

PROCESSO SELETIVO 60+

LEIA AS INSTRUÇÕES E
SÓ ABRA QUANDO AUTORIZADO

- 1 – Neste Caderno você vai encontrar a proposta de Redação;
- 2 – Leia atentamente as orientações.
- 3 – Para realizar esta prova, se necessário, utilize a Folha Rascunho disponível no final do caderno. Essa folha rascunho NÃO poderá ser destacada do caderno.
- 4 – Em seguida, transcreva o texto para a **Folha de Redação** o texto definitivo, em língua portuguesa, no local apropriado, pois não será avaliado fragmento de texto escrito em local indevido.
- 5 – Ao receber o formulário **Folha de Redação**, verifique se estão corretos o seu nome, seus dados e o número de inscrição.
- 6 – Qualquer irregularidade no caderno de provas comunique ao fiscal.
- 7 – Ao sair, entregue ao fiscal de sala este caderno e a Folha de Redação.

Nome do candidato

Nº de inscrição

BOA PROVA!



Leia atentamente esta Prova.

Para realizar esta prova, utilize, caso deseje, o espaço indicado para rascunho no presente caderno. Em seguida, transcreva o texto para a FOLHA DE TEXTO DEFINITIVO DA PROVA DE REDAÇÃO EM LÍNGUA PORTUGUESA, no local apropriado, pois não será avaliado fragmento de texto escrito em local indevido.

Qualquer fragmento de texto além do limite máximo de linhas disponibilizado será desconsiderado.

Na Folha de Texto Definitivo, a presença de qualquer marca que possibilite a sua identificação no espaço destinado à transcrição do texto definitivo acarretará a anulação da sua Prova de Redação em Língua Portuguesa.

Os critérios de avaliação estão descritos no edital do processo seletivo.

Texto

Excesso de redes sociais está associado a 45% dos casos de ansiedade em jovens
Panorama da Saúde Mental aponta que 50% dos entrevistados se sentem pouco atraentes, afetando seu bem-estar emocional e aumentando risco de depressão

O uso excessivo de redes sociais tem ligação direta com o estado de saúde mental de milhões de brasileiros. Foi o que constatou o Panorama da Saúde Mental 2024, realizado pelo Instituto Cactus em parceria com a AtlasIntel, um estudo abrangente que analisa os fatores que influenciam o bem-estar psicológico da população brasileira. Segundo o levantamento, 45% dos casos de ansiedade em jovens de 15 a 29 anos estão relacionados ao uso intensivo dessas plataformas. Com dados de diferentes regiões e faixas etárias, a pesquisa revelou que 65% dos entrevistados enfrentam dificuldades emocionais em algum grau, apontando para um impacto abrangente e preocupante.

No entanto, a preocupação com o uso de redes sociais vai além da ansiedade. Jovens que passam mais de três horas por dia em plataformas digitais têm risco 30% maior de apresentar quadros de depressão em comparação aqueles que fazem um uso mais moderado.

Os especialistas alertam que a dinâmica das redes, que enfatiza a exibição de momentos perfeitos e conquistas, contribui para uma distorção da realidade. Para muitos jovens, a percepção de sucesso e felicidade alheios cria uma pressão para alcançar padrões muitas vezes inatingíveis.

Outro aspecto significativo do estudo é a influência do feedback digital na autoestima. Cerca de 40% dos entrevistados relataram que sua autoestima é profundamente afetada pelo número de curtidas e comentários que recebem em suas postagens. Essa dependência de validação externa é mais pronunciada entre adolescentes e jovens adultos, que ainda estão em fase de formação de identidade e são mais suscetíveis a julgamentos.

A busca constante por reconhecimento nas redes cria um ciclo que reforça comportamentos prejudiciais. Quando o feedback é positivo, ele pode proporcionar um alívio temporário, mas quando é negativo ou inexistente, a autoestima sofre um abalo considerável. Especialistas apontam que essa dependência impacta a autoconfiança e a resiliência dos jovens, comprometendo sua capacidade de lidar com críticas e desafios na vida real.

A saúde mental varia de acordo com as faixas etárias, conforme apontado pelo estudo. Jovens de 15 a 24 anos registram os índices mais baixos no Índice Contínuo de Avaliação da Saúde Mental (ICASM) — uma métrica que avalia o bem-estar psicológico geral com base em múltiplas dimensões, como emoções, foco e resiliência —, refletindo uma maior vulnerabilidade às influências externas, como o uso de redes sociais e experiências de bullying. Por outro lado, adultos acima de 30 anos apresentaram índices mais altos de bem-estar, o que sugere uma resiliência maior ou uma menor dependência das pressões digitais.

O relatório mostrou que a condição socioeconômica também tem um papel importante na saúde mental. Os entrevistados de menor renda apresentaram ICASM mais baixos, o que reflete não só um acesso limitado a recursos de saúde mental, mas também um maior nível de estresse associado a fatores econômicos. Essas desigualdades aprofundam as dificuldades enfrentadas por grupos vulneráveis, destacando a necessidade de políticas que garantam acesso igualitário a serviços de apoio psicológico.



Proposta de redação

Você foi convidado(a) para participar de um projeto em uma escola de Ensino Médio para relatar as mudanças tecnológicas ocorridas ao longo do tempo. A sua tarefa será redigir uma carta aberta direcionada aos jovens com idade entre 12 a 20 anos. Leve em conta as informações do texto-base e a sua experiência de vida quando era jovem em um mundo no qual a internet não existia.

O tema da carta será: "o comportamento dos jovens nas plataformas de redes sociais e os impactos na saúde mental". Considere que a carta será publicada em um jornal online de uma escola em que todos os estudantes terão acesso ao conteúdo produzido.

A carta deverá ter no mínimo 15 linhas e no máximo 25 linhas.



Questões desta prova podem ser reproduzidas
para uso pedagógico, sem fins lucrativos, desde que seja
mencionada a fonte: **VESTIBULAR SESENTA MAIS – UFVJM – 2026.**
Reproduções de outra natureza devem ser
Autorizadas pela COPESE/UFVJM