



DO AUTOEXTERMÍNIO À ANGÚSTIA SOCIAL: A ANOMIA SOCIAL E O SOFRIMENTO PSÍQUICO NA ERA DIGITAL

FROM SELF-EXTERMINATION TO SOCIAL ANGUISH: SOCIAL ANOMIE AND
PSYCHOLOGICAL DISTRESS IN THE DIGITAL AGE

DEL AUTOEXTERMINIO A LA ANGUSTIA SOCIAL: LA ANOMIA SOCIAL Y EL
SUFRIMIENTO PSÍQUICO EN LA ERA DIGITAL

Wagner Celestino Cardoso¹

 <https://doi.org/10.57108/iesj.2026.6-2.14>

RESUMO

Este artigo retoma a interpretação de Émile Durkheim sobre o suicídio como fato social e investiga a utilidade da anomia para compreender formas de sofrimento psíquico ligadas à vida digital. A pesquisa é qualitativa e bibliográfica, construída a partir da obra *O suicídio* e de estudos brasileiros sobre saúde mental, adolescência, uso de internet, cyberbullying e vigilância epidemiológica. A leitura relacionou integração, regulação e pertencimento às experiências de exposição pública, comparação e busca de reconhecimento em plataformas digitais. O material consultado mostra que a presença constante em redes não garante vínculos protetivos. Em muitos casos, o usuário permanece cercado de interações, mas encontra pouca reciprocidade, referências instáveis e cobrança contínua por desempenho. Entre adolescentes, essa tensão se torna mais delicada porque a formação da identidade depende intensamente da aceitação do grupo, da escola e da família. O estudo também reconhece que a tecnologia oferece informação, apoio e aproximação entre pessoas, razão pela qual não pode ser tratada como causa isolada do adoecimento. A contribuição central está na leitura da anomia digital como combinação entre alta conexão, normas voláteis e fragilidade relacional. A teoria durkheimiana permanece pertinente quando articulada a dados atuais e a uma abordagem ética, capaz de relacionar sofrimento individual, organização social e redes de cuidado.

Palavras-chave: suicídio; anomia; sofrimento psíquico; Durkheim; sociedade digital.

¹ Graduado em História Geral, Bacharel em Psicopedagogia, Graduando em Fonoaudiologia, Pós-Graduado em Neuropsicopedagogia e Neuropsicologia, Especialista em AEE/ Inclusive e Mestrando em Psicologia pela Ivy Enber Christian University. E-mail: celestinowagner962@gmail.com

ABSTRACT

This article revisits Émile Durkheim's interpretation of suicide as a social fact and investigates the usefulness of anomie for understanding forms of psychological distress associated with digital life. The research is qualitative and bibliographic, based on the work *Suicide* and on Brazilian studies addressing mental health, adolescence, internet use, cyberbullying, and epidemiological surveillance. The analysis related integration, regulation, and belonging to experiences of public exposure, comparison, and the pursuit of recognition on digital platforms. The material consulted shows that constant presence on social networks does not guarantee protective bonds. In many cases, users remain surrounded by interactions but encounter little reciprocity, unstable frames of reference, and continuous pressure to perform. Among adolescents, this tension becomes more delicate because identity formation depends heavily on acceptance by peers, school, and family. The study also recognizes that technology provides information, support, and opportunities for people to connect, and therefore cannot be treated as an isolated cause of illness. The central contribution lies in understanding digital anomie as a combination of high connectivity, volatile norms, and relational fragility. Durkheimian theory remains relevant when articulated with current data and an ethical approach capable of relating individual suffering, social organization, and care networks.

Keywords: suicide; anomie; psychological distress; Durkheim; digital society.

