

**DOOMSCROLLING E REFORÇO NEGATIVO: UMA ANÁLISE  
NEUROBIOLÓGICA E COMPORTAMENTAL.**

*Gabrielle Matias Braga (gabriellematiaspsicologia@gmail.com)*

*Landerson Carlos Martins De Souza (landersoncmartins@gmail.com)*

Introdução: O doomscrolling é um termo recente que designa o consumo compulsivo de notícias negativas na internet, intensificado em contextos de crise. Esse fenômeno pode ser compreendido pela Análise do Comportamento, via reforço negativo, além da neurobiologia, com destaque para o sistema mesolímbico, ligado ao aprendizado e prazer. Objetivo: Discutir os mecanismos comportamentais e neurobiológicos do doomscrolling, enfatizando processos de aprendizagem e manutenção do comportamento. Método: Foi realizada revisão bibliográfica integrativa nos bancos Google Scholar, PubMed e Portal de Periódicos da CAPES. A busca, em setembro de 2025, identificou 128 trabalhos com os descritores doomscrolling, notícias negativas, reforço negativo, redes sociais e sistema mesolímbico, combinados pelos operadores booleanos “AND” e “OR”. Após leitura de títulos e resumos, 118 artigos foram excluídos por não tratarem diretamente do tema ou por duplicação. Restaram 10 estudos, sendo estes, empíricos e revisões sistemáticas publicados nos últimos 5 anos. Critérios de inclusão: artigos em português ou inglês que abordassem doomscrolling e sua relação com processos neurobiológicos e comportamentais. Foram excluídos artigos de opinião, textos teóricos sem pesquisa e estudos com modelos animais. Resultados e discussão: Os estudos revelam que o doomscrolling agrava sintomas ansiosos e depressivos. O

comportamento mantém-se pelo reforço negativo: consumir notícias nocivas alivia momentaneamente ansiedade, tristeza e estresse. Esse processo ativa zonas mesolímbicas dopaminérgicas ventrais e o núcleo accumbens, liberando dopamina e reforçando a repetição. Assim, sentimentos desagradáveis impulsionam o comportamento, que, por sua vez, intensifica tais sintomas, configurando um ciclo de reforço mútuo. Conclusão: O doomscrolling caracteriza-se como ciclo vicioso com repercussões relevantes para a saúde mental. A compreensão de seus mecanismos evidencia a necessidade de intervenções específicas. Limitações desta revisão incluem escassez de pesquisas sobre estratégias de intervenção, representando lacuna a ser explorada. O estudo é relevante por informar profissionais e sociedade sobre riscos e natureza compulsiva do fenômeno.

Palavras-chave: doomscrolling; notícias negativas; reforço negativo; redes sociais; sistema mesolímbico.