

RESUMO - INICIANTES II

CIBERCONDRIA E ANSIEDADE: REVISÃO DA LITERATURA SOBRE OS IMPACTOS DA BUSCA EXCESSIVA POR INFORMAÇÕES DE SAÚDE

Eduarda Gobbo Pastre (eduardagobbo05@gmail.com)

Ana Clara Bertoldi Da Rocha (aclara.bertoldi@gmail.com)

Fabrcia Nunes Ferreira (fabricianunesferreira@hotmail.com)

Giulia Borges Lopes (giuliablopes@gmail.com)

Júlia Cardozo Ferraz César (julia.cf.cesar@gmail.com)

Nicolle Yugue Xavier (nicolle.yugue@gmail.com)

Wilma Lilia De Castro E Souza E Silva (wilma.lilia@hotmail.com)

INTRODUÇÃO: Com a popularização da internet, especialmente durante e após a pandemia, o acesso à web se tornou essencial e passou a ser usado como fonte de informações sobre a saúde. Esse costume, infelizmente, pode gerar diagnósticos errôneos, tendendo a aumentar a preocupação, levando muitos indivíduos a acreditar que sofrem de doenças graves. Nesse contexto, o termo cibercondria ganhou popularidade, ele refere-se ao aumento de ansiedade sobre o próprio estado de saúde devido ao comportamento excessivo e frequente de realizar pesquisas online para obter informações acerca da saúde. **OBJETIVOS:** Revisar as características e os efeitos da cibercondria na população, e como ela está associada a ansiedade. **METODOLOGIA:** Revisão bibliográfica da literatura composta por artigos disponíveis nas bases de dados PubMed e Wiley Online Library, realizada entre

agosto e setembro de 2025. Às palavras chaves foram: "Hipocondria", "ansiedade e saúde". Após a seleção foram utilizados como amostra 12 artigos, alguns de revisão de literatura e outros originais. RESULTADOS: A cibercondria, ou hipocondria digital, é um comportamento recente, caracterizado pela busca excessiva por informações relacionadas à saúde online, sendo associados a ansiedade em saúde. O interesse científico cresceu nos últimos anos, especialmente após a pandemia do COVID-19, quando o excesso de informações intensificou o medo e a ansiedade nos indivíduos. Em idosos, fatores como baixa alfabetização digital e a presença de doenças crônicas aumentam os níveis de ansiedade, então estudos foram realizados, utilizando quatro ferramentas para avaliar a cibercondria e seus efeitos neles: Escala de Gravidade da Cibercondria-12; Transtorno de Ansiedade Generalizada; Questionário de Orientação de Enfrentamento de Problemas. Esses instrumentos permitiram relacionar a gravidade da cibercondria com o aumento de distúrbios emocionais. Sendo assim, o uso demasiado da web interage com fatores intelectuais, sociais e tecnológicos, de forma que na área cognitiva os indivíduos com traços ansiosos e intolerância à incerteza, tendem a interpretar sintomas benignos como sinais de doenças graves, ocasionando pensamentos infundados e a necessidade constante de verificar informações médicas online. Nas áreas sociais e tecnológicas, este cenário decorre da necessidade constante de informação. Os algoritmos operam de modo a trazer mais conteúdo de acordo com o que é mais consumido, aumentando a compulsão. Desse modo, tal comportamento pode levar tanto à procura excessiva por consultas médicas quanto à sua evitação, além de prejudicar a relação médico-paciente, visto que indivíduos tendem a questionar diagnósticos e tratamentos CONCLUSÃO: A cibercondria é um fenômeno emergente da saúde digital, intensificado pela pandemia de COVID-19, e está intimamente associada à níveis elevados de ansiedade, hipocondria, sintomas obsessivo-compulsivos e uso problemático da internet, configurando-se como um quadro multidimensional com implicações clínicas e psicológicas significativas. Além de afetar diretamente a saúde mental, também impacta o sistema de saúde, modificando a busca por atendimento médico e comprometendo a relação médico-paciente. Dessa forma, sua compreensão é essencial para o manejo clínico, orientação sobre o uso consciente da internet e redução dos impactos da ansiedade relacionada à saúde.

Palavras-chave: hipocondria; ansiedade e saúde; autodiagnóstico.