



24° ENANCIB

Encontro Nacional de Pesquisa em Ciência da Informação
Perspectivas Contemporâneas na Ciência da Informação
• Vitória - ES • Ancib • PPGCI/UFES



XXIV ENCONTRO NACIONAL DE PESQUISA EM CIÊNCIA DA INFORMAÇÃO – XXIV ENANCIB

ISSN 2177-3688

GT 11 – Informação e Saúde

DOOMSCROLLING: UM FENÔMENO INFORMACIONAL COM CONSEQUÊNCIAS PARA A SAÚDE MENTAL

DOOMSCROLLING: AN INFORMATIONAL PHENOMENON WITH CONSEQUENCES FOR MENTAL HEALTH

Henry Poncio Cruz - Universidade Federal da Paraíba (UFPB)

Alessandra Stefane Cândido Elias da Trindade - Universidade Federal da Paraíba (UFPB)

Modalidade: Trabalho Completo

Resumo: A palavra “doomscrolling” nomeia o hábito contemporâneo de dedicar uma quantidade excessiva de tempo à rolagem e ao consumo de conteúdos online. Objetiva mapear as consequências do doomscrolling realizado em redes sociais e smartphones, bem como os fatores que favorecem esse comportamento. Quanto aos aspectos metodológicos, trata-se de uma pesquisa teórica, com objetivo descritivo e abordagem qualitativa. Inicialmente, foi realizado um levantamento bibliográfico na Scopus sobre “doomscrolling”, 37 documentos foram recuperados e analisados. Em seguida, foi realizada uma busca exploratória na Scopus, sobre “problematic internet use”, “problematic social media use”, “problematic smartphone use”, “digital stress”, e na BRAPCI, sobre “ansiedade de informação” e “sobrecarga de informação”. Os resultados apontam que diferentes fatores tecnológicos e pessoais podem estimular o doomscrolling e que esse comportamento está associado a prejuízos/sofrimentos funcionais, físicos, sociais e psíquico-emocionais. As conclusões sugerem que os impactos negativos do doomscrolling podem variar de acordo com o tipo de conteúdo acessado e plataforma/dispositivo utilizados na rolagem e que estudos empíricos são necessários para aprofundar a compreensão dos aspectos informacionais relacionados a esse comportamento.

Palavras-chave: informação, tecnologia e saúde; consumo de conteúdos digitais; redes sociais; smartphones; doomscrolling.

Abstract: The term "doomscrolling" refers to the contemporary habit of spending an excessive amount of time scrolling through and consuming online content. This study aims to map the consequences of doomscrolling on social media and smartphones, as well as the factors that promote this behavior. Methodologically, it is a theoretical research with a descriptive objective and a qualitative approach. Initially, a bibliographic survey was conducted on Scopus about "doomscrolling", recovering and analyzing 37 documents. Following this, an exploratory search was performed on Scopus regarding "problematic internet use", "problematic social media use", "problematic smartphone use", and "digital stress", and on BRAPCI regarding "information anxiety" and "information overload". The results indicate that various technological and personal factors may stimulate doomscrolling, and that this behavior is associated with functional, physical, social, and psychological-emotional harms. The

conclusions suggest that the negative impacts of doomscrolling may vary depending on the type of content accessed and the platform/device used for scrolling, and that empirical studies are needed to deepen the understanding of the informational aspects related to this behavior.

Keywords: information, technology and health; digital content consumption; social network sites; smartphones; doomscrolling.

1 INTRODUÇÃO

O uso frequente de Tecnologias de Informação e Comunicação (TIC), especialmente smartphones e redes sociais, para consumo de conteúdos digitais é uma tendência proeminente dos dias atuais.

Rolar conteúdos online, especialmente em redes sociais, tornou-se um hábito comum na contemporaneidade. Independentemente da situação ou lugar, as pessoas pegam seus smartphones e entram em modo de navegação online e, muitas vezes, navegam por longos períodos, permanecem online mais tempo do que o planejado, consomem uma grande quantidade de conteúdos digitais, o que causa cansaço e fadiga mental (Fialho; Martins; Caraça; Oliveira, 2023).

Às vezes, durante as sessões de rolagem, a pessoa está rolando o *feed* distraidamente, sem prestar ou se envolver com o conteúdo, ou dividindo a sua atenção entre a rolagem e outras atividades, que estão sendo realizadas simultaneamente à rolagem.

Acrescenta-se que as pessoas não verificam a veracidade de todos os conteúdos que consomem e acessam em redes sociais, o que pode deixá-las mais suscetíveis ao consumo de desinformação (Camacho Fernández, 2023). Portanto, o hábito pragmático de rolagem pode ter diferentes consequências negativas.

Nesse contexto, destaca-se o *doomscrolling*, termo que nomeia o hábito contemporâneo de dedicar uma quantidade excessiva de tempo à rolagem e ao consumo de conteúdos em plataformas digitais (Cruz; Costa; Trindade, 2022; Cruz; Trindade, 2023).

O *doomscrolling* é um constructo teórico-científico em formação, portanto, demanda investigações científicas para avançar no seu desenvolvimento teórico-conceitual e para entender suas implicações para a saúde das pessoas.

No contexto da Psicologia, a maioria dos estudos empíricos sobre *doomscrolling* investiga a sua relação com condições pessoais, especialmente depressão, ansiedade, traços de personalidade, *Problematic Internet Use* (PIU), *Problematic Social Media Use* (PSMU) e *Problematic Smartphone Use* (PSU). Esses estudos utilizam diversas escalas psicométricas e correlacionam seus resultados, mas não mapeiam de forma esquematizada as consequências ou os fatores que promovem o *doomscrolling*.

