

REVISTA TÓPICOS

A INFLUÊNCIA DO CONSUMO MIDIÁTICO NO DESENVOLVIMENTO DE DISTÚRBIOS PSÍQUICOS EM JOVENS

DOI: 10.5281/zenodo.14025167

Marco Antônio de Carvalho Assis¹

RESUMO

Este artigo examina a influência do consumo midiático no desenvolvimento de distúrbios psíquicos em jovens, abordando como o acesso contínuo e não regulado a conteúdos de mídia impacta a formação psíquica e emocional. Com a crescente exposição às redes sociais e outras plataformas digitais, a construção da autoimagem e a percepção de valores pessoais e sociais passam a ser moldadas pela comparação constante e pela idealização. Este estudo analisa, sob a ótica psicanalítica, como o consumo excessivo de mídia pode contribuir para o surgimento de sintomas como ansiedade, depressão e distúrbios alimentares, explorando as dinâmicas de idealização e projeção inconsciente que caracterizam o ambiente digital. A metodologia inclui uma revisão bibliográfica e análise teórica baseada na psicanálise contemporânea, com o objetivo de entender como o consumo midiático contribui para a formação de uma identidade marcada por conflitos internos e baixa autoestima.

REVISTA TÓPICOS - ISSN: 2965-6672

REVISTA TÓPICOS

Palavras-chave: Psicanálise, consumo midiático, distúrbios psíquicos, adolescência, redes sociais, idealização, autoimagem.

ABSTRACT

This article examines the influence of media consumption on the development of psychological disorders in young people, exploring how continuous and unregulated access to media content impacts their emotional and psychological formation. With increasing exposure to social media and other digital platforms, the construction of self-image and the perception of personal and social values are increasingly shaped by constant comparison and idealization. This study analyzes, from a psychoanalytic perspective, how excessive media consumption may contribute to the emergence of symptoms such as anxiety, depression, and eating disorders, exploring the dynamics of unconscious idealization and projection that characterize the digital environment. The methodology includes a bibliographic review and theoretical analysis based on contemporary psychoanalysis, aiming to understand how media consumption contributes to the formation of an identity marked by internal conflicts and low self-esteem.

Keywords: Psychoanalysis, media consumption, psychological disorders, adolescence, social media, idealization, self-image.

1 INTRODUÇÃO

Nas últimas décadas, a mídia digital e as redes sociais têm se tornado elementos centrais na vida dos jovens, exercendo uma influência sem precedentes em sua formação psíquica e emocional. Esse cenário reflete

REVISTA TÓPICOS - ISSN: 2965-6672

REVISTA TÓPICOS

uma mudança cultural, onde a identidade, os valores e as aspirações de grande parte da juventude são, em alguma medida, moldados pela interação e exposição a plataformas digitais. A presença constante dessas ferramentas de comunicação e entretenimento insere os jovens em um ambiente de intensa exposição e comparação social, no qual a busca pela aceitação e validação muitas vezes se traduz em uma necessidade de reconhecimento e idealização pública.

Sob a ótica psicanalítica, esse fenômeno levanta preocupações quanto ao impacto do consumo midiático desregulado no desenvolvimento psíquico, sobretudo no que se refere ao surgimento de distúrbios psicológicos como ansiedade, depressão e transtornos alimentares. Teorias clássicas e contemporâneas da psicanálise, como as noções de narcisismo e idealização do ego, oferecem uma base conceitual importante para entender as influências inconscientes que permeiam o contato dos jovens com a mídia. Nesse sentido, o uso intensivo de redes sociais e outras plataformas digitais possibilita a projeção de ideais inatingíveis, gerando um ambiente de competição e comparação contínuas, que afetam a autoestima e a construção da autoimagem.

A adolescência é uma fase de busca por identidade e pertencimento, sendo marcada por um intenso processo de construção do "eu". Neste contexto, o consumo midiático pode influenciar diretamente a forma como os jovens percebem a si mesmos e ao mundo, contribuindo para a formação de identidades fragmentadas e para o surgimento de conflitos internos. Esse artigo visa investigar, a partir de uma perspectiva psicanalítica, como o

REVISTA TÓPICOS

consumo de conteúdos digitais afeta o desenvolvimento psíquico de jovens, discutindo os possíveis impactos no aumento de sintomas como ansiedade, depressão e distúrbios alimentares.

