



## COMO AS NOTÍCIAS SOBRE MUDANÇAS CLIMÁTICAS AFETAM JOVENS DE 17 A 24 ANOS

*Cassiana dos Martyres Glock<sup>1</sup>, Ana Júlia da Silva Vieira<sup>2</sup>, Rute Grossi Milani<sup>3</sup>, Aline Lopes<sup>4</sup>*

<sup>1</sup>Acadêmica do Curso de Psicologia, Universidade Cesumar - UNICESUMAR. Bolsista PIBIC/ICETI-UniCesumar.  
[cassi.martyres@gmail.com](mailto:cassi.martyres@gmail.com)

<sup>2</sup>Acadêmica do Curso de Psicologia, Universidade Cesumar - UNICESUMAR.  
[avenoljr@icloud.com](mailto:avenoljr@icloud.com)

<sup>3</sup>Coordenadora, Docente no Curso de Pós-Graduação em Promoção da Saúde, Universidade Cesumar - UNICESUMAR.  
[rute.milane@unicesumar.edu.br](mailto:rute.milane@unicesumar.edu.br)

<sup>4</sup>Orientadora, Docente no Curso de Pós-Graduação em Tecnologias Limpas e Sustentáveis, Universidade Cesumar - UNICESUMAR.  
[aline.llopes@unicesumar.edu.br](mailto:aline.llopes@unicesumar.edu.br)

### RESUMO

A crise climática global tem se intensificado nas últimas décadas, com crescente divulgação de notícias sobre eventos extremos, perda de biodiversidade e impactos socioambientais em diferentes meios de comunicação. Esse cenário vem gerando efeitos psicológicos importantes, especialmente entre jovens que se sentem emocionalmente afetados pelo futuro incerto do planeta. Nesse contexto, o conceito de ecoansiedade tem ganhado destaque na literatura científica, sendo compreendido como um tipo de estresse ambiental relacionado à percepção de ameaça climática constante. Este projeto de iniciação científica tem como objetivo investigar como as notícias sobre mudanças climáticas afetam o bem-estar emocional e os níveis de estresse percebido entre estudantes universitários de 17 a 24 anos em uma instituição particular. Trata-se de uma pesquisa de natureza exploratória e descritiva, com abordagem quantitativa e qualitativa, utilizando um formulário com perguntas fechadas sobre frequência de exposição a conteúdos climáticos, à Escala de Estresse Percebido (PSS-10) e questões abertas sobre sentimentos e percepções relacionadas às notícias. Os dados serão analisados por meio de estatísticas descritivas e análise de conteúdo temática. Espera-se identificar padrões emocionais recorrentes, como medo, impotência, apatia ou desejo de engajamento ambiental, e compreender a relação entre a exposição à crise climática e os impactos na saúde mental dos jovens.

**PALAVRAS-CHAVE:** EcoAnsiedade; Estresse percebido; Psicologia ambiental.

### 1 INTRODUÇÃO

O avanço das mudanças climáticas tem gerado não apenas consequências ambientais e econômicas, mas também impactos significativos na saúde mental da população, especialmente entre os jovens. As constantes notícias sobre desastres ambientais, elevação da temperatura global, extinção de espécies e colapsos climáticos vêm sendo amplamente divulgadas nas mídias tradicionais e digitais, alcançando um público cada vez mais jovem e conectado (Cheng; Gonzalez-Ramirez, 2021). Nesse contexto, um novo campo de investigação tem ganhado destaque: a ecoansiedade, definida como a preocupação crônica com o futuro ambiental do planeta e os efeitos da degradação ambiental sobre o bem-estar individual e coletivo (Hickman *et al.* 2021).