RESUMEN

Este artículo retoma la interpretación de Émile Durkheim sobre el suicidio como hecho social e investiga la utilidad de la anomia para comprender formas de sufrimiento psíquico vinculadas a la vida digital. La investigación es cualitativa y bibliográfica, construida a partir de la obra *El suicidio* y de estudios brasileños sobre salud mental, adolescencia, uso de internet, ciberacoso y vigilancia epidemiológica. El análisis relacionó integración, regulación y pertenencia con las experiencias de exposición pública, comparación y búsqueda de reconocimiento en plataformas digitales. El material consultado muestra que la presencia constante en las redes sociales no garantiza vínculos protectores. En muchos casos, el usuario permanece rodeado de interacciones, pero encuentra poca reciprocidad, referentes inestables y una exigencia continua de rendimiento. Entre los adolescentes, esta tensión se vuelve más delicada porque la formación de la identidad depende intensamente de la aceptación del grupo, de la escuela y de la familia. El estudio también reconoce que la tecnología ofrece información, apoyo y oportunidades de acercamiento entre las personas, razón por la cual no puede ser tratada como una causa aislada del padecimiento. La contribución central reside en la comprensión de la anomia digital como una combinación de alta conectividad, normas volátiles y fragilidad relacional. La teoría durkheimiana sigue siendo pertinente cuando se articula con datos actuales y con un enfoque ético capaz de relacionar el sufrimiento individual, la organización social y las redes de cuidado.

Palabras clave: suicidio; anomia; sufrimiento psíquico; Durkheim; sociedad digital.

1 INTRODUÇÃO

A leitura sociológica do suicídio parte do reconhecimento de que uma dor vivida de maneira íntima também é atravessada por relações, normas e instituições. Durkheim não retirou do sujeito sua singularidade, mas mostrou que a repetição de determinados fenômenos em grupos e períodos distintos exige atenção às forças coletivas. Vínculos frágeis, expectativas sem medida e perda de referências compartilhadas podem aumentar a vulnerabilidade de quem já se encontra em sofrimento (Durkheim, 2024).

O problema investigado nasce da aproximação entre anomia social, ansiedade e sociabilidade digital. Interessa compreender como mudanças rápidas nas regras de reconhecimento, na exposição da intimidade e na exigência de disponibilidade podem alimentar angústias contemporâneas. Ansiedade e suicídio não são tratados como fenômenos equivalentes, nem a categoria sociológica ocupa o lugar de um diagnóstico clínico. A proposta consiste em observar como a vida coletiva interfere na produção, na expressão e no agravamento do sofrimento psíquico (Antunes, 2022).

Nas plataformas digitais, relações afetivas, rotinas de estudo, escolhas de consumo e experiências de trabalho passam por telas que registram e tornam públicas muitas formas de interação. Curtidas, comentários, visualizações e número de seguidores funcionam como sinais de reconhecimento, embora sejam instáveis e dependam de respostas externas. Quando a identidade fica excessivamente vinculada a essas medidas, a ausência de retorno ou a comparação com outras vidas pode provocar insegurança, frustração e sensação de inadequação (Andrade, 2023).

Documentos brasileiros de saúde pública tratam a morte autoprovocada como questão que demanda vigilância, prevenção e cuidado continuado. Família, escola, trabalho, comunidade e serviços de saúde participam tanto da proteção quanto da identificação de situações de risco. A responsabilidade pública inclui comunicação prudente, acolhimento e

acesso a acompanhamento profissional, sem transformar a dor em espetáculo ou atribuir o sofrimento a uma suposta fraqueza pessoal (Brasil, 2024).

O objetivo geral é compreender de que maneira a noção durkheimiana de anomia auxilia a leitura do sofrimento psíquico associado à vida digital, aprofundando a discussão teórica e articulando a obra de Durkheim com estudos recentes sobre saúde mental. Para alcançar esse propósito, o artigo apresenta os conceitos de fato social, integração e regulação, relaciona-os às dinâmicas das plataformas, discute evidências brasileiras e propõe uma interpretação própria sobre vínculo, reconhecimento e cuidado coletivo.

2 METODOLOGIA

Trata-se de uma pesquisa qualitativa de natureza bibliográfica. A construção do estudo envolveu leitura interpretativa, comparação entre conceitos e organização temática das fontes selecionadas. Não houve entrevistas, aplicação de questionários ou contato direto com participantes, motivo pelo qual o trabalho não demandou submissão a comitê de ética. Todo o texto foi elaborado por meio de paráfrases e articulação autoral, sem reprodução literal das obras consultadas (Minayo, 2024).

A composição do corpus reuniu uma edição recente de O suicídio, artigos publicados em periódicos científicos brasileiros, dados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar, boletins do Ministério da Saúde e documentos internacionais voltados à prevenção e à saúde mental. Foram priorizadas publicações de acesso aberto, datadas entre 2021 e 2024, com relação direta com adolescência, uso de internet, ansiedade, cyberbullying, vigilância epidemiológica e proteção social (Organização Pan-Americana da Saúde, 2023).