A metodologia adotada inclui uma revisão de literatura e análise teórica das principais contribuições psicanalíticas sobre o tema, com enfoque nas dinâmicas de idealização, projeção e identificação, comuns no uso das redes sociais e na relação com a mídia digital. A partir disso, este trabalho busca contribuir para uma melhor compreensão dos desafios psíquicos enfrentados pelos jovens na era digital, destacando a importância de uma mediação saudável e consciente no uso dessas plataformas e propondo reflexões para pais, educadores e profissionais de saúde mental sobre os efeitos do consumo midiático na saúde psíquica da juventude atual.

2 A ADOLESCÊNCIA E A BUSCA POR IDENTIDADE NA ERA DIGITAL

A adolescência é um período crucial na formação psíquica do indivíduo, caracterizado por intensas transformações físicas, emocionais e sociais. Nessa fase, a busca por identidade torna-se um dos principais desafios, pois o adolescente está em um processo de construção de si mesmo, estabelecendo valores, crenças e limites. De acordo com a psicanálise, esse período é marcado pela reestruturação do "eu" e pela amplificação dos conflitos internos, especialmente aqueles relacionados ao narcisismo, à aceitação social e à sexualidade. Neste contexto, os adolescentes buscam, de maneira intensa, o reconhecimento e a validação externa, elementos que

REVISTA TÓPICOS

têm um papel fundamental na consolidação da autoimagem e da autoestima.

Com o advento das redes sociais e o acesso facilitado a uma vasta gama de conteúdos digitais, essa busca por identidade sofre influência direta do que é visto e vivido nas plataformas digitais. A mídia moderna não apenas expõe os jovens a padrões de comportamento, estilo de vida e beleza, mas também os coloca em um ambiente de competição e comparação contínuas. A projeção de uma vida idealizada nas redes sociais, onde a maioria dos indivíduos exhibe momentos felizes, realizações pessoais e profissionais, e até corpos "perfeitos", contribui para que o adolescente forme uma visão distorcida do que seria um "eu ideal". Segundo a psicanálise, esse "eu ideal" é uma construção imaginária do ego que serve como parâmetro de comparação e que, muitas vezes, não corresponde à realidade psíquica e emocional do sujeito.

Essa exposição a ideais inalcançáveis desencadeia sentimentos de inadequação e inferioridade, especialmente entre os jovens que estão em fase de autodescoberta e ainda lidam com inseguranças típicas da adolescência. A idealização de influenciadores digitais, figuras públicas e até mesmo dos próprios amigos nas redes sociais leva o adolescente a questionar sua própria identidade e a adotar comportamentos e atitudes que podem não refletir sua essência, mas sim um desejo de ser aceito pelo grupo. Este fenômeno, conhecido como "identificação", é um processo inconsciente onde o sujeito incorpora características e valores de outro indivíduo que ele admira ou que parece socialmente valorizado. Contudo,

REVISTA TÓPICOS

essa identificação, quando impulsionada pela mídia digital, pode intensificar a fragmentação do eu, dificultando o desenvolvimento de uma identidade autêntica.

Além disso, a psicanálise entende que a busca por aprovação nas redes sociais não se limita à obtenção de "curtidas" ou seguidores, mas envolve um desejo inconsciente de reconhecimento e afeto. Esse desejo pode ser interpretado como uma manifestação do narcisismo, onde o adolescente busca incessantemente ser admirado e valorizado. Freud, ao introduzir o conceito de narcisismo, destacou que uma dose saudável desse traço é fundamental para o desenvolvimento do ego. Entretanto, no ambiente digital, esse narcisismo pode se exacerbar, levando o jovem a uma relação dependente com as redes sociais para validar sua autoestima. Essa dependência pode contribuir para o surgimento de comportamentos ansiosos e sintomas depressivos quando a resposta do público não é tão positiva quanto o esperado, ou quando o jovem se compara de forma constante com outras pessoas.