Ademais, os estudos também não abordam ansiedade de informação, sobrecarga de informação e estresse digital, temáticas que podem ajudar a entender as consequências e os fatores que favorecem o *doomscrolling* desenvolvido em redes sociais e smartphone.

Isto posto, este estudo objetiva mapear as consequências do *doomscrolling* realizado em redes sociais e *smartphones*, bem como os fatores que favorecem esse comportamento.

Esta pesquisa amplia a compreensão sobre o *doomscrolling*, um fenômeno relacionado a tríade “informação, tecnologia e saúde”, e integra conhecimentos da Ciência da Informação (CI) e da Psicologia. Portanto, fornece uma contribuição teórica à CI e está alinhado aos interesses de pesquisa do GT 11, que contempla pesquisas sobre os impactos da informação e das tecnologias em saúde (ANCIB, 2024).

2 ASPECTOS METODOLÓGICOS

Este estudo teórico utiliza abordagem qualitativa e pode ser caracterizado como exploratório —tipo de pesquisa que proporciona maior familiaridade com o objeto, fenômeno ou temática em análise, contribuindo à formulação de novas hipóteses (Severino, 2007).

Para construir as bases teóricas, foi realizado, em maio de 2024, um levantamento bibliográfico sobre “*doomscrolling*” na Scopus, utilizando os campos título, resumo e palavras-chave, sem restrição de idioma ou período, resultando na recuperação de 37 documentos, os quais foram lidos e analisados. Em seguida, foi realizada uma busca exploratória na Scopus, sobre “*problematic internet use*”, “*problematic social media use*”, “*problematic smartphone use*” e “*digital stress*”, e na Base de Dados em Ciência da Informação (BRAPCI), sobre “ansiedade de informação” e “sobrecarga de informação”.

Sobre a escolha das bases, destaca-se que a Scopus oferece uma visão abrangente sobre as temáticas consultadas, pois indexa publicações de diversas áreas do conhecimento, enquanto a BRAPCI oferece um panorama das produções brasileiras em CI.

3 COMPREENDENDO O DOOMSCROLLING

Doomscrolling é um neologismo que combina duas palavras do inglês, quais sejam: “*doom*” e “*scrolling*”. Ademais, a palavra possui variações como “*doom scrolling*”, “*doom-scrolling*”, “*doom scroll*”, “*doom-scroll*”. No entanto, *doomscrolling* é o termo mais usado na literatura.

O significado da palavra *doom* mudou ao longo do tempo. Na Inglaterra anglo-

saxônica, referia-se lei ou decreto, mas hoje conota escuridão e mal, sendo frequentemente presente em nomes de personagens antagonistas para criar uma atmosfera sombria (Merriam-Webster, 2020).

A palavra *doom* significa destruição ou ruína inevitável; destino, especialmente trágico ou ruim, que não pode ser evitado. A palavra também pode ser usada para descrever a sensação de estar condenado a um destino, estado ruim ou sensação de que as coisas estão ruins e vão piorar (DOOM, 2024a, 2024b, 2024c).

A palavra *scrolling*, por sua vez, pode ser traduzida para o português como rolagem: ato de mover, vertical ou horizontalmente, o conteúdo exibido em uma tela, conforme o layout da interface utilizada (Cruz; Costa; Trindade, 2022; Cruz; Trindade, 2023).

O termo “*doomscrolling*” se tornou popular durante a pandemia de COVID-19, mas foi cunhado antes desse período. Contudo, não é possível determinar com exatidão quem o cunhou.

Costopoulos (2020) analisou publicações do X (antigo Twitter) e encontrou postagens, anteriores ao ápice do período pandêmico 2020-2021, nas quais as pessoas relacionam a rolagem à ideia de *doom* (Quadro 1).

Quadro 1 – Ocorrências de “*doomscrolling*” em postagens do X antes do período pandêmico

PUBLICAÇÃO ORIGINAL	TRADUÇÃO	ANO
Since my boy's home and I'm watching James & the Giant Peach and no work is occurring as I wait for a Call of Doom... #scrolling	Como meu filho está em casa, estou assistindo James e o Pêssego Gigante e nenhum trabalho está acontecendo enquanto eu espero uma Ligação do Doom... #rolando	2013
An impending sense of doom, scrolling through that.	Uma sensação iminente de doom, rolando por isso.	2013
It's a unique feeling of doom, scrolling through your newsfeed and only seeing screenshots of tumblr posts.	É uma sensação única de doom, rolando pelo seu feed de notícias e vendo apenas capturas de tela de postagens do tumblr.	2015
Graduated from 'using twitter for rage scrolling' to 'despondently waiting for the next sign of our doom' scrolling	Passei de “usar o Twitter para “rolagem de raiva” para “esperar desoladamente o próximo sinal do nosso doom ” enquanto rolo a tela.	2017
Taking a break from doomscrolling and being inundated with things and stuff. I'll be back tuesday or something. Here's a thing I'm making.	Dando um tempo do doomscrolling e de estar sendo inundado com coisas e coisas. Estarei de volta na terça ou algo assim. Aqui está uma coisa que estou fazendo.	2018
It countered the days worth of doom scrolling!	Contei os dias desperdiçados com doom scrolling!	2019
Right Twitter. I need some joyful book recommendations please. Heart-warming page-turners to get me through the nighttime feeding hours and distract from endless social media/political doom scrolling.	Twitter da direita. Preciso de algumas recomendações de livros alegres, por favor. Livros que aquecem o coração e me ajudem a passar pelas horas noturnas de consumo e distração do interminável doom scrolling de política/mídia social.	2019

Fonte: elaboração própria (2014) usando os dados de Costopoulos (2020).

Nota-se que, nas postagens, as pessoas associam a rolagem de conteúdos em plataformas digitais, especialmente em redes sociais, à ideia de *doom*, seja pelo desperdício de tempo ou pelas sensações negativas que os conteúdos acessados provocam.

