

HIPERESTÍMULAÇÃO: A BUSCA POR RECOMPENSA ATRAVÉS DAS REDES SOCIAIS

WESLEY DAVI HASS¹

LUCIANA VIEITAS VALENTE ROVERE².

¹CENTRO DE ENSINO SUPERIOR DOS CAMPOS GERAIS –
WESLEY DAVI HASS¹;

²CENTRO DE ENSINO SUPERIOR DOS CAMPOS GERAIS –
LUCIANA VIEITAS VALENTE ROVERE²

RESUMO: A presente pesquisa tem como objetivo compreender o processo de hiperestimulação causado pelas redes sociais, analisando a interação entre o indivíduo e essas plataformas. Pretende-se identificar os resultados dessa relação sob uma perspectiva biopsicossocial, visando compreender os aspectos comportamentais e neuropsicológicos envolvidos nesse fenômeno. Nesse sentido, a pesquisa busca entender os elementos presentes nas redes sociais e os seus participantes, sejam eles consumidores ou criadores, e como essa relação, baseada em estímulos, afeta os indivíduos que fazem uso desses recursos.

PALAVRAS-CHAVE: Hiperestimulação; Redes sociais; Comportamento.

ABSTRACT: This research aims to understand the process of hyperstimulation caused by social networks, analyzing the interaction between the individual and these platforms. The aim is to identify the results of this relationship from a biopsychosocial perspective, aiming to understand the behavioral and neuropsychological aspects involved in this phenomenon. In this sense, the research seeks to understand the elements present in social networks and their participants, whether they are consumers or creators, and how this relationship, based on stimuli, affects the individuals who make use of these resources.

KEYWORDS: Hyperstimulation; Social media; Behavior.

INTRODUÇÃO

Inicialmente, a hiperestimulação digital pode ser compreendida como um excesso de estímulos desencadeados pelo uso desenfreado de recursos tecnológicos, incluindo redes sociais, serviços de streaming e jogos interativos online. Nesse contexto, a presente pesquisa se baseará na análise das redes sociais. É compreensível que o uso desses recursos seja uma parte integrante do cotidiano das pessoas na sociedade contemporânea. No entanto, é importante destacar que essa utilização excessiva pode levar a uma dependência, chegando até a uma

dependência patológica conhecida como nomofobia. Segundo Shimazaki, K. e Pinto, Matos (2011):

É iminente o crescimento das redes sociais na era digital; elas são meios de comunicação utilizados pelas pessoas para manterem relações umas com as outras, além de serem utilizadas para entretenimento próprio. As primeiras ferramentas criadas foram os “E-mail lists” e “Bulletin Board Systems (BBS)” que surgiram na década de 1970. Ao longo dos anos foram surgindo novas redes sociais, com diferentes interfaces e características (p. 171).

Atualmente, é possível compreender que as redes sociais vão além de recursos de comunicação, podendo ser também consideradas instrumentos essenciais para o trabalho de determinados indivíduos. Isso ocorre porque certos grupos de pessoas utilizam essas ferramentas como meio de gerar renda, sendo conhecidos como “influenciadores digitais”. Nesse contexto, as redes sociais envolvem tanto aqueles que produzem conteúdo quanto aqueles que o consomem, sendo comum que um indivíduo desempenhe ambos os papéis simultaneamente nessas plataformas digitais. Conforme apontado por Vermelho, C. et al (2014):

O que temos com as ferramentas de comunicação baseadas na rede internet é um sistema de selfcasting, onde cada um produz e consome conteúdo, a estrutura é de muitos para muitos. A unidade de análise comunicacional passa a ser o sujeito, tanto na dinâmica de criação quanto de consumo de conteúdo (p. 185).

Nesse contexto, os consumidores de conteúdo digital abrangem uma ampla faixa etária, desde crianças até adultos. As redes sociais são consideradas recursos de entretenimento nos quais as pessoas buscam satisfação. Entretanto, essa busca por satisfação, ou mesmo a busca pelo prazer, frequentemente ocorre por meio de um uso excessivo, condicionando o organismo humano a um estado contínuo de busca por essa gratificação. Portanto, essa procura desenfreada pela satisfação momentânea afeta diretamente o sistema de recompensa neuropsicológico do indivíduo que faz uso desses recursos.

MATERIAL E MÉTODOS

Nesta pesquisa, adotamos o levantamento bibliográfico como principal método de coleta de informações. Este levantamento abrangeu pesquisas e referências literárias publicadas no período compreendido entre 2003 e 2022, com foco nos temas de hiperestimulação, redes sociais, tecnologia e estímulos.

Para construir este artigo, conduzimos uma pesquisa minuciosa, explorando diversas fontes de informação, com o objetivo de garantir a abrangência e a representatividade do material utilizado. A escolha desse intervalo de datas permitiu a análise contemporânea da temática, enriquecendo assim a discussão. A seleção criteriosa de materiais considerou a relevância e a naturalidade do fenômeno abordado.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

As redes sociais proporcionam aos seus usuários uma interação com recursos digitais, permitindo-lhes consumir conteúdo. Plataformas digitais como o Facebook e o Instagram oferecem recursos que possibilitam aos usuários visualizar e criar vídeos e fotos. Esses comportamentos de visualização e criação de conteúdo têm o potencial de proporcionar satisfação dopaminérgica, um processo neuropsicológico em que o indivíduo experimenta o prazer devido à liberação de dopamina, também conhecida como "hormônio da felicidade". Nesse contexto, o uso das redes sociais pode desencadear a liberação de dopamina, resultando em uma sensação de prazer para o indivíduo. Segundo Hubner (2021):

O sistema dopaminérgico tem um papel fundamental na motivação e na capacidade do indivíduo de exercer esforço mental. Isso ocorre, pois, a dopamina interfere com os cálculos de custo-benefício, aumentando a percepção de valor da recompensa esperada e gerando motivação (p. 41).