Durante a leitura, o material foi agrupado em seis núcleos: fato social, integração, regulação, anomia, pertencimento digital e ansiedade social. A comparação entre esses núcleos permitiu aproximar a teoria clássica de questões contemporâneas sem pressupor equivalência automática entre épocas distintas. O percurso analítico procurou identificar

convergências, limites e tensões, deixando a descrição das fontes a serviço de uma interpretação sociológica construída ao longo do artigo (Organização Mundial da Saúde, 2021).

3 REFERENCIAL TEÓRICO

A formulação durkheimiana surgiu em uma sociedade marcada por industrialização, crescimento urbano, secularização e mudanças nas formas de solidariedade. Essas transformações alteravam o lugar da família, da religião, do trabalho e das comunidades na organização da vida comum. Ao estudar o suicídio, Durkheim procurou demonstrar que a repetição de taxas em grupos e períodos determinados não poderia ser explicada somente por histórias individuais, pois revelava regularidades próprias da sociedade (Durkheim, 2024).

Em sua definição de fato social, Durkheim destaca maneiras de agir, pensar e sentir que antecedem cada pessoa e exercem pressão sobre sua conduta. A língua, os costumes, as obrigações morais e as instituições são aprendidos na convivência e delimitam aquilo que parece aceitável ou possível. A autonomia individual existe, mas se desenvolve dentro de regras, valores e relações já presentes, que oferecem oportunidades e impõem limites à ação (Durkheim, 2024).

Quando deslocou o estudo do suicídio para o terreno das regularidades coletivas, o sociólogo modificou a pergunta de pesquisa. Em vez de buscar apenas a motivação íntima de cada morte, comparou variações relacionadas à religião, à vida familiar, ao estado civil e às crises econômicas. Esse movimento mostrou que grupos sociais podem oferecer maior proteção ou maior vulnerabilidade conforme a intensidade dos vínculos e a estabilidade das orientações morais (Durkheim, 2024).

Pertencer a um grupo não significa apenas constar formalmente em uma família, escola, igreja ou comunidade. A integração depende de relações vividas com reciprocidade, reconhecimento e compromisso. Uma pessoa pode circular entre muitos indivíduos e ainda

sentir que ninguém percebe sua ausência ou acolhe sua dor. Na leitura de Durkheim, laços efetivos ligam o sujeito a projetos compartilhados e reduzem a experiência de isolamento social (Durkheim, 2024).

Regular a vida coletiva também não se resume a proibir comportamentos. Normas relativamente estáveis ajudam a ordenar desejos, estabelecer limites e criar previsibilidade para decisões cotidianas. Quando cada expectativa parece ilimitada, nenhuma conquista produz satisfação duradoura, pois sempre surge uma cobrança maior. Durkheim atribui à regulação a função de oferecer medida social às aspirações, permitindo que o indivíduo compreenda o que pode esperar de si e das instituições (Durkheim, 2024).

A anomia aparece quando essa capacidade orientadora perde força. O problema não precisa assumir a forma de ausência completa de regras. Mensagens incompatíveis, padrões que mudam rapidamente e exigências impossíveis de conciliar também desorganizam a experiência. O sujeito pode manter trabalho, estudos e contatos sociais, mas não encontra critérios firmes para avaliar suas escolhas, seus limites ou o reconhecimento que recebe, vivendo uma tensão constante entre desejo e possibilidade (Durkheim, 2024).

Nas redes digitais, tal desorientação pode ocorrer em meio a intensa circulação de mensagens. A mesma plataforma que aproxima amigos apresenta modelos de beleza, produtividade, consumo e felicidade que se renovam sem pausa. O usuário recebe convites para participar, mas também aprende que deve responder depressa, manter visibilidade e demonstrar êxito. A quantidade de contatos cresce sem que se forme, necessariamente, uma rede capaz de oferecer amparo duradouro (Andrade, 2023).

Durante a adolescência, o olhar do grupo exerce peso particular na construção da identidade. Pesquisas com jovens mostram que as redes são reconhecidas como lugares de conversa, informação e entretenimento, ao mesmo tempo em que favorecem exposição e comparação. Essa ambivalência impede explicações que tratem a tecnologia como inimiga

absoluta. O efeito do uso depende da qualidade das relações, do acompanhamento adulto e das condições emocionais de cada adolescente (Freitas, 2021).