No início da pandemia de COVID-19, muitas pessoas estavam consumindo, excessivamente e por longos períodos, conteúdos sobre a pandemia e o vírus, como número de casos, total de mortes, novos sintomas e novas variantes (Anand *et al.*, 2021). Nesse contexto, jornalistas e psicólogos americanos começaram a usar o termo "*doomscrolling*" para descrever o hábito de passar longas horas rolando/consumindo conteúdos negativos, estressantes e alarmantes em redes sociais e plataformas de notícias (Valvasone, 2021).

O Los Angeles Times, por exemplo, publicou um artigo sobre como a pandemia de COVID-19 influenciou e expandiu o vocabulário cotidiano, introduzindo novos termos e expressões, como "*doomscrolling*" (Barabak, 2020).

A jornalista Karen K. Ho, por sua vez, usava frequentemente a palavra "*doomscrolling*" em seus tweets para alertar os seus seguidores sobre a necessidade de parar de consumir notícias negativas relacionadas à pandemia (Mallqui; Pozo; Meza; Castro, 2022; Rodrigues, 2022; Sharma; Lee; Johnson, 2022; Ytre-Arne; Moe, 2021).

Também foi durante a pandemia de COVID-19 que o *doomscrolling* passou a ser objeto de investigação científica, especialmente no campo da Psicologia, focando nas consequências do consumo excessivo de conteúdos negativos (Cruz; Trindade, 2024).

Ytre-Arne e Moe (2021), Groot Kormelink e Klein Gunnewiek (2021) e Mallqui, Pozo, Meza e Castro (2022), por exemplo, observaram empiricamente o consumo de notícias/conteúdos negativos durante e sobre a pandemia de COVID-19 com pessoas de diferentes nacionalidades, respectivamente, norueguesas, holandesas e peruanas.

Evidenciou-se, no contexto da pandemia de COVID-19, que pessoas estavam consumindo compulsivamente notícias negativas, o que impactava a saúde mental. Esse consumo combinava vigilância e ritual, tornando as notícias, simultaneamente, fonte de medo e conforto, resultando em uma dialética entre ansiedade e segurança (Groot Kormelink; Klein Gunnewiek, 2021; Mallqui; Pozo; Meza; Castro, 2022).

Posteriormente, as investigações empíricas sobre *doomscrolling* desfocaram do contexto pandêmico, mas continuaram observando o consumo de conteúdos negativos.

Kaye e Johnson (2024) investigaram a relação entre *doomscrolling*, crenças em teorias

da conspiração e confiança nas redes sociais no contexto do consumo de conteúdos sobre as eleições presidenciais dos Estados Unidos de 2020.

Kartol, Üztemur e Yaşar (2023) analisaram o *doomscrolling* no contexto do consumo de conteúdos sobre os terremotos ocorridos na Turquia em 2023. Grossekemper (2023) estudou o *doomscrolling*, desenvolvido por alemães e holandeses, no contexto do consumo de conteúdos sobre mudanças climáticas.

O Quadro 2 apresenta algumas definições de *doomscrolling* desenvolvidas no contexto acadêmico-científico.

Quadro 2 - Definições de *doomscrolling*

“[...] caracterizado pela navegação compulsiva em feeds de notícias de mídia social com foco obsessivo em notícias negativas e oportunas (Sharma; Lee; Johnson, 2022, p. 9, tradução nossa).
“[...] uso da mídia caracterizado pela navegação persistente em fontes de notícias, principalmente nas redes sociais, com foco obsessivo em informações angustiantes, deprimentes ou negativas” (Mallqui; Pozo; Meza; Castro, 2022, p. 108-109, tradução nossa).
“a incapacidade de se libertar da leitura constante e descontrolada de notícias negativas [...]. Se você regularmente passa alguns minutos ou até mesmo horas lendo notícias perturbadoras às custas do seu trabalho ou sono, é provável que você seja suscetível ao <i>doomscrolling</i> ” (Borovkov; Chernyak, 2023, p. 135, tradução nossa)
“[...]descreve situações em que o consumidor se vê compelido a navegar de forma compulsiva através de notícias negativas, mesmo quando são deprimentes, desmoralizantes, angustiantes ou dolorosa” (Camacho Fernández, 2023, p. 2, tradução nossa).
“[...] passar muito tempo olhando para o telefone ou computador e lendo notícias ruins ou negativas. [...] ingestão obsessiva de más notícias, mesmo quando isso cria ansiedade e preocupação. Apesar de saber como você se sente, você simplesmente não consegue parar de consumir essas informações tóxicas” (Rodrigues, 2023, p. 127, tradução nossa).
“[...] consiste em uma navegação automática, compulsiva e imersiva em RS [Redes Sociais]. O termo <i>doomscrolling</i> nomeia a tendência de as pessoas ficarem ‘presas’ às plataformas digitais navegando por muito tempo” (Cruz; Trindade, 2023, p. 5, acréscimo nosso).
“ [...] ficar rolando a tela sem rumo nas redes sociais” (Peruzzolo, 2023, p.119).

Fonte: Elaboração própria (2024).

Nota: Alguns estudos apresentam o termo *doomsurfing* como sinônimo de *doomscrolling*.

Após se popularizar durante a pandemia, a palavra “*doomscrolling*” passou a descrever o hábito de verificar frequentemente ou excessivamente conteúdos negativos na Internet, sendo essa a principal perspectiva trabalhada nos estudos teóricos e empíricos sobre esse fenômeno.