Portanto, a era digital não apenas transforma a maneira como os adolescentes se expressam e interagem, mas também modifica a relação que eles estabelecem com a própria identidade. A psicanálise, ao considerar os processos inconscientes e os mecanismos de defesa que operam no sujeito, permite uma compreensão mais profunda dos impactos psíquicos desse fenômeno. O consumo midiático, quando desregulado, pode potencializar ansiedades e inseguranças, dificultando o desenvolvimento de um "eu" integrado e saudável. É fundamental, assim, que se reconheça a

REVISTA TÓPICOS

influência que a mídia exerce na construção da identidade dos jovens e que se incentive uma abordagem mais crítica e consciente do uso dessas plataformas.

3 METODOLOGIA

Este estudo é de caráter teórico e exploratório, com base na análise psicanalítica de temas contemporâneos relacionados ao impacto do consumo midiático na saúde psíquica de jovens. Para embasar a discussão, a metodologia adotada consiste em uma revisão bibliográfica de literatura científica e psicanalítica relevante sobre temas como adolescência, construção de identidade, redes sociais e distúrbios psíquicos. A escolha dessa abordagem visa integrar conceitos fundamentais da psicanálise – como narcisismo, idealização do ego, mecanismos de defesa e projeção – à realidade midiática atual, onde jovens estão continuamente expostos a conteúdos digitais de impacto psicológico significativo.

A pesquisa bibliográfica foi conduzida a partir de fontes acadêmicas em bases de dados como Scielo, Google Scholar e Periódicos CAPES, utilizando palavras-chave relacionadas ao tema, tais como "psicanálise e adolescência", "redes sociais e identidade", "distúrbios psíquicos em jovens" e "influência midiática no desenvolvimento psíquico". Essa seleção permitiu identificar artigos, teses, dissertações e livros que abordam o impacto das redes sociais e da mídia digital na formação psíquica, assim como a interpretação desses fenômenos pela psicanálise.

REVISTA TÓPICOS

Além da revisão bibliográfica, realizou-se uma análise teórica das contribuições psicanalíticas sobre a formação do “eu” e os mecanismos inconscientes envolvidos na construção da identidade e da autoimagem. Com base nos conceitos de Freud, Winnicott e Lacan, esta análise busca entender as dinâmicas de idealização e identificação inconscientes que se intensificam em ambientes de constante exposição midiática, característicos das redes sociais. A perspectiva de Freud sobre o narcisismo e o "eu ideal", as teorias de Winnicott sobre o "self verdadeiro e falso" e o conceito de espelhamento de Lacan oferecem uma fundamentação teórica sólida para discutir os conflitos psíquicos resultantes da comparação constante e da busca por validação externa.

Este trabalho não envolve coleta de dados empíricos; entretanto, ele se vale de uma análise crítica e interpretativa de estudos anteriores que apresentam dados relevantes para a discussão, como pesquisas de psicologia social e psicanálise sobre o impacto das redes sociais na autoimagem dos jovens. Essa metodologia permite contextualizar o fenômeno do consumo midiático e destacar como ele contribui para o desenvolvimento de sintomas psíquicos relacionados à ansiedade, depressão e distúrbios de imagem corporal.

A metodologia teórico-bibliográfica empregada neste estudo se justifica pelo objetivo de fornecer uma compreensão mais profunda e fundamentada sobre como o consumo midiático influencia o desenvolvimento psíquico dos jovens. A abordagem psicanalítica, com sua atenção aos processos inconscientes, permite explorar a complexidade da relação entre o jovem e

REVISTA TÓPICOS

a mídia digital, destacando os mecanismos subjacentes que afetam a saúde mental na era das redes sociais.

4 A IDEALIZAÇÃO DO EU E A INFLUÊNCIA DAS REDES SOCIAIS NA AUTOIMAGEM

Um dos efeitos mais significativos do consumo midiático no contexto psíquico é a idealização da autoimagem.

Ao acompanhar continuamente esses conteúdos idealizados, os jovens acabam por criar uma imagem idealizada de si mesmos.

