou sempre e  $p=0,0250$  entre poucas vezes e muitas vezes ou sempre.

As respostas da questão sobre a sensação de obrigação de ler e responder de imediato as mensagens do aplicativo, 33,3% das professoras respondeu poucas vezes, seus escores foram mais elevados no domínio psicológico, apresentando diferença significativa,  $p=0,022$  em relação aos demais. Para questão sobre o incômodo provocado pelos assuntos de trabalho, no domínio psicológico apresentou-se uma diferença

significativa  $p=0,0284$ , com escores mais elevados para aquelas que responderam poucas vezes, indicando uma melhor qualidade de vida para estas. As questões que abordam o desconforto por mensagens fora do horário comercial e quando as mensagens indicam que as pessoas têm atividades que elas julgam serem mais interessantes que as delas não apresentaram diferenças significativas.

Sobre os relacionados às relações sociais e emocionais, a maioria das professoras relatou que o WhatsApp não provoca o sentimento de solidão com escores mais elevados em todos os domínios. Foram encontradas diferenças significativas no domínio psicológico  $p=0,0397$  e geral  $p=0,051$ , quando comparada a questão sobre o sentir-se importante com o uso do aplicativo a estes domínios. O escore geral mais elevado está para quem respondeu raro ou nunca à esta questão, indicando que quanto menos se depende do WhatsApp para sentir-se importante mais qualidade de vida. Entretanto, no domínio psicológico quem respondeu poucas vezes apresentou índice mais alto, indicando que em poucos momentos sentir-se importante com o uso do aplicativo é bom para a qualidade de vida.

As professoras apontaram para contribuição na comunicação com o uso do aplicativo de mensagens instantâneas WhatsApp, considerando a comunicação com a família, amigos, superiores e colegas de trabalho. Campos et al. (2015) enfatizam que os seres humanos, como seres sociais, requerem o auxílio e a coparticipação de seus pares nas diferentes dificuldades e necessidades que encontram no seu dia-a-dia, isso demanda estar em contato e interagindo. Nas ações comunicativas, todos participam da produção coletiva de conhecimentos, e podem, desde que conectados, compartilhar experiências, emoções, informações e saberes (GROSSI et al., 2014).

Questionadas sobre como avaliam a influência do uso do WhatsApp sobre a qualidade de vida 11 (21,6%) professoras

colocam que não exerce nenhuma, 21 (41,2%) apontam que a mesma é pequena, 15 (29,4%) indicam que a influência é mediana e 4 (7,8%) uma grande influência.

Quando questionadas sobre o tipo de influência exercido pelo WhatsApp sobre a qualidade de vida, 8 (15,7%) professoras indicaram que é positiva, 22 (43,1%) colocam ser mais positiva que negativa, 18 (35,3%) apontam que não exerce influência nem positiva, nem negativa, 1 (2,0%) indica uma influência mais negativa que positiva e 2 (3,9%) professoras que a influência é negativa.

A maioria das professoras classifica a influência do WhatsApp sobre sua qualidade de vida como pequena, entretanto, quando relacionados os dados com o WHOQOL-Bref, os escores mais elevados de qualidade de vida são das pessoas que indicam não existir influência do WhatsApp sobre a mesma. Os dados apontam assim melhores escores para a qualidade de vida quando associados a um uso moderado do WhatsApp, como por exemplo, em alguns momentos sentir que o uso é necessário, causar um pouco incômodo quando não é respondido de imediato, não se sentir obrigado a responder de imediato todas as vezes, sentir-se um pouco desconfortável com o uso para o trabalho, não deixar de fazer alguma coisa importante por causa do aplicativo e quando raramente distrai a atenção. Desta forma, permite-se sugerir que o uso desta ferramenta, desde que realizada de

forma ponderada, pode contribuir para a qualidade de vida das professoras.