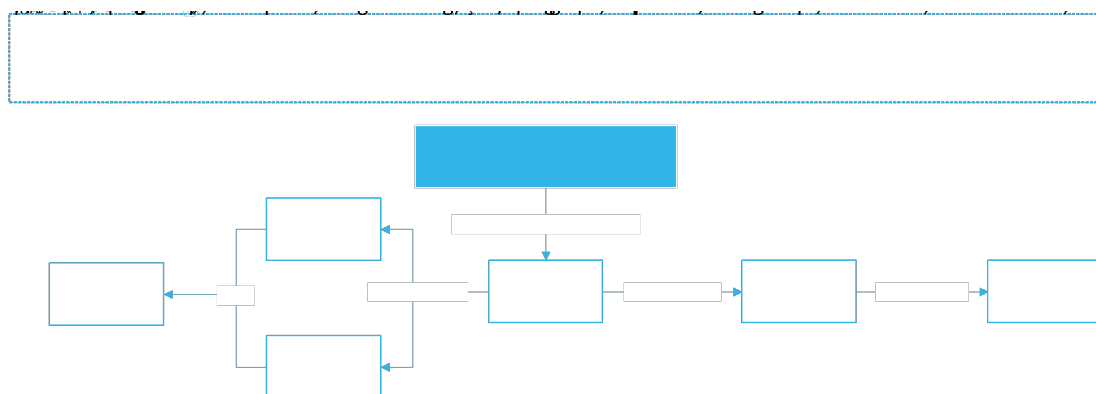
Todavia, com base no significado de *doom*, nas postagens sobre *doomscrolling* anteriores ao periódico pandêmico (Quadro 1) e nas definições de *doomscrolling* (Quadro 2), compreende-se que o ***doomscrolling*** não se limita ao consumo excessivo de conteúdos negativos em ambientes digitais, mas é caracterizado pela navegação/rolagem compulsiva,

automática, sem rumo, distraída, imersiva e, sobretudo, longa em ambientes digitais, especialmente em redes sociais.

Entende-se que, na palavra *doomscrolling*, o termo “*doom*” não está associado exclusivamente à natureza do conteúdo, mas também às repercussões inerentes à experiência de passar longos períodos usando plataformas digitais e consumindo conteúdos digitais, bem como à incapacidade de a pessoa interromper esse comportamento, embora ele proporcione sentimentos e sensações negativas, como estresse, cansaço, fadiga, culpa (ao perceber que gastou muito tempo usando redes sociais para consumir conteúdos irrelevantes, ao invés de fazer algo mais produtivo ou significativo), entre outras.

A Figura 1 apresenta uma síntese sobre o comportamento de *doomscrolling*.

Figura 1 – Síntese sobre o comportamento de doomscrolling



Fonte: Elaboração própria (2024).

4 REDES SOCIAIS E SMARTPHONES: CARACTERÍSTICAS QUE FAVORECEM O DOOMSCROLLING

Devido à lógica da economia da atenção, a arquitetura da informação¹ das plataformas digitais são desenvolvidas com base no design persuasivo. Essa abordagem visa desenvolver interfaces capazes de induzir o usuário a adotar comportamentos específicos e prolongar o tempo de uso. Para tanto, utiliza recursos como notificações, mediação algorítmica e rolagem infinita (Cruz; Trindade, 2023).

Outrossim, “o design persuasivo [...] destina-se a embalar as pessoas em um estado

¹ A forma de organização e distribuição dos conteúdos disponíveis nas redes sociais.

atemporal de auto-esquecimento e a empurrá-las para comportamentos automáticos e compulsivos, como *doomscrolling*” (Chisholm; Hartman-Caverly, 2022, 64, tradução nossa).

As notificações podem atrair os usuários para o uso de redes sociais e, consequentemente, para o *doomscrolling*. Nessas plataformas, os feeds são estruturados com rolagem infinita. Ou seja, a página de conteúdo não apresenta um fim, nem barra de rolagem ou indicadores numéricos de quantas páginas estão pendentes, ou já foram visualizadas, de modo que novos conteúdos são carregados e apresentados automaticamente à medida que o usuário rola (Tor; Ekman Von Huth, 2021; Cruz; Trindade, 2023). Assim, a rolagem infinita dificulta o fim de uma sessão de *doomscrolling* e permite que o usuário navegue de forma contínua, sem perceber a quantidade de conteúdo que acessou e consumiu.

A mediação algorítmica, por sua vez, se refere ao uso de algoritmos para filtrar, classificar e apresentar conteúdo aos usuários, com base em seus interesses, históricos de interações e características individuais, aumentando a retenção na plataforma (Rangel, 2024). Nas redes sociais, devido à mediação algorítmica, o usuário não precisa iniciar um processo de busca para acessar conteúdos compatíveis com os seus interesses.

Ressalta-se que, no contexto das redes sociais, a rolagem infinita depende da mediação algorítmica para ter êxito em seu principal objetivo: aumentar o engajamento e a retenção na plataforma (Cruz; Trindade, 2023). Outrossim, longas sessões de rolagem só são possíveis devido ao grande volume de conteúdos disponíveis nessas plataformas.

Servidio, Koronczai, Griffiths e Demetrovics (2022, p. 2, tradução nossa) apontam que “*smartphones* com acesso à internet proporcionam disponibilidade constante para aplicativos de mídia social e proporcionam acesso imediato para os indivíduos verificarem suas notificações, principalmente entre aqueles com menor autocontrole”.

Fialho, Martins, Caraça e Oliveira (2023), por sua vez, asseveram que os smartphones permitem o acesso a diversas plataformas digitais a qualquer hora e em qualquer lugar, facilitando a integração das redes sociais ao cotidiano das pessoas.

Desse modo, os smartphones são dispositivos indispensáveis para os sujeitos contemporâneos, pois podem ser utilizados para diversas atividades, como entretenimento, lazer, trabalho, estudo e comunicação. Suas principais características, a saber, portabilidade, mobilidade e conectividade ubíqua à Internet, facilitam o acesso e o uso de plataformas digitais e, consequentemente, favorecem o *doomscrolling*.

