

A DITADURA DO ALGORITMO: IMPACTOS DA CULTURA DO CANCELAMENTO NA SAÚDE MENTAL DE JOVENS ADULTOS

Ana Carolina de Jesus dos Santos¹; Caroline Primo dos Santos²; Gustavo Oliveira Santos³; Maria Eduarda Machado da Silva⁴; Leonardo Santos de Jesus⁵.

¹ Aluna do curso de Psicologia da Universidade Federal do Recôncavo da Bahia. E-mail: santosanacarolina080@gmail.com

² Aluna do curso de Psicologia da Universidade Federal do Recôncavo da Bahia. E-mail: primorol24@gmail.com

³ Aluno do curso de Psicologia da Universidade Federal do Recôncavo da Bahia. E-mail: gugasantos1598@gmail.com.

⁴ Aluna do curso de Psicologia da Universidade Federal do Recôncavo da Bahia. E-mail: Mariax151duda@gmail.com

⁵ Orientador(a): Bacharel em Saúde pela Universidade Federal do Recôncavo da Bahia. E-mail: jesusleonardosantosde012@gmail.com

RESUMO: Historicamente, a Igreja mediava a moral e o Estado, a lei. Na contemporaneidade digital, nota-se um sincretismo entre essas esferas. Ocorre um julgamento moral com punição social imediata. Esse processo é mediado por algoritmos que privilegiam o conflito. Tais dispositivos facilitam atos ilícitos e a violação de direitos, culminando na cultura do cancelamento. Além disso, o anonimato na internet torna esse espaço consideravelmente hostil. Consequentemente, potencializa-se o adoecimento psíquico dos sujeitos cancelados. Nesse sentido, o presente trabalho tem como objetivo analisar os impactos da cultura do cancelamento na saúde mental de jovens adultos. Discute-se, também, como a ditadura dos algoritmos e a ausência de mediação institucional contribuem para esse fenômeno. Para investigar essa problemática de maneira aprofundada, o estudo foi estruturado como uma pesquisa qualitativa e exploratória, delineada como revisão integrativa. A coleta de dados ocorreu nas bases SciELO, LILACS e Google Acadêmico. Utilizou-se o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) para contextualização sociodemográfica. O período de busca abrangeu os anos de 2019 a 2026. Empregaram-se os descritores "cultura do cancelamento", "algoritmos", "saúde mental" e "jovens adultos", combinados pelo operador booleano AND. Incluíram-se artigos originais, disponíveis na íntegra em português, que abordassem a relação entre redes sociais e adoecimento psíquico. Excluíram-se publicações duplicadas e artigos de opinião. Os dados foram tratados via Análise de Conteúdo temática. Dispensou-se a avaliação por comitê de ética devido ao uso exclusivo de fontes de domínio público. Os resultados demonstram uma adoção generalizada das redes sociais pela população. Contudo, o impacto desse fenômeno varia conforme as vulnerabilidades psicológicas individuais, afetando predominantemente os jovens



adultos. Observa-se nesse público um uso frequentemente desregulado das mídias digitais. Esse comportamento desencadeia consequências negativas derivadas de uma utilização considerada patológica. A natureza estimulante das redes e a exposição a padrões inalcançáveis geram profundos sentimentos de inadequação. Assim, os usuários são motivados a um engajamento contínuo e exaustivo. Esse cenário favorece o desenvolvimento de transtornos de controle de impulsos e distorções cognitivas. Estabelece-se, portanto, um ciclo de dependência. O alívio emocional fica condicionado ao recebimento de reações positivas online. Em contrapartida, a ameaça ou a vivência do cancelamento gera um intenso mal-estar psicológico. Essa dinâmica culmina em quadros de depressão, ansiedade e problemas físicos. Diante do exposto, evidencia-se que a expansão do ambiente digital impõe desafios significativos à saúde pública. A exposição contínua a padrões idealizados fomenta comportamentos compulsivos. Aliada à lógica de validação social, essa dinâmica reforça uma grave dependência emocional. O bem-estar do indivíduo passa a depender estritamente de interações virtuais, ocasionando severos prejuízos psicossociais. Torna-se fundamental, portanto, promover estratégias de educação digital. Conclui-se que é urgente fortalecer o cuidado em saúde mental para incentivar o uso consciente e crítico das redes sociais.

Palavras-chave: Cultura do cancelamento; Saúde Mental; Algoritmos; Comportamento Social.

REFERÊNCIAS

MARQUES, Janote Pires. Utilização de redes sociais e sua influência na saúde mental de adolescentes. **Revista Educação & Ensino**, Fortaleza, v. 9, p. 1-19, 2025. Disponível em: <https://periodicos.uniateneu.edu.br/index.php/revista-educacao-e-ensino/index>. Acesso em: 28 mar. 2026.

MATOS, Kelvym Alves; GODINHO, Mônica Oliveira Dominici. A influência do uso excessivo das redes sociais na saúde mental de adolescentes: uma revisão integrativa. **Revista Foco**, Curitiba, v. 17, n. 4, e4716, p. 1-18, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.54751/revistafoco.v17n4-035>. Acesso em: 25 mar. 2026

MORAES, Mak Alisson; ARAÚJO, João Pedro Silva; RODRIGUES, Gabriely Aparecida Lemos. As relações sociais e a cultura do cancelamento na internet: prejuízos para a saúde mental. **Revista Master – Ensino, Pesquisa e Extensão**, v. 9, n. 17, 2024. Disponível em: <https://revistamaster.emnuvens.com.br/RM/article/view/487>. Acesso em: 27 mar. 2026.



SIQUEIRA, Dirceu Pereira; VIEIRA, Ana Elisa Silva Fernandes. Algoritmos preditivos, bolhas sociais e câmaras de eco virtuais na cultura do cancelamento e os riscos aos direitos de personalidade e à liberdade humana. **Revista Opinião Jurídica**, v. 20, n. 35, p. 162-188, set./dez. 2022. Disponível em: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=633875006008>. Acesso em: 27 mar. 2026.