Por toda a discussão realizada aqui, imersos em uma cultura em o uso do aplicativo que chega a 1,5 bilhão de usuários ativos por mês (SOARES, 2018), é importante a indicação que as professoras percebam a influência positiva do aplicativo sobre sua qualidade de vida, pode-se sugerir que a utilização como ferramenta diária para comunicação cotidiana seja benéfica para a qualidade de vida das professoras.

Considera-se como limitações deste estudo o tamanho da amostra, o que não permite fazer generalizações e somente o uso instrumentos quantitativos autoaplicáveis que limitam análises mais aprofundadas. Sugere-se a utilização de instrumentos quantitativos e qualitativos em amostras maiores.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Evidencia-se que o WhatsApp pode exercer influência sobre a qualidade de vida das professoras participantes deste estudo. No entanto, esta influência pode ser negativa ou positiva dependendo do uso que se faz e das reações emocionais que ele provoca no indivíduo. Sua influência é positiva quando o uso é consciente, e negativa quando gera ansiedade ou distração, que atrapalham o cotidiano. O quadro abaixo apresenta estas influências a partir dos resultados significativos:

Quadro 1 - Influências do WhatsApp sobre a qualidade de vida de professoras do ensino fundamental I

<b>Influência do WhatsApp na Qualidade de Vida do Grupo Estudado</b>	
<b>Positivas</b>	<b>Negativas</b>
<input type="checkbox"/> Usar com frequência durante o dia; <input type="checkbox"/> Sentir, de forma moderada, que o uso é uma necessidade; <input type="checkbox"/> Melhorar a comunicação com os amigos e colegas de trabalho; <input type="checkbox"/> Sentir-se poucas vezes a obrigatoriedade de ler e responder de imediato as mensagens; <input type="checkbox"/> Sentir um pouco de incômodo quando o aplicativo é usado para assuntos de trabalho; <input type="checkbox"/> Ao não provocar sentimento de solidão; <input type="checkbox"/> Sentir-se poucas vezes importante; <input type="checkbox"/> Avaliar que sua influência é pouco percebida <b>sobre a qualidade de vida.</b>	<input type="checkbox"/> Deixar de fazer alguma coisa importante por estar usando o aplicativo; <input type="checkbox"/> Distrair-se ou perder foco ou atenção; <input type="checkbox"/> Ao provocar a sensação de não parar de trabalhar ou a ansiedade; <input type="checkbox"/> Sentir incômodo com o fato de não ser respondido de imediato no aplicativo; <input type="checkbox"/> Dependendo do aplicativo de mensagens instantâneas para sentir alívio.

Destaca-se ainda o potencial do uso para promoção da saúde, abrindo o leque de oportunidades na comunicação entre pacientes e equipes médicas, como instrumento para a transmissão de conhecimentos, garantindo melhor o círculo de informações nas equipes de saúde e de formação continuada de profissionais da área. Estudos precisam ser realizados pelas implicações éticas destas questões, mas constitui-se um campo vasto de possibilidades.

Conclui-se este trabalho vislumbrando um vasto campo de estudo sobre as influências das tecnologias de informação e comunicação, em constante evolução, cotidiano e qualidade de vida dos seres humanos e como podemos potencializar seus benefícios a fim de serem instrumentos úteis para a preservação e promoção da saúde. Que este tenha sido um passo nesta direção.

## REFERÊNCIAS

BAKSHI, S.G.; BHAWALKAR, P. Role of WhatsApp-based discussions in improving residents' knowledge of post-operative pain management: a pilot study. **Korean J**

**Anesthesiol**, Mumbai, v. 70, n. 5, p. 542-549, outubro de 2017. Disponível em: <https://ekja.org/journal/view.php?number=8344&viewtype=pubreader#!po=3.12500>. Acesso em: 11 de jun. 2019.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Políticas de Saúde. Projeto Promoção da Saúde. **As Cartas da Promoção da Saúde** – Brasília: Ministério da Saúde, 2002. Disponível em: [http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cartas\\_promocao.pdf](http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cartas_promocao.pdf). Acesso em: 11 de jun. 2019.