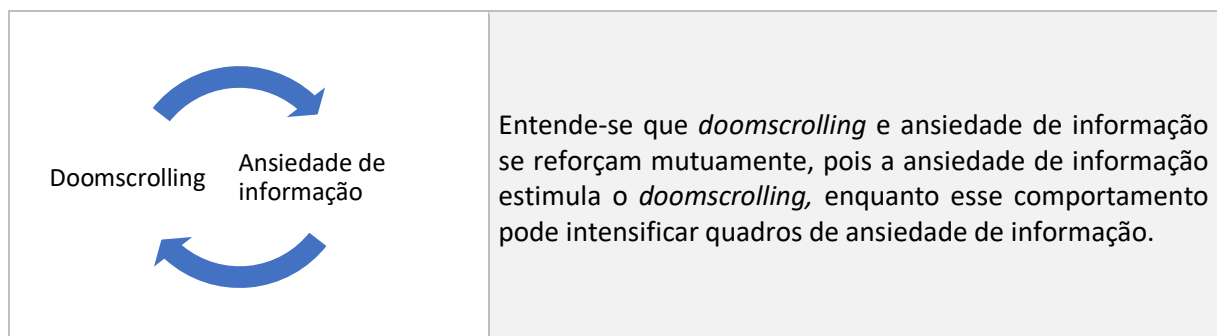
5 DOOMSCROLLING, ANSIEDADE DE INFORMAÇÃO E SOBRECARGA DE INFORMAÇÃO

A ansiedade de informação é uma resposta ao excesso de conteúdos digitais disponíveis no ciberespaço, pode desencadear mudanças nas práticas informacionais das pessoas e ser estimulada por diversos fatores, a saber, necessidade de informação; excesso de informação; falta de informação, especialmente quando a pessoa não sabe onde encontrar uma informação ou se ela existe; pressão causada pela expectativa cultural de que é necessário estar sempre atualizado (Leal; Santos, 2023; Cruz; Silva, 2018; Wurman, 2000).

A ansiedade de informação pode se manifestar de diferentes formas, a saber: a) **frustração ou culpa**, devido à incapacidade de acompanhar ou consumir o volume de conteúdos disponíveis (muitos dos quais são dados mascarados como Informação), à qualidade dos conteúdos encontrados/disponíveis, à sensação de não estar “bem informado” ou à dificuldade em explicar os conteúdos acessados; b) **necessidade excessiva de se manter atualizado**; c) **navegação compulsiva em redes sociais** (Cruz; Silva, 2018; Wurman, 2000). Observando a alínea “c”, compreende-se que o *doomscrolling*, que é uma navegação/rolagem compulsiva, pode ser um sintoma de ansiedade de informação.

Ressalta-se que, nas redes sociais, há uma vasta quantidade de conteúdos, muitos dos quais são imprecisos, irrelevantes, desinformativos ou conflitantes. Assim, após o uso dessas plataformas as pessoas podem experimentar as sensações relacionadas à ansiedade de informação, culpa e frustração, por exemplo. Ademais, um estado de ansiedade de informação pode estimular o uso de redes sociais para o desenvolvimento de *doomscrolling* (Figura 2).

Figura 2 – Ansiedade de informação e *doomscrolling*: relação de espiral de reforço



Fonte: elaboração própria (2024).

A sobrecarga de informação, por sua vez, ocorre quando a pessoa recebe/consume mais informações do que é capaz de processar, resultando em dificuldades para assimilar e reter essas informações. Nesse sentido, destaca-se a amnésia de sobrecarga, que ocorre quando a pessoa é exposta a um volume excessivo de informações, sem conseguir gerenciar o fluxo, a velocidade ou a quantidade de informações recebidas, o que dificulta a retenção e assimilação de informações, novas e antigas (Camacho Fernández, 2023; Wurman, 2000). Acrescenta-se que “evidências longitudinais sugerem que o uso de redes sociais intensifica a sobrecarga de informação” (Huang *et al.*, 2022, p. 2, tradução nossa).

Ademais, nas redes sociais, devido à mediação algorítmica e à rolagem infinita, as pessoas podem ter dificuldade para controlar a quantidade de conteúdos que acessam e consomem. O *doomscrolling* compreende uma navegação prolongada em ambientes digitais, especialmente em redes sociais, para acessar e consumir conteúdo.

Compreende-se que o *doomscrolling* pode desencadear sobrecarga de informação e problemas de disfunção da memória. Além disso, o conceito “amnésia de sobrecarga” ajuda a compreender o porquê de algumas pessoas, após longas sessões de rolagem em redes sociais, têm dificuldade para recordar/explicar com precisão os conteúdos acessados, visualizados e consumidos.

6 CONSTRUCTOS RELACIONADOS AO USO EXCESSIVO DE TECNOLOGIAS DIGITAIS

Às vezes, o uso das TIC excede os recursos cognitivos dos seus utilizadores provocando desconfortos. Nesse contexto, destaca-se o estresse digital, que se caracteriza por agitação cognitiva, afetiva ou fisiológica após o uso intenso de TIC, especialmente smartphones e redes sociais. O estresse digital pode ser estimulado por fatores como conectividade ininterrupta, cyberbullying, hackeamento, sequestro ou clonagem de contas e pressão gerada por notificações (Hall; Steele; Christofferson; Mihailova, 2021; Hefner; Vorderer, 2020; Huang *et al.*, 2022) e, conseqüentemente, do *doomscrolling*.

Hall, Steele, Christofferson e Mihailova (2021) asseveram que o estresse digital possui cinco dimensões (Quadro 3).