Nesse contexto, o mecanismo dopaminérgico desencadeado pelo uso dos recursos digitais proporciona ao indivíduo uma sensação de recompensa. Essa recompensa pode ser compreendida como o resultado de um determinado comportamento, ou seja, quando alguém realiza ações como utilizar as redes sociais, certas áreas do cérebro são estimuladas, resultando na liberação de dopamina. Nesse cenário, a dopamina representa a recompensa. No entanto, esse ciclo de recompensa artificial causado pela exposição a estímulos excessivos torna os usuários das redes sociais dependentes dessa gratificação. Dessa forma, as pessoas passam a buscar constantemente essa satisfação, o que leva a uma constante adaptação do limiar de prazer em relação a esses estímulos. Isso faz com que o indivíduo se torne menos tolerante ao estímulo ao longo do tempo, resultando em um aumento do tempo investido na busca pela recompensa dopaminérgica. Conforme apontado por Da Silva, J., e Rozestraten:

Podemos dizer que o limiar é a expressão em unidades do contínuo físico do ponto de onde o organismo começa a perceber um estímulo físico baixo, ou não percebe mais um estímulo físico alto, ou a mínima diferença que ele percebe entre dois estímulos da mesma ordem. Sendo que a expressão é em unidade física, trata -se aqui de uma expressão de um valor subjetivo no contínuo físico (s.d., p. 17).

Conseqüentemente, através do uso constante das redes sociais para a obtenção de satisfação dopaminérgica, ocorre a alteração do limiar de prazer do usuário. Surge assim a necessidade de uma hiperestimulação. A hiperestimulação pode ser visualizada através de estímulos que vão além do habitual, seja pela constância fora do comum ou ainda através de diversos estímulos apresentados ao mesmo tempo. A partir disso, é possível compreender que o uso desenfreado das redes sociais ocasiona diversos impactos negativos ao indivíduo, desde

a dependência até questões que alteram o comportamento do indivíduo, como a diminuição da tolerância a frustrações.

[...] efeitos das tecnologias digitais no cotidiano da vida, caracterizado pela hiperestimulação desde a infância, a partir de exemplos diversificados e bastante heterogêneos. A falta de tempo livre para aprender junto com os outros é desvelada como fonte irrefletida da linguagem que usamos ao descrever o mundo em meio às tecnologias digitais, que vem gerando nas crianças impaciência, distração, isolamentos, aceleração, imediatismos e intolerância a frustrações (HABOWSKI e PUGENS, 2020 apud MILBRADT, 2022, p. 311).

CONCLUSÃO

Através da presente análise e dos levantamentos bibliográficos, foi possível compreender que a hiperestimulação é um fenômeno presente na utilização das redes sociais, e os mecanismos neuropsicológicos do indivíduo se alteram de acordo com a experiência vivenciada pelo mesmo, propiciando, assim, uma mudança no limiar de prazer do indivíduo. Nesse sentido, entende-se que a utilização das redes sociais proporciona um estado de prazer dopaminérgico e busca por recompensa, estimulando o indivíduo a investir tempo na utilização desses recursos digitais, criando uma relação crescente entre o tempo investido e a diminuição do retorno dopaminérgico. Os estímulos resultam em um menor potencial de resposta. Além disso, o presente fenômeno possui um vasto potencial de exploração sob a ótica biopsicossocial do indivíduo, considerando as interações biológicas, sociais e psicológicas presentes nesse fenômeno.

REFERÊNCIAS

- ACIOLI, Sonia. **Redes sociais e teoria social: revendo os fundamentos do conceito**. Informação & Informação, v. 12, n. 1esp, p. 8-19, 2007.
- DA SILVA, José Aparecido; ROZESTRATEN, Reinier Johannes Antonius. **Manual Prático de Psicofísica**. 2010
- ESTEVINHO, Maria Fernanda; SOARES-FORTUNATO, J. M. **Dopamina e receptores**. Revista Portuguesa de Psicossomática, v. 5, n. 1, p. 21-31, 2003.
- HUBNER, Luiza Johanna et al. **Papel da Dopamina e Motivação para o Esforço e Fadiga Mental**. 2022.
- MILBRADT, Carla. **CRIANÇAS, TECNOLOGIAS E EDUCAÇÃO: DESAFIOS CONTEMPORÂNEOS**. Cadernos da Pedagogia, v. 16, n. 35, 2022.
- SOUZA, Karlla; DA CUNHA, Mônica Ximenes Carneiro. **Impactos do uso das redes sociais virtuais na saúde mental dos adolescentes: uma revisão sistemática da literatura**. Revista Educação, Psicologia e Interfaces, v. 3, n. 3, p. 204-2017, 2019.
- VERMELHO, Sônia Cristina et al. **Refletindo sobre as redes sociais digitais**. Educação & sociedade, v. 35, p. 179-196, 2014.