CALDERÓN, J. et al. Information and communication technology use in asthmatic patients: a cross-sectional study in Latin America. **ERJ open research**, United Kingdom, vol. 3, p. 00005-2017, julho de 2017. Disponível em: <https://openres.ersjournals.com/content/erjor/3/3/00005-2017.full.pdf>. Acesso em: 11 de jun. 2019.

CAMPOS, R. L. C. et al. O estudo dos hábitos de conexão em redes sociais virtuais, por meio da mineração de dados. **Inovareduc**(Cidade do México), México, v.15, n.68, p.99-114, agosto de 2015.

- DAMÁSIO, B. F.; MELO, R. L. P.; SILVA, J. P. Sentido de Vida, Bem-Estar Psicológico e Qualidade de Vida em Professores Escolares. **Paidéia**, Ribeirão Preto, v. 23, n.54, p. 73-82, 2013. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-863X2013000100073](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-863X2013000100073). Acesso em: 11 de jun. 2019.
- FEIO, A; OLIVEIRA, C. C. Confluências e divergências conceituais em educação em saúde. **Saúde Soc.**, São Paulo, v. 24, n. 2, p. 703-15, junho de 2015. Disponível em: <https://www.scielosp.org/article/sausoc/2015.v24n2/703-715/>. Acesso em: 11 de jun. 2019.
- FLECK, M. P. A. et al. Aplicação da versão em português do instrumento abreviado de avaliação da qualidade de vida "WHOQOL-Bref". **Rev. Saúde Pública**, v. 34, n. 2, p. 178-183, abril de 2000. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-89102000000200012](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-89102000000200012). Acesso em: 11 de jun. 2019.
- FLECK, M.P.A. Instrumento de Avaliação da Qualidade de Vida da Organização Mundial da Saúde (WHOQOL). In: GORENSTEIN, C.; WANG, Y.; HUNGERBÜHLER, I. (ORG). **Instrumentos de Avaliação em saúde mental**. Porto Alegre: Artmed, 2016. p. 443-449.
- FOLLE, A. e FARIAS, G. Nível de qualidade de vida e de atividade física de professores de escolas públicas estaduais da cidade de Palhoça (SC). **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 11, n. 1, p. 11-21, 2012. Disponível em: <http://editorarevistas.mackenzie.br/index.php/remef/article/view/3219>. Acesso em: 11 de jun. 2019.
- GERMANI, A. C. C. G. et al. O uso de tecnologias de informação e comunicação (TIC) em experiências de pós-graduação sobre promoção da saúde no Brasil e na Costa Rica. **Revista de Medicina**, São Paulo, v. 92, n. 2, p. 97 - 103, 2013. Disponível em: <http://www.revistas.usp.br/revistadc/article/view/79954>. Acesso em: 11 de jun. 2019.
- GIORDANO, V. et al. "WhatsApp Messenger as an Adjunctive Tool for Telemedicine: An Overview." **Interact. J. Med. Res.**, v. 6, n.2, p. 01 - 09, 2017. Disponível em: <https://www.otcbrazil.com.br/wp-content/uploads/2017/10/Whatsapp.pdf>. Acesso em: 11 de jun. 2019.
- GROSSI, M G, et al. A utilização das tecnologias digitais de informação e comunicação nas redes sociais pelos universitários brasileiros. **Revista Texto Digital**, Florianópolis, v. 10, n. 1, p. 4-23, 2014. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/textodigital/article/view/18079288.2014v10n1p4/27423>. Acesso em: 11 de jun. 2019.
- HENRY, J. V. et al. "Enhancing the Supervision of Community Health Workers With WhatsApp Mobile Messaging: Qualitative Findings From 2 Low-Resource Settings in Kenya". **Global Health: Science and Practice**, Baltimore, v. 4, n.2,p. 311–325,2016. Disponível em: [www.ghspjournal.org/content/4/2/311](http://www.ghspjournal.org/content/4/2/311). Acesso em: 11 de jun. 2019.
- HONORATO E.J.S. A interface entre saúde pública e cibercultura. **Ciênc Saúde Coletiva**, São Paulo, v. 19, n. 2, p. 481-485, 2014. Disponível em: <https://www.scielosp.org/article/csc/2014.v19n2/481-485/>. Acesso em: 11 de jun. 2019.
- IRIART, J. A. B.; SILVA, L.V. As tecnologias da informação e comunicação e novas formas de sociabilidade: possibilidades e desafios para o campo da saúde coletiva. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 31, n. 11, p. 2253-2254, novembro de 2015. Disponível em: <https://www.scielosp.org/article/csp/2015.v31n11/2253-2254/pt/>. Acesso em: 11 de jun. 2019.
- KING A.L; NARDI A.E. Novas tecnologias: uso e abuso. In: Associação Brasileira de Psiquiatria;