Quadro 3 – Dimensões do estresse digital

Estresse de disponibilidade	Ocorre quando a pessoa sente que há uma expectativa para que ela esteja sempre disponível online, o que pode causar angústia, culpa e ansiedade.
Ansiedade de aprovação	Incerteza/ansiedade que se manifesta ao pensar na reação de outras pessoas às suas postagens, mensagens e outros elementos da presença digital.
Fear of Missing Out (FoMO)	Angústia e ansiedade que uma pessoa sente ao achar que está perdendo eventos, experiências ou oportunidades que outros estão vivenciando. Essa sensação pode levar a um desejo constante de estar atualizado e participando de tudo.
Vigilância online	Verificação compulsiva de redes sociais, desejo intenso de acessar o <i>smartphone</i> e nomofobia (medo irracional de ficar sem o <i>smartphone</i> ou de não poder usá-lo).
Sobrecarga de conexão	Angústia causada pela exposição a uma quantidade excessiva de informações digitais, como notificações, mensagens e postagens.

Fonte: Adaptado de Hall, Steele, Christofferson e Mihailova (2021).

Entende-se que estresse de disponibilidade, ansiedade de aprovação, FoMO e vigilância online são condições que podem estimular o uso de redes sociais para realizar o *doomscrolling*, enquanto a sobrecarga de conexão é resultado do uso excessivo de redes sociais e, conseqüentemente, do *doomscrolling*. Outrossim, o uso de smartphones para acessar redes sociais e praticar o *doomscrolling* pode culminar em estresse digital, devido ao excesso de notificações e a multitarefa.

PIU, PSMU e PSU são constructos científicos desenvolvidos na área da saúde, especialmente na Psicologia, para nomear e descrever padrões de uso excessivo, prejudicial e descontrolado de Internet, Rede Social e *Smartphone*, respectivamente (Servidio; Koronczai; Griffiths; Demetrovics, 2022; Ioannidis *et al.*, 2019).

Nota-se que, na literatura de saúde, algumas pesquisas usam designações como “vício”, “uso patológico” e “dependência” em vez de “uso problemático”. Contudo, os estudos recentes indicam que “uso problemático” é a designação mais apropriada, visto que PIU, PSMU e PSU ainda não são considerados e classificados como transtorno.

O PIU caracteriza-se pelo uso excessivo de internet para diversas atividades e ambientes, incluindo redes sociais, que resulta em **prejuízo ocupacional**, devido a não realização de atividades diárias e ao não cumprimento de responsabilidades, **prejuízo social** em decorrência do isolamento social, ou da pouca interação social, o que pode aumentar

sintomas depressivos, e **sofrimento físico** como dor de cabeça, dor nas costas, olhos secos, dor no pescoço e insônia (Dib *et al.*, 2021; Loannidis *et al.*, 2019).

As pessoas podem, no PSMU, negligenciar áreas importantes das suas vidas, o que contribui para o desenvolvimento de sintomas depressivos, e apresentar baixo desempenho em atividades educacionais, profissionais e domésticas, sociabilidade deficitária, menor desempenho de memória, especialmente no que se refere a qualidade, a clareza e a quantidade das memórias armazenadas (Dagher *et al.*, 2021; Servidio; Koronczai; Griffiths; Demetrovics, 2022).

O PSU está relacionado a diversos prejuízos e consequências negativas, por exemplo, depressão, má qualidade do sono e baixo desempenho acadêmico. Ademais, as redes sociais são as principais aplicações acessadas em smartphones, o que é considerado um fator de risco para o desenvolvimento de PSU e PSMU (Servidio; Koronczai; Griffiths; Demetrovics, 2022).

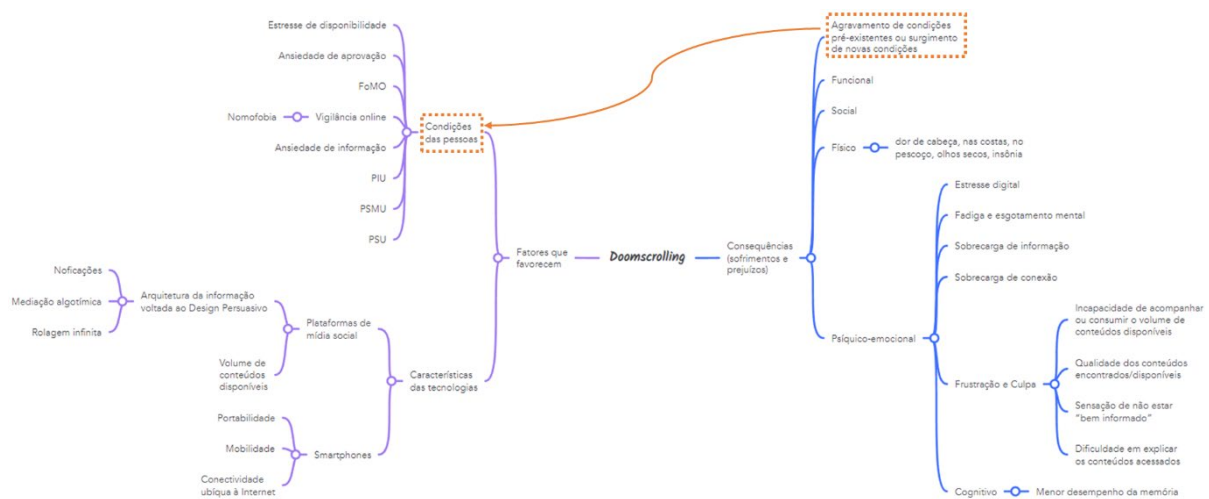
Compreende-se que o uso de *smartphones* e de redes sociais para *doomscrolling* pode estimular o desenvolvimento de PSU, PSMU e PIU, que a prática constante de *doomscrolling* pode intensificar ou reforçar quadros de PSU, PSMU e PIU e que as consequências associadas a PSU, PSMU e PIU podem ser relacionadas ao *doomscrolling*. Ademais, há uma relação cíclica de retroalimentação entre *doomscrolling*, PSU, PSMU e PIU.