Estudos com universitários e profissionais de psicologia encontraram associação entre uso excessivo de internet ou smartphone e problemas emocionais. A relação merece cautela, porque o dispositivo não age sozinho e os resultados não autorizam uma causa única. Ainda assim, horas de conexão podem ocupar o tempo destinado ao sono, ao descanso, ao estudo concentrado e à convivência presencial, modificando formas de atenção e percepção de si (Andrade, 2023).

O cyberbullying evidencia que a rede também cria sanções e hierarquias. Ofensas, ameaças, exclusões e compartilhamentos humilhantes ultrapassam os muros da escola e podem permanecer acessíveis por longos períodos. Não se trata apenas de uma agressão entre duas pessoas, pois a audiência participa ao comentar, repetir ou silenciar. Essa dinâmica revela normas informais de pertencimento que classificam reputações e expõem determinados estudantes à rejeição pública (Malta, 2024).

A rotina escolar possui uma função social que vai além da transmissão de conteúdos. Horários, encontros frequentes, tarefas comuns e presença de adultos organizam o tempo e criam oportunidades de reconhecimento. Pesquisas realizadas durante a interrupção das aulas presenciais registraram solidão, insegurança e desorganização entre estudantes de escolas públicas. A perda repentina dessas referências ajuda a perceber a escola como espaço de integração e proteção cotidiana (Vazquez, 2022).

A pandemia tornou visível a dependência humana de rotinas e vínculos compartilhados. Adolescentes enfrentaram medo, luto, afastamento dos colegas, alterações escolares e dificuldades econômicas dentro de casa. Tais experiências não podem ser reduzidas à capacidade individual de adaptação. A ruptura simultânea de várias referências produziu um estado coletivo de incerteza, cuja leitura se aproxima da anomia por envolver

mudanças abruptas e dificuldades para reorganizar a vida diária (Gadagnoto, 2022).

Dados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar permitem relacionar saúde mental, convivência familiar e experiência educacional em escala populacional. Solidão, preocupação e dificuldade de comunicação aparecem ligadas às condições em que adolescentes vivem e constroem seus vínculos. A estatística não descreve a história particular de cada estudante, mas mostra que o sofrimento não surge fora das relações de cuidado, das desigualdades e do funcionamento das instituições (Antunes, 2022).

O uso das tecnologias entre escolares precisa ser compreendido dentro da rede de proteção disponível. Acesso à internet pode apoiar aprendizagem, amizade e circulação de informações, mas conflitos virtuais e exposição prolongada exigem acompanhamento. Conversas familiares, orientação escolar e espaços seguros para pedir ajuda reduzem o isolamento diante de experiências difíceis. Sem essa mediação, problemas ocorridos nas plataformas podem permanecer escondidos até se tornarem mais graves (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, 2021).

Falar sobre suicídio requer precisão e cuidado com os efeitos da linguagem. Boletins oficiais defendem vigilância, prevenção, assistência e comunicação responsável, evitando descrições que possam expor pessoas vulneráveis. A morte autoprovocada não deve ser apresentada como escolha simples ou resposta inevitável a um problema. O enfoque coletivo aproxima a saúde pública da sociologia de Durkheim ao reconhecer que proteção, pertencimento e acesso a serviços interferem nas trajetórias de sofrimento (Brasil, 2024).

Registros epidemiológicos permitem acompanhar variações temporais e identificar grupos que necessitam de maior atenção. Números não substituem a escuta de quem sofre, mas ajudam a orientar políticas e recursos. O uso ético dessas informações exige evitar generalizações sobre pessoas e territórios. Tanto a saúde coletiva quanto a sociologia trabalham com regularidades, porém devem preservar a diferença entre tendências

populacionais e a experiência singular de cada vida (Silva, 2021).

Diferenças de gênero revelam que o sofrimento psíquico e a morte autoprovocada são atravessados por expectativas sociais distintas. Pressões sobre comportamento, cuidado, trabalho, masculinidade e feminilidade influenciam a maneira de reconhecer a dor e procurar ajuda. A anomia não pode ser apresentada como condição abstrata e igual para todos. Seus efeitos se combinam com desigualdades concretas e com a distribuição desigual de apoio e acesso aos serviços (Dantas, 2023).