- NARDI A.E.; SILVA A.G.; QUEVEDO JL (ORG). **PROPSIQ Programa de Atualização em Psiquiatria: Ciclo 3**. Porto Alegre: Artmed/Pan-americana, 2013, v. 2, p. 9-27.
- KING, A.L.S; NARDI, A.E.; CARDOSO, A. (ORG). **Nomofobia: dependência do computador**, internet, redes sociais? Dependência do celular? 1.ª Edição. São Paulo: Atheneu Editora, 2014.
- LÉVY, P. **As tecnologias da inteligência: o futuro do pensamento na era da informática**, (Tradução de Carlos Irineu Costa), 2.ª Edição, São Paulo: Ed. 34, 2010.
- LIMA, I. C. V. et al. Uso do aplicativo WhatsApp no acompanhamento em saúde de pessoas com HIV: uma análise temática. **Esc. Anna Nery**, Rio de Janeiro, v. 22, n. 3, e20170429, 2018. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1414-81452018000300202&lng=pt&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-81452018000300202&lng=pt&nrm=iso). Acesso em: 11 de jun. 2019.
- MINAYO, M. C. S. Qualidade de vida e saúde como valor existencial. **Ciênc. Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 18, n. 7, p. 1868, julho de 2013. Disponível em: <https://www.scielosp.org/article/csc/2013.v18n7/1868-1868/>. Acesso em: 11 de jun. 2019.
- MOREIRA, H.R. et al. Qualidade de vida no trabalho e perfil do estilo de vida individual de professores de Educação Física ao longo da carreira docente. **Motriz: rev. educ. fis.** (Online), Rio Claro, v. 16, n. 4, p. 900-12, dezembro de 2010. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S198065742010000400010&lng=pt&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S198065742010000400010&lng=pt&tlng=pt). Acesso em: 11 de jun. 2019.
- NEVES, S. F. Trabalho Docente e Qualidade de Vida na Rede Pública de Ensino de Pelotas. **UCPel**, Pelotas, Mestrado em Política Social, 2008. Disponível em: [http://antares.ucpel.tche.br/mps/dissertacoes/Mestrado/2008/Dissertacao\\_Siduana\\_Facin\\_Neves.pdf](http://antares.ucpel.tche.br/mps/dissertacoes/Mestrado/2008/Dissertacao_Siduana_Facin_Neves.pdf). Acesso em: 11 de jun. 2019, 20:26:48.
- PAHWA, P.; LUNSFORD, S.; LIVESLEY, N. "Experiences of Indian Health Workers Using WhatsApp for Improving Aseptic Practices With Newborns: Exploratory Qualitative Study". **JMIR Med. Inform.**, United States of America, v. 6, n.1, p.e13, março de 2018. Disponível em: <https://www.usaidassist.org/content/contact-us>. Acesso em: 11 de jun. 2019.
- PÁRAMO, P.; BURBANO, A.M. Las NTIC y su efecto sobre distintas dimensiones sociales y lugares por donde transcurre la vida de las personas. **Signo Pensam**, Bogotá, v. 32, n. 63, p. 170-89, Dezembro de 2013. Disponível em: <http://www.scielo.org.co/pdf/signo/v32n63/v32n63a10.pdf>. Acesso em: 11 de jun. 2019.
- PEDROSO, B. et al. Cálculo dos escores e estatística descritiva do WHOQOL-BREF através do Microsoft Excel. **Rev. Brasileira de Qualidade de Vida**, Curitiba, v. 2, n. 1, p. 31-36, janeiro de 2010. Disponível em: <https://periodicos.utfpr.edu.br/rbqv/article/view/687>. Acesso em: 11 de jun. 2019.
- PENTEADO, R. Z.; PEREIRA, I. M. T. B. Qualidade de vida e saúde vocal de professores. **Rev. Saúde Pública**, São Paulo, v. 41, n. 2, p. 236-243, abril de 2007. Disponível em: <https://www.scielosp.org/article/rsp/2007.v41n2/236-243/pt/>. Acesso em: 11 de jun. 2019.
- PEREIRA, E. F.; TEIXEIRA, C. S.; LOPES, A. S. Qualidade de vida de professores de educação básica do município de Florianópolis, SC, Brasil. **Ciência e Saúde coletiva**, São Paulo, v. 18, n. 7, p. 1963-70, 2013. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/csc/v18n7/11.pdf>. Acesso em: 11 de jun. 2019.
- PIMENTEL, B.N. et al. Percepção do ruído, saúde auditiva e qualidade de vida de