7 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente pesquisa tinha como objetivo “mapear as consequências do *doomscrolling* realizado em redes sociais e smartphones, bem como os fatores que favorecem esse comportamento”. Observou-se que diferentes fatores tecnológicos e pessoais podem estimular o *doomscrolling*. Esse comportamento pode ter consequências negativas, como prejuízos/sofrimentos funcionais, físicos, sociais e psíquico-emocionais. Ademais, a prática constante de *doomscrolling* pode agravar condições pré-existentes ou levar ao desenvolvimento de novas condições. Ademais, há uma relação cíclica de retroalimentação entre *doomscrolling*, ansiedade de informação, PIU, PSMU e PSU.

A Figura 3 apresenta uma síntese dos fatores que podem estimular o desenvolvimento de *doomscrolling* e as possíveis consequências desse comportamento.

Figura 3 – Doomscrolling: fatores estimuladores e possíveis consequências



Fonte: elaboração própria (2024).

Diante das consequências negativas associadas ao *doomscrolling* realizado em redes sociais e smartphones, recomenda-se que as pessoas adotem práticas que ajudem a inibir esse comportamento, como estabelecer um limite de tempo para o uso de redes sociais, desativar as notificações do smartphone e cultivar hobbies ou atividades offline, em vez de dedicar o tempo livre à rolagem e ao consumo de conteúdos online.

Compreende-se que os efeitos negativos associados ao *doomscrolling* podem variar conforme o tipo de conteúdo acessado, bem como a plataforma e o dispositivo utilizados na rolagem, e que, no contexto da CI, estudos empíricos são necessários para uma aprofundar a compreensão dos aspectos informacionais relacionados a esse comportamento.

REFERÊNCIAS

ANAND, N. *et al.* Doomsurfing and doomscrolling mediate psychological distress in COVID-19 lockdown: implications for awareness of cognitive biases. **Perspectives in psychiatric care**, Hoboken, v. 58, n. 1, p. 170-172, 20 abr. 2021

BARABAK, M. Z. Quarantini. 'Doomscrolling.' Here's how the coronavirus is changing the way we talk. **Los Angeles times**, Los Angeles, 11 Apr. 2020. Disponível em: <https://www.latimes.com/world-nation/story/2020-04-11/coronavirus-covid19-pandemic-changes-how-we-tal>. Acesso em: 27 jun. 2024.

BOROVKOV, Y.; CHERNYAK, D. Doomscrolling. *In*: INTERNATIONAL STUDENT SCIENTIFIC CONFERENCE, 1., 2023, Minsk. **Anais [...]**. Minsk: Belarus State Economic University, 2023.

CAMACHO FERNÁNDEZ, P. Effects of information overload on news consumer behavior: The doomscrolling. **International visual culture review**, Las Rozas de Madrid, v. 14, n. 1, p. 1–11,

2023.

CHISHOLM, A.; HARTMAN-CAVERLY, S. Privacy literacy: from doomscrolling to digital wellness. **Portal: libraries and the academy**, Baltimore, v. 22, n. 1, p. 53-79, 2022.

COSTOPOULOS, A. On the origin of doom scrolling. **ArcheoThoughts**, 6. Jul. 2020. Disponível em: <https://archeothoughts.wordpress.com/2020/07/06/on-the-origin-of-doom-scrolling/>. Acesso em: 15 jun. 2024.

CRUZ, H. P.; COSTA, T.; TRINDADE, A. S. C. E. *In*: ENCONTRO NACIONAL DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO EM CIÊNCIA DA INFORMAÇÃO, 22., 2022, Porto Alegre. **Anais [...]**. São Paulo: ANCIB, 2022.

CRUZ, H. P.; SILVA, J. Ansiedade da Informação revisitada: proposta de um questionamento de medida. *In*: ENCONTRO NACIONAL DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO EM CIÊNCIA DA INFORMAÇÃO, 19., 2018, Londrina. **Anais [...]**. São Paulo: ANCIB, 2018.

CRUZ, H. P.; TRINDADE, A. S. C. E. Arquitetura da Informação, serendipidade e doomscrolling em redes sociais. *In*: ENCONTRO NACIONAL DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO EM CIÊNCIA DA INFORMAÇÃO, 23., 2023, Aracaju. **Anais [...]**. São Paulo: ANCIB, 2023.

CRUZ, H. P.; TRINDADE, A. S. C. E. Doomscrolling: constructo de fronteira na literatura científica. *In*: ENCONTRO BRASILEIRO DE BIBLIOMETRIA E CIENTOMETRIA, 9., 2024, Brasília. **Anais [...]**. Brasília, DF: EBBC, 2024.

DAGHER, M. *et al.* Association between problematic social media use and memory performance in a sample of Lebanese adults: the mediating effect of anxiety, depression, stress and insomnia. **Head & face Medicine**, [London], v. 17, art. 6, p. 1-12, 2021.

DIB, J. E. *et al.* Factors associated with problematic internet use among a large sample of Lebanese adolescents. **BMC Pediatrics**, London, v. 21, art. 148, p. 1-12, 2021.

DOOM. *In*: CAMBRIDGE dictionary. Cambridge: Cambridge University Press, c2024a. Disponível em: https://dictionary.cambridge.org/pt/dicionario/ingles-portugues/doom#google_vignette. Acesso em: 26 jun. 2024.

DOOM. *In*: COLLINS dictionary. [S. l.]: Collins, c2024b. Disponível em: <https://www.collinsdictionary.com/pt/dictionary/english/doom>. Acesso em: 8 fev. 2024.