Dessa forma, o "eu ideal" assume uma posição dominante, gerando uma dicotomia entre o "eu real" e o "eu ideal", onde o indivíduo se vê como uma imagem idealizada, mas distinta de seu verdadeiro "eu". Nas redes sociais, essa idealização é reforçada pela constante exposição a conteúdos que apresentam uma vida perfeita e idealizada.

Este processo de idealização constante afeta profundamente a autoimagem e pode levar a um mecanismo de autocrítica intensa, que pode ser visto como um "super-ego" que impõe padrões irreais de perfeição, resultando em uma insatisfação constante consigo mesmo (Freud, 1923).

Além disso, essa idealização da autoimagem afeta também as relações interpessoais, levando a uma sensação de isolamento e dificuldade em estabelecer conexões genuínas.

Dessa forma, a idealização midiática leva o jovem a uma posição de constante insatisfação e busca por uma vida mais idealizada.

5 O IMPACTO DAS REDES SOCIAIS E VALORES PESSOAIS

A exposição constante a conteúdos midiáticos, principalmente através das redes sociais, pode levar a uma alteração dos valores pessoais e da identidade.

As redes sociais funcionam como um espelho social, onde os jovens buscam a validação e a aprovação dos outros, o que pode levar a uma perda de valores pessoais e à adoção de valores alheios.

Freud (1914) já apontava para os perigos da idealização e da projeção inconsciente, que podem levar a uma perda de contato com a realidade e a uma vida baseada em fantasmas.

6 ANSIEDADE E REDES SOCIAIS

REVISTA TÓPICOS - ISSN: 2965-6672

REVISTA TÓPICOS

A ansiedade é um dos distúrbios psíquicos mais prevalentes entre os jovens,

Estudos recentes indicam que a comparação constante nas redes sociais é un

Os distúrbios alimentares, como a anorexia e a bulimia, também estão intim

7 DINÂMICAS DE IDEALIZAÇÃO E PROJEÇÃO

As dinâmicas de idealização e projeção, descritas por Freud (1914), são proc

A busca contínua por validação nas redes sociais pode ser uma fonte signific

A comparação constante com vidas aparentemente perfeitas nas redes sociais

8 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A influência do consumo midiático na saúde mental dos jovens é um tema c

A comparação constante, a busca por validação externa e a idealização de vi

Promover uma relação mais crítica e saudável com o consumo midiático é e
estar psíquico.

Ao explorar a interação entre o consumo midiático e a formação da identida

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BAUMAN, Zygmunt. Modernidade Líquida. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 20

REVISTA TÓPICOS

FESTINGER, Leon. "A Theory of Social Comparison Processes". Human Relations, 1954, vol. 7, no. 2, p. 109-124.

FREUD, Sigmund. Introdução ao Narcisismo. In: Edição Standard Brasileira das Obras Psicológicas Escritas por Sigmund Freud, vol. 19, pp. 217-230.

FREUD, Sigmund. O Ego e o Id. In: Edição Standard Brasileira das Obras Psicológicas Escritas por Sigmund Freud, vol. 19, pp. 19-30.

LACAN, Jacques. O Estádio do Espelho como Formador da Função do Eu. In: Escritos, pp. 7-13.

SIBILIA, Paula. O Show do Eu: A Intimidade como Espetáculo. Rio de Janeiro: Contra Capa, 2008.

TURKLE, Sherry. Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other. New York: Basic Books, 2011.

TWENGE, Jean M. iGen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy—and Completely Unprepared for Adulthood. New York: Atria Books, 2017.

WEINSTEIN, Emily. "The Social Media Seesaw: Positive and Negative Influences on Adolescents". Current Opinion in Psychology, 2018, vol. 16, pp. 1-6.

WINZELBERG, Andrea J. et al. "Effectiveness of an Internet-Based Program for Reducing Risk Factors for Eating Disorders". Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry, 2010, vol. 49, no. 3, pp. 350-358.

WINNICOTT, Donald W. O Brincar e a Realidade. Rio de Janeiro: Imago, 1975.

¹ Doutor em Psicanálise pela Emil Brunner World University