Tentativas, óbitos, subnotificação e procura por atendimento compõem um quadro que exige acompanhamento contínuo. A finalidade dos estudos epidemiológicos não é reduzir pessoas a casos, mas identificar falhas nas redes de prevenção e acolhimento. Quando instituições registram adequadamente, compartilham informações e oferecem cuidado, ampliam a capacidade de intervir antes que o sofrimento se agrave. A proteção social depende dessa responsabilidade distribuída (Oliveira, 2024).

As orientações da Organização Mundial da Saúde tratam a prevenção como tarefa pública. Entre as medidas recomendadas estão comunicação segura, qualificação dos serviços, fortalecimento comunitário e redução de exposições que aumentem riscos. Essa abordagem desloca a atenção da culpa individual para uma rede de responsabilidades. A proximidade com Durkheim está na ideia de que laços, normas e instituições influenciam as condições em que a pessoa enfrenta crises e encontra ajuda (Organização Mundial da Saúde, 2021).

Para a Organização Pan-Americana da Saúde, políticas de saúde mental precisam envolver atenção primária, educação, assistência e participação comunitária. O cuidado clínico continua indispensável, mas não responde sozinho a problemas produzidos ou agravados por isolamento, violência e insegurança social. Ambientes que oferecem escuta, rotina e pertencimento podem diminuir o desamparo, enquanto serviços fragmentados deixam a pessoa circulando entre instituições sem encontrar uma resposta consistente (Organização

Pan-Americana da Saúde, 2023).

Transpor diretamente uma teoria do século XIX para a sociedade digital brasileira produziria distorções. As instituições, os meios de comunicação e os métodos de pesquisa mudaram profundamente. O diálogo se torna válido quando preserva o núcleo da pergunta durkheimiana: de que maneira a organização social regula expectativas e sustenta vínculos? Plataformas digitais renovam essa questão ao acelerar comparações, multiplicar regras informais e tornar o reconhecimento mais instável (Durkheim, 2024).

O medo de avaliação, a antecipação de rejeição e o desconforto em situações de convivência são experiências associadas à ansiedade social. Quando a exposição inclui fotografias, comentários públicos e medidas visíveis de aprovação, a dimensão coletiva do mal-estar se torna mais clara. A sociologia não substitui a psicologia nem o atendimento clínico. Sua contribuição é perguntar quais práticas sociais intensificam a vigilância sobre si e dificultam relações espontâneas (Antunes, 2022).

Ritmo acelerado e expectativa de resposta imediata reorganizam a experiência do tempo. Mensagens não lidas, tendências passageiras e cobranças de presença produzem a impressão de atraso permanente. O intervalo necessário para refletir, descansar ou elaborar uma emoção entra em conflito com a velocidade das plataformas. Quando as regras mudam antes de serem compreendidas, a pessoa pode sentir que nunca alcança o padrão esperado, aproximando-se da desorientação descrita por Durkheim (Andrade, 2023).

Quantidade de interações não equivale a profundidade relacional. Um usuário pode publicar diariamente, participar de grupos e receber muitas mensagens sem contar com alguém disponível em um momento de crise. Quando o pertencimento depende de visibilidade, o reconhecimento se torna frágil e precisa ser renovado a cada postagem. Essa dependência de respostas externas pode ampliar insegurança, sobretudo entre jovens que ainda constroem referências sobre si mesmos (Freitas, 2021).

Escola, família e serviços de saúde podem interromper esse ciclo por meio de presença estável e escuta qualificada. Rotinas claras e adultos acessíveis não eliminam conflitos, mas criam caminhos para nomear o sofrimento e pedir ajuda. A função protetiva aparece quando as instituições se comunicam e acompanham a vida cotidiana, em vez de agir apenas depois de uma crise. Integração e regulação ganham forma concreta nessas práticas de cuidado (Vazquez, 2022).

No ambiente digital, a anomia pode assumir a forma de excesso de comandos dispersos. Há recomendações contínuas sobre aparência, produtividade, consumo, humor e sucesso, mas faltam critérios compartilhados para reconhecer limites saudáveis. O indivíduo recebe mensagens incompatíveis e precisa escolher sozinho quais exigências obedecer. Essa combinação entre abundância de normas e ausência de orientação coerente favorece angústia, frustração e sentimento de fracasso (Organização Pan-Americana da Saúde, 2023).