DOOM. *In*: OXFORD learner's dictionaries. Oxford: Oxford University Press, c2024c. Disponível em: https://www.oxfordlearnersdictionaries.com/us/definition/english/doom_1?q=doom. Acesso em: 6 maio 2024.

ENCONTRO NACIONAL DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO EM CIÊNCIA DA INFORMAÇÃO. **Coordenações e Ementas de GT**. 2024. Disponível em: <https://ancib.org/coordenacoes-e-ementas-de-gt/>. Acesso em: 21 maio 2024.

FIALHO, J.; MARTINS, I. C.; CARAÇA, L.; OLIVEIRA, A. **Scroll. Logo existo!:** comportamentos aditivos no uso dos ecrãs. Lisboa: Universidade Lusíada, 2023.

GROOT KORMELINK, T.; KLEIN GUNNEWIEK, A. From “far away” to “shock” to “fatigue” to “back to normal”: how young people experienced news during the first wave of the COVID-19 Pandemic. **Journalism studies**, [London], v. 23, n. 5-6, p. 1–18, 7 jun. 2022.

GROSSEKEMPER, L. **Sex differences and helplessness in climate change doomscrolling**. 79 f. 2023. Thesis (Bachelor in Psychology) – University of Twente, Enschede, 2023.

HALL, J. A.; STEELE, R. G.; CHRISTOFFERSON, J. L.; MIHAILOVA, T. Development and initial evaluation of a multidimensional digital stress scale. **Psychological assessment**, Arlington, v. 33, n. 3, p. 230-242, 2021.

HEFNER, D.; VORDERER, P. Digital stress: permanent connectedness and multitasking. *In*: REINECKE, L.; OLIVER, M. B. (ed.). **The Routledge handbook of media use and well-being: international perspectives on theory and research on positive media effects**. 1. ed. London: Routledge, 2020. Cap. 18. p. 237-249.

HUANG, S. *et al.* Smartphone stress: concept, structure, and development of measurement among adolescents. **Cyberpsychology: journal of psychosocial research on cyberspace**, Brno, v. 16, n. 5, p. 1-27, 2022.

IOANNIDIS, K. *et al.* Cognitive deficits in problematic internet use: meta-analysis of 40 studies. **British journal of psychiatry**, London, v. 215, n. 5, p. 639-646, 2019.

KARTOL, A; ÜZTEMUR, S.; YAŞAR, P. ‘I cannot see ahead’: psychological distress, doomscrolling and dark future among adult survivors following mw 7.7. and 7.6 earthquakes in türkiye. **BMC Public Health**, London, v. 23, n. 1, p. 1-9, 15 dez. 2023.

KAYE, B. K.; JOHNSON, T. J. I can’t stop myself! doomscrolling, conspiracy theories, and trust in social media. **Atlantic journal of communication**, Mahwah, p. 1-13, 15 fev. 2024.

LEAL, D. L.; SANTOS, J. C. S. Informação e saúde: um estudo sobre a ansiedade de informação e comportamento informacional. *In*: ENCONTRO NACIONAL DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO EM CIÊNCIA DA INFORMAÇÃO, 23., 2023, Aracaju. **Anais [...]**. Aracaju: ANCIB, 2023.

MALLQUI, S. J.; POZO, P. Z. M.; MEZA, J. A. S.; CASTRO, D. A. S. El doomscrolling durante la pandemia COVID 19 en estudiantes universitarios de Huancayo 2022. **Visionarios en ciencia y tecnología**, [Peru], v. 7, n. 2, p. 107–114, 2022.

MERRIAM-WEBSTER. **On ‘Doomsurfing’ and ‘Doomscrolling’**. 2020. Disponível em: <https://www.merriam-webster.com/wordplay/doomsurfing-doomscrolling-words-were-watching>. Acesso em: 1 mar. 2024.

PERUZZOLO, A. R. Do TikTok ao Think Talk Será que é possível?. **Jornal de Psicanálise**, São Paulo, v. 56, n. 104, p. 119–129, jan./jun. 2023.

RANGEL, T. L. **Mediação algorítmica como uma das facetas da mediação da informação**. 2024. 74 f. Dissertação (Mestrado em Ciência da Informação) – Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, 2024.

RODRIGUES, E. V. Doomscrolling - threat to mental health and well-being: a review. **International journal of nursing research**, Southampton, v. 8, n. 4, p. 127–130, 2023.

SERVIDIO, R.; KORONCZAI, B.; GRIFFITHS, M. D.; DEMETROVICS, Z. Problematic smartphone use and problematic social media use: the predictive role of self-construal and the mediating effect of fear missing out. **Frontiers in public health**, Lausanne, v. 10, p. 1-10, 2022.

SEVERINO, A. J. **Metodologia do trabalho científico**. 23. ed. São Paulo: Cortez, 2007.

SHARMA, B.; LEE, S. S.; JOHNSON, B. K. The dark at the end of the tunnel: doomscrolling on social media newsfeeds. **Technology, mind, and behavior**, Washington, v. 3, n. 1, Spring 2022.

TOR, S.; EKMAN VON HUTH, S. **The Impact of Gesture Navigation on Mobile Usage**. 2021. 18 f. Thesis (Master of Science in Engineering - Media Technology) – Vetenskap Och Konst, Estocolmo, 2021.

VALVASONE, L. Siamo attenti al doomscrolling. **Italiano digitale: la rivista della Cursca in Rete**, Firenze, n. 19, p. 162-166, 16 dez. 2021.

WURMAN, R. S. **Information Anxiety 2**. Indiana: QUE, 2000.

YTRE-ARNE, B.; MOE, H. Doomscrolling, monitoring and avoiding: news use in Covid-19 pandemic lockdown. **Journalism studies**, [London], v. 22, n. 13, 2021.