- professores de escolas públicas. **Audiol. Commun. Res.**, São Paulo, v.21, p.e1740, 2016. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2317-64312016000100332](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2317-64312016000100332). Acesso em: 11 de jun. 2019.
- ROCHA, V. M. e FERNANDES, M. H. Qualidade de vida de professores do ensino fundamental: uma perspectiva para a promoção da saúde do trabalhador. **J. Bras. Psiquiatr.**, Rio de Janeiro, v. 57, n. 1, p. 23-7, 2008. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S004720852008000100005&lng=en&nrm=iso&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S004720852008000100005&lng=en&nrm=iso&tlng=pt). Acesso em: 11 de jun. 2019.
- SOARES, B. **WhatsApp bate marca de 1,5 bilhão de usuários ativos**. Disponível em: <https://www.techtudo.com.br/noticias/2018/02/whatsapp-bate-15-bilhao-de-usuarios-ativos.ghtml>. Acesso em: 11 de jun. 2019.
- SOUTO, L. E. S. et al. Fatores Associados à Qualidade de Vida de Docentes da Área da Saúde. **Rev. Bras. Educ. Med.**, Rio de Janeiro, v. 40, n. 3, p. 452-460, setembro de 2016. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0100-55022016000300452](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022016000300452). Acesso em: 11 de jun. 2019.
- SOUZA, K. O. J. Violência em escolas públicas e a promoção da saúde: relatos e diálogos com alunos e professores. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, v. 25, n. 1, p. 71-79, 2012. Disponível em: <https://periodicos.unifor.br/RBPS/article/view/2213>. Acesso em: 11 de jun. 2019.
- VERMELHO, S. C. et al. Refletindo sobre as redes sociais digitais. **Educ. Soc.**, Campinas, v. 35, n. 126, p. 179-196, março de 2014. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0101-73302014000100011](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-73302014000100011). Acesso em: 11 de jun. 2019.
- WANI, S. A. et al. Efficacy of communication amongst staff members at plastic and reconstructive surgery section using smartphone and mobile WhatsApp. **Indian J PlastSurg**, India, v. 46, n. 3, p. 502-505, 2013. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3897093/>. Acesso em: 11 de jun. 2019.
- WELCH, V. et al. Interactive social media interventions to promote health equity: an overview of reviews. **Health Promot Chronic Dis Prev Can.**, Bethesda MD, v. 36, n. 4, p. 63-75, abril de 2016. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4964231/>. Acesso em: 11 de jun. 2019.

Recebido em 13 de junho de 2019

Aceito em 18 de agosto de 2019