A ecoansiedade é impulsionada por uma interação complexa de influência da mídia, ameaças percebidas e sentimentos de desesperança e impotência, levando a resultados comportamentais significativos, como evitação, ativismo e compulsões (Rajamani, Iyer 2024; Sharma, Palazzo 2024). O impacto psicológico da ecoansiedade é profundo, manifestando-se em sintomas semelhantes à depressão, transtorno de estresse pós-traumático (TEPT) e transtornos do pânico, e pode perturbar a vida diária e o funcionamento cognitivo (Rajamani, Iyer 2024; Sharma, Palazzo 2024). Os jovens são especialmente vulneráveis, pois estão mais conectados à mídia digital, o que amplifica sua exposição a notícias relacionadas ao clima e exacerba os sentimentos de ansiedade e luto (Whitlock



2023). O conceito de solastalgia, ou sofrimento causado pela mudança ambiental, destaca ainda mais os impactos implícitos da mudança climática na saúde mental (Albrecht 2005), enfatizando a necessidade de atividades de remediação e cooperação dinâmica nos esforços de mitigação das mudanças climáticas (Katsarou 2022).

A pesquisa sobre ecoansiedade tem aumentado com o aumento das colaborações internacionais e um crescente corpo de literatura explorando suas ramificações psicológicas e a necessidade de intervenções direcionadas (Abdullah, Azizan 2024). Lidar com a ecoansiedade requer estratégias abrangentes, incluindo educação climática, recursos de saúde mental e ação governamental, para mitigar seus efeitos e apoiar o bem-estar psicológico coletivo (Rajamani, Iyer 2024).

Diante dessa realidade, surge a seguinte questão de pesquisa: Como as notícias sobre mudanças climáticas afetam os níveis de estresse e o bem-estar emocional de estudantes universitários entre 17 e 24 anos de uma instituição particular? Esta pesquisa tem como objetivo compreender a relação entre a exposição midiática às mudanças climáticas e seus efeitos subjetivos sobre jovens universitários, analisando a frequência com que esses conteúdos são acessados, os sentimentos gerados e as possíveis manifestações de estresse ou ansiedade associadas.

A hipótese desta pesquisa é que quanto maior a frequência de exposição a conteúdos relacionados às mudanças climáticas, maior será o nível de estresse percebido e o relato de sentimentos como medo, impotência e ansiedade entre os jovens universitários. A confirmação dessa hipótese poderá contribuir para o desenvolvimento de estratégias institucionais de acolhimento emocional e para a promoção de uma comunicação ambiental mais equilibrada, que considere os efeitos psicológicos da crise climática sobre a juventude.

## 2 MATERIAIS E MÉTODOS

A pesquisa será de natureza quantitativa e qualitativa, do tipo exploratória e descritiva. O público-alvo será composto por estudantes universitários com idades entre 17 e 24 anos regularmente matriculados em uma instituição de ensino superior particular. A amostra será não probabilística por conveniência. A amostra será composta por aproximadamente 50 a 100 estudantes, voluntários, de ambos os sexos e de diferentes cursos. Antes de se realizar a coleta dos dados o projeto será submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa da Unicesumar para aprovação.

Os dados serão coletados por meio de um formulário estruturado, ou seja, com perguntas fechadas. Esse questionário será aplicado de forma online ou presencial, contendo: perguntas fechadas sobre frequência e fontes de acesso a notícias climáticas; e a Escala de Estresse Percebido (PSS-10), validada para o contexto brasileiro. A PSS-10 é composta por 10 itens, que relacionam acontecimentos e situações ocorridas nos últimos 30 dias. Cada item é avaliado por uma escala Likert. Os resultados podem variar de 0-40 pontos, sendo que uma pontuação acima desse limite indica maior percepção do estresse (Reis *et al.*, 2010). As questões abertas abordarão sentimentos ou reações emocionais às notícias sobre mudanças climáticas.

Com o objetivo de verificar a compreensão, a clareza, a objetividade, a legibilidade, a forma de apresentação e possíveis dificuldades no preenchimento do instrumento pelos participantes, será realizado um pré-teste com dez estudantes escolhidos aleatoriamente. O retorno dos dez questionários preenchidos e suas análises permitiram identificar que os instrumentos não necessitam de adequação em sua linguagem ou formatação.

