

Políticas de saúde mental na economia da atenção: discussões psicológicas na autorregulação e na governança das plataformas digitais ¹

Anna Bentes ²

Aiko Vasconcellos ³

Fundação Getúlio Vargas – FGV

Universidade Federal do Rio de Janeiro – UFRJ

Resumo

Na economia da atenção, as plataformas digitais usam dados e algoritmos para maximizar o engajamento, monetizando a atenção dos usuários. Este modelo suscita debates sobre seus impactos na saúde mental, especialmente pelo potencial exploração de vulnerabilidades psicológicas. Diante do aumento global de transtornos mentais, este trabalho investiga como as cinco principais plataformas (TikTok, Facebook, Instagram, YouTube, Twitter/X e Google) abordam a saúde mental em suas políticas de autorregulação e mecanismos de governança a fim de identificar suas estratégias e lacunas. Fundamentada em estudos sobre economia da atenção, plataformas, cultura digital e direitos digitais, apresentaremos os resultados preliminares da análise documental crítica, apontando para abordagens inconsistentes e uma desresponsabilização das empresas pelos efeitos de sua mediação técnica nas subjetividades.

Palavra-chave: economia da atenção; saúde mental; plataformas digitais; governança das plataformas; cultura digital.

Na economia da atenção atual, processos cognitivos e psicológicos são capitalizados em uma lógica extrativista e em uma dinâmica comercial por maximização do engajamento (Bentes, 2021) e pela datificação da vida (Mejias; Couldry, 2019) pelas plataformas digitais, intimamente ligados à lógica do capitalismo de vigilância (Zuboff, 2020) e a sua instrumentalização da experiência humana enquanto matéria-prima para processos de extração, previsão e vendas. Este modelo vem sendo amplamente criticado por autoridades e especialistas, pois, ao priorizarem o engajamento, as plataformas favorecem a difusão de uma série de conteúdos nocivos e a ampliação do tempo de tela, o que levanta preocupações legítimas sobre o modo como interpelam nossas subjetividades e impactam a saúde mental de usuários.

¹ Trabalho apresentado no GP Tecnologias e Culturas Digitais, do 25º Encontro dos Grupos de Pesquisas em Comunicação, evento componente do 48º Congresso Brasileiro de Ciências da Comunicação. Esta proposta conta com o apoio da FAPERJ.

² Professora Adjunta na Escola de Comunicação, Mídia e Informação da Fundação Getulio Vargas. Doutora e mestre em Comunicação e Cultura pela UFRJ e formada em Psicologia pela UFRJ. E-mail: annabentes@gmail.com

³ Graduanda em Psicologia pela UFRJ, bolsista de iniciação científica da FAPERJ. E-mail: bmdvasconcellos@gmail.com.

Indicadores globais de saúde mental são alarmantes (OMS, 2022) e estudos relacionam o papel das mídias sociais em problemas como ansiedade e depressão (Haidt, 2024; Scarpulla et al., 2023). Apesar de indícios de que o uso intenso dessas plataformas pode estar relacionado à piora da saúde mental (RSPH, 2018), nossa principal hipótese é a de que as relações entre mídias sociais e saúde mental são complexas e que os impactos subjetivos não podem ser explicados através de uma perspectiva determinística da mediação técnica.

A presente proposta visa refletir sobre a relação entre mídias sociais e saúde mental a partir da análise das políticas de saúde mental de plataformas digitais. Por meio da análise documental de diretrizes e materiais institucionais elaborados pelo TikTok, Facebook, Instagram, YouTube, X/Twitter e Google, buscamos mapear suas políticas de saúde mental e quais suas principais lacunas. O corpus, coletado entre julho de 2024 e janeiro de 2025, foi analisado a fim de identificar a existência (ou não) de medidas de mitigação de risco à saúde mental ou promoção de bem-estar, as estratégias e o posicionamento institucional dessas empresas sobre o tema, bem como eventuais contradições entre o discurso e a prática. Fundamentada em discussões sobre cultura digital e subjetividade (Sibilia, 2012; Lemos, 2002), estudos críticos sobre plataformas e algoritmos (Poell; Nieborg; Van Dijck, 2020; Bucher, 2018) e direitos digitais buscamos desenvolver uma análise crítica sobre tais políticas, refletindo sobre seu escopo nas discussões sobre o papel da mediação técnica na produção de subjetividades.

