

RESUMO SIMPLES - APRESENTAÇÃO ORAL - GT2 - REFLEXÕES
CONTEMPORÂNEA SOBRE EDUCAÇÃO E TECNOLOGIA NA SAÚDE
MENTAL UNIVERSITÁRIA.

**TECNOLOGIAS DIGITAIS E HIPERCONNECTIVIDADE: DESGASTE E
CUIDADO EM SAÚDE MENTAL UNIVERSITÁRIA**

Linda Jhulian De Souza Batista (linda.batista@jsecensa.edu.br)

Heitor Benjamim Campos (heitor.benjamim@gmail.com)

TECNOLOGIAS DIGITAIS E HIPERCONNECTIVIDADE: DESGASTE E
CUIDADO EM SAÚDE MENTAL UNIVERSITÁRIA

Linda Jhulian de Souza Batista e Heitor Benjamim Campos

A pesquisa investiga como as tecnologias digitais reorganizam a construção da identidade, autoapresentação e experiência subjetiva do cansaço na vida contemporânea, considerando notificações, redes sociais, algoritmos de visibilidade e conexão quase permanente.

A discussão parte de um referencial interdisciplinar sobre tecnologia, subjetividade e desgaste psíquico, mobilizando Georg Simmel e a hiperestimulação da vida moderna; Erving Goffman e a noção de bastidores, tensionada pela arquitetura tecnológica que dificulta separar exposição e recolhimento; Byung-Chul Han e as formas de visibilidade e exposição produzidas no ambiente digital; e Gilberto Velho, cuja noção de campo de possibilidades permite pensar a tecnologia como parte das condições de participação social.

O material empírico compreende sete entrevistas semiestruturadas exploratórias com sujeitos de diferentes perfis, três deles pós-graduandos e uma graduanda. Nos relatos, o uso intenso das tecnologias digitais e a dificuldade de desconexão são recorrentes. As notificações mantêm os participantes em estado de alerta fora dos horários de estudo ou trabalho, enquanto a necessidade de permanecer disponível e, em alguns casos, produzir ou compartilhar conteúdos atravessa os momentos de lazer.

Observa-se também um paradoxo, pois quanto mais conectados, menor parece ser o espaço de recolhimento, descanso e convivência fora do ambiente digital. Não se trata de ausência de contato, mas da dificuldade de sustentar momentos de desconexão.

A análise segue a Análise Temática Reflexiva, articulando temas emergentes das entrevistas ao referencial teórico. Os dados parciais indicam que a hiperconectividade aproxima esferas antes distintas da vida cotidiana, tornando menos definidos os limites entre estudo, trabalho, lazer e descanso. Esse processo se relaciona à individualização do sofrimento, manifestada nas tentativas de administrar o próprio uso da tecnologia.

Nesse sentido, compreender os efeitos do uso excessivo das tecnologias permite discutir seus riscos e possibilidades no cuidado em saúde mental universitária, incluindo plataformas de apoio, teleatendimento, aplicativos de bem-estar e ferramentas de inteligência artificial. Essas possibilidades, contudo, envolvem limites e contradições.

REFERENCIAL TEÓRICO

BRAUN, Virginia; CLARKE, Victoria. *Thematic Analysis: A Practical Guide*. London: SAGE, 2022.

GOFFMAN, Erving. *A representação do eu na vida cotidiana*. 20. ed. Petrópolis: Vozes, 2014.

HAN, Byung-Chul. *No exame: perspectivas do digital*. Petrópolis: Vozes, 2018.

SIMMEL, Georg. *A metrópole e a vida mental*. Tradução de Sérgio Marques dos Reis. [S.l.: s.n., s.d.].

VELHO, Gilberto. *Projeto e metamorfose: antropologia das sociedades complexas*. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1994.

Palavras-chave: tecnologia digital; hiperconectividade; saúde mental.