A análise dos dados quantitativos será realizada com o auxílio de planilhas eletrônicas (Excel ou Google Sheets), por meio de estatísticas descritivas. As respostas abertas serão tratadas com análise de conteúdo temática, buscando categorias recorrentes



nos relatos. A pesquisa respeitará todos os princípios éticos da pesquisa com seres humanos, mediante assinatura de Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

### 3 RESULTADOS ESPERADOS

A pesquisa está em fase inicial, porém, a revisão da literatura mostra que, em outros países, quase 60% dos jovens sentem-se "muito" ou "extremamente" preocupados com as mudanças climáticas (Hickman *et al.*, 2021). Esse sentimento se traduz em uma visão pessimista sobre o futuro, com 75% dos entrevistados afirmando que "o futuro era assustador" (Hickman *et al.*, 2021). Em congruência, outros estudos apontam que 84% dos jovens estão, no mínimo, moderadamente preocupados, e 62% sentem-se ansiosos (Wang *et al.*, 2024). O sofrimento climático é, portanto, uma realidade global evidente, impactando o funcionamento diário e as perspectivas de vida dos jovens, independentemente de estarem em países mais ou menos expostos a desastres ambientais (Hickman *et al.*, 2021).

Para Hickman *et al.* (2021), uma forma de termos uma assistência emocional aos jovens e adolescentes que passam por ansiedade climática, seria validar os sentimentos e opiniões ouvindo, respeitando e acatando essas angústias. Esse acolhimento, é principalmente importante, por aqueles em posições de poder e dos quais dependemos para o acompanhamento de ações coletivas pró-ambientais. Mas, em contradição, o que acontece é ter respostas governamentais inadequadas, tornando assim a situação um gatilho psicológico para essa angústia. A pesquisa de Hickman *et al.* (2021) associa o sofrimento dos jovens a crenças sobre uma resposta governamental inadequada e sentimentos de traição. Essa percepção de abandono por parte daqueles em posições de poder piora a ansiedade e pode ser vivenciada como uma forma de dano moral (Hickman *et al.*, 202).

A forma como a comunicação sobre o clima é enquadrada pela mídia e por atores políticos desempenha um papel crucial nesse processo. Quando a política climática é focada em interesses nacionais e ganhos políticos, ela tende a gerar mais ansiedade e raiva no público. Em contrapartida, uma comunicação focada em soluções e colaboração pode incitar emoções positivas como orgulho e empolgação (Liu; Kuang, 2024).

A relação entre essas emoções e a disposição para agir é complexa. E embora a ansiedade possa motivar os indivíduos a participarem de ações climáticas online, a raiva decorrente da percepção de que políticos usam a crise para ganhos pessoais pode diminuir a intenção de agir, possivelmente por gerar um sentimento de futilidade (Liu; Kuang, 2024). Isso sugere que a comunicação que apenas gera alarme, sem apresentar caminhos viáveis, pode ser contraproducente. De fato, a cobertura da mídia, predominantemente negativa, contribui para um sentimento de pessimismo (Wang *et al.*, 2023).

Um aspecto a ser considerado é o termo "desinformação e negacionismo climático", que se refere a negação das mudanças climáticas, como se esses fenômenos na verdade não existissem. Colocando em xeque a reputação de cientistas e pesquisas sérias. Outro grave problema é o compartilhamento das *fake news* (notícias falsas), em redes sociais, o que aumenta muito a desinformação climática nas redes sociais (Al-Rawi *et al.*, 2021).

Neste cenário, vemos a importância de estratégias de comunicação e de apoio para os jovens. Profissionais de saúde e outras disciplinas são essenciais para traduzir a compreensão da ecoansiedade em empoderamento e ação (Wang *et al.*, 2023). É fundamental elaborar mensagens que desencadeiam emoções apropriadas, adaptadas a públicos específicos e às suas preocupações preexistentes, para motivar, em vez de paralisar (Liu; Kuang, 2024).