Nos resultados preliminares a serem apresentados, observamos que, embora o tema tenha ganhado visibilidade nos últimos anos, as abordagens das empresas ainda são inconsistentes, reativas e genéricas. Notamos um esforço das empresas para construir uma imagem de responsabilidade por meio de parcerias, campanhas, ferramentas de “bem-estar digital”, contudo, prevalecem abordagens que individualizam as soluções, transferindo ao usuário o ônus da gestão do seu bem-estar. As políticas não consideram fatores como o design persuasivo, a mediação algoritmos ou o modelo de negócios enquanto aspectos relevantes. Verifica-se, portanto, uma grande discrepância entre o discurso proativo e a superficialidade de medidas diante da lógica extrativista da economia da atenção.

Nesse sentido, observamos que tais iniciativas apresentam uma visão limitada sobre a saúde mental, focando em aspectos paliativos, sem questionar a responsabilidade infraestrutural e sistêmica das tecnologias e negócios das plataformas. Assim, nota-se

uma desresponsabilização das empresas sobre o papel da sua mediação técnica em efeitos subjetivos com soluções superficiais que transferem a responsabilidade ao usuário. Dessa forma, a presente pesquisa busca aprofundar o entendimento sobre as relações entre as mídias digitais e a saúde mental, tendo em vista fomentar o debate sobre uma governança robusta e o design tecnológico que atente à complexidade da mediação técnica nas subjetividades e aos efeitos sistêmicos da economia da atenção.

Referências

BENTES, Anna C. F. **Quase um tique:** economia da atenção, vigilância e espetáculo em uma rede social. Rio de Janeiro: Editora UFRJ, 2021.

BUCHER, Taina. **If... then:** Algorithmic power and politics. Oxford: Oxford University Press, 2018.

HAIDT, Jonathan. **A geração ansiosa:** como a infância hiperconectada está causando uma epidemia de transtornos mentais. São Paulo: Companhia das Letras, 2024.

LATOUR, Bruno. On technical mediation: Philosophy, sociology, genealogy. **Common Knowledge**, v. 3, n. 2, 1994.

LEMOS, A. **Cibercultura:** tecnologia e vida social na cultura contemporânea. Porto Alegre: Sulina, 2002.

MEJIAS, U. A.; COULDRY, N. Datafication. **Internet Policy Review**, 8(4), 2019.

OMS. World mental health report: transforming mental health for all. Geneva: OMS, 2022. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240049338>. Acesso em: 13 jun. 2025.

RSPH. #StatusofMind: Mídias Sociais e Saúde Mental e Bem-Estar dos Jovens. ISSUP, 3 maio 2018. Disponível em: <https://www.rsph.org.uk/%20our-work/policy/social-media-and-young-people-s-mental-health-and-wellbeing.html>.

SCARPULLA, E.; STOSIC, M. D.; WEAVER, A. E.; RUBEN, M. A. Should I post? The relationships among social media use, emotion recognition, and mental health. **Frontiers in Psychology**, Lausanne, v. 14, 23 maio 2023.

SIBILIA, P. **Redes ou paredes:** a escola em tempos de dispersão. Rio de Janeiro: Contraponto, 2012.

POELL, T.; NIEBORG, D.; VAN DIJCK, J. **The Platform Society:** Public Values in a Connective World. Oxford: Oxford University Press, 2020.

ZUBOFF, Shoshana. **A era do capitalismo de vigilância:** a luta por um futuro humano na nova fronteira de poder. 1ª edição. Rio de Janeiro: Intrínseca, 2020.