A educação focada em ações concretas, o engajamento comunitário e o fortalecimento de conexões sociais surgem como mecanismos de proteção, capazes de aumentar a sensação de eficácia pessoal e coletiva e mitigar os efeitos da ecoansiedade



(Wang *et al.*, 2023). Para que as gerações mais jovens recebam uma mensagem de esperança, é preciso primeiro que seus sentimentos sejam validados e que os governos respondam de forma coerente e urgente à crise (Hickman *et al.*, 2021).

#### 4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A crise climática representa não apenas um desafio ambiental, mas também psicológico e social, especialmente para os jovens. A ecoansiedade, embora não seja classificada como transtorno, emerge como resposta legítima diante da incerteza, imprevisibilidade e incontrolabilidade do futuro. Os sentimentos de frustração e desesperança frente à inação governamental revelam a necessidade de maior escuta e acolhimento dessa geração. Nesse contexto, a psicologia ambiental tem papel fundamental ao analisar como os indivíduos percebem e são afetados pelo ambiente, contribuindo para estratégias de enfrentamento mais saudáveis. Assim, investir em informação responsável, educação crítica e espaços de diálogo pode transformar a angústia em engajamento, oferecendo perspectivas mais construtivas e esperançosas para o futuro.

#### REFERÊNCIAS

ABDULLAH, Khairul Hafezad; AZIZAN, Azliyana. Ecoanxiety and mental health unveiled: a bibliometric analysis. **International Journal of Public Health Science**, v. 13, n. 2, p. 783, 2024.

ALBRECHT, Glenn. Solastalgia: A new concept in health and identity. PAN: **Philosophy Activism Nature**, n. 3, p. 41–55, 2005.

AL-RAWI, Ahmed et al. Twitter's fake news discourses around climate change and global warming. **Frontiers in Communication**, v. 6, p. 729818, 2021.

CHENG, Heyi; GONZALEZ-RAMIREZ, Jimena. Trust and the media: Perceptions of climate change news sources among US college students. **Postdigital Science and Education**, v. 3, n. 3, p. 910-933, 2021.

HICKMAN, Caroline et al. Climate anxiety in children and young people and their beliefs about government responses to climate change: a global survey. **The Lancet Planetary Health**, v. 5, n. 12, p. e863-e873, 2021.

KATSAROU, Eirene. Solastalgia: **Looking into the Implicit Impacts of Climate Change on Mental Health**. In: The academic language of climate change: An introduction for students and non-native speakers. Bingley: Emerald Publishing Limited, 2022. p. 63–69.

LIU, Shujun; KUANG, Kai. The role of emotions in climate change communication: Examining the effects of strategy and issue framing on emotional responses and online climate action intentions. **Current Psychology**, v. 43, n. 33, p. 27070-27083, 2024.

RAJAMANI, Santhosh Kumar; IYER, Radha Srinivasan. **The phenomenon of eco-anxiety and distress related to climate change and environmental degradation**. In: Impact of climate change on mental health and well-being. Hershey: IGI Global Scientific Publishing, 2024. p. 156–177.



REIS, R. Siqueira; HINO, A. A.; AÑEZ, C. R. Perceived stress scale. **Journal of Health Psychology**, v. 15, n. 1, p. 107–114, 2010.

SHARMA, Nitika; PALAZZO, Maria. From anxiety to action: the role of eco-anxiety and eco-advertisement in promoting pollution escape tourism. **International Journal of Advertising**, p. 1–27, 2024.

WANG, H. *et al.* Coping with eco-anxiety: An interdisciplinary perspective for collective learning and strategic communication. **Journal of Anxiety Disorders**, v. 102, p. 102838, mar. 2024.

WHITLOCK, Janis. Climate change anxiety in young people. **Nature Mental Health**, v. 1, n. 5, p. 297–298, 2023.