A atualidade de Durkheim reside na possibilidade de relacionar sofrimento individual e organização coletiva sem responsabilizar a vítima por tudo o que vive. Anomia não é sinônimo de falta de lei, nem se limita a períodos de recessão. Ela descreve uma ruptura entre desejos, limites e referências de pertencimento. Nas plataformas, tal ruptura pode aparecer quando a promessa de autonomia convive com padrões externos que mudam rapidamente e exigem validação constante (Durkheim, 2024).

Solidariedade social ajuda a explicar por que certos vínculos protegem. Relações baseadas em cooperação e responsabilidade recíproca oferecem linguagem para interpretar dificuldades e tornam possível dividir encargos. Em grupos fragmentados, cada pessoa tende a tratar problemas coletivos como fracassos privados. O peso de exigências econômicas, afetivas e morais recai sobre indivíduos que possuem poucos espaços de apoio, ainda que permaneçam formalmente inseridos em várias instituições (Durkheim, 2024).

Curtidas, visualizações e seguidores transformam reconhecimento em números

disponíveis para comparação. Essas medidas não possuem o mesmo valor de uma relação de confiança, mas podem ser percebidas como prova pública de aceitação. A cobrança atua de modo silencioso, sem ordem expressa, porque o usuário aprende a acompanhar o desempenho de suas publicações e o de outras pessoas. A norma se instala pela repetição e pela visibilidade das diferenças (Andrade, 2023).

Humilhações virtuais mostram o caráter coercitivo desses espaços. Uma ofensa pode ser reproduzida por pessoas que nem sequer conhecem a vítima, ampliando a audiência e prolongando o dano. O grupo define quem merece atenção, quem será ridicularizado e quem ficará excluído. A resposta educativa precisa envolver regras de convivência, responsabilização e apoio, pois retirar o estudante da plataforma não resolve, sozinho, a estrutura relacional que sustentou a violência (Malta, 2024).

A participação familiar funciona melhor como mediação do que como vigilância rígida. Perguntar sobre amizades, conflitos, horários de descanso e experiências nas redes cria abertura para que o adolescente fale antes que a situação se agrave. Limites construídos por diálogo tendem a ser mais compreensíveis do que proibições isoladas. Quando a família acompanha sem humilhar ou invadir, ajuda o jovem a integrar a tecnologia a outras dimensões da vida (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, 2021).

O cuidado público precisa unir atendimento profissional e condições sociais de proteção. Unidades de saúde acolhem crises, mas escolas, projetos culturais, comunidades religiosas, famílias e políticas de assistência também podem reduzir o desamparo. A responsabilidade compartilhada não dilui a função de cada serviço. Ela reconhece que o sofrimento se manifesta em diferentes lugares e que uma resposta efetiva depende de comunicação, continuidade e encaminhamento adequado (Organização Pan-Americana da Saúde, 2023).

A aproximação entre uma obra clássica e pesquisas recentes requer prudência. O

material bibliográfico não permite afirmar que redes sociais causam diretamente ansiedade ou suicídio. Ele possibilita interpretar relações entre tempo de conexão, exposição, fragilidade de vínculos e instabilidade normativa. A pesquisa qualitativa trabalha com sentidos e articulações conceituais, razão pela qual suas proposições devem ser lidas como argumentos fundamentados, não como leis universais aplicáveis a qualquer usuário (Minayo, 2024).

Liberdade e desamparo podem crescer lado a lado na modernidade. As plataformas ampliam possibilidades de expressão e acesso a grupos, mas também aumentam vigilância, comparação e dependência de reconhecimento. A ambiguidade impede uma avaliação moral simples da tecnologia. Pela teoria durkheimiana, o interesse recai sobre a qualidade das regras e dos vínculos que acompanham essa liberdade, pois autonomia sem referências compartilhadas pode deixar o sujeito mais vulnerável (Durkheim, 2024).

A disputa por atenção organiza boa parte da experiência digital. Conteúdos concorrem por segundos de visibilidade, e usuários aprendem a adaptar linguagem, imagem e frequência de postagem para permanecer em circulação. A pressão não parte de uma autoridade única; ela surge da combinação entre funcionamento das plataformas, comportamento dos grupos e expectativa de reconhecimento. Por ser difusa, essa regulação pode parecer escolha pessoal mesmo quando orienta fortemente a conduta (Andrade, 2023).

Entre adolescentes brasileiros, solidão e dificuldade de comunicação precisam ser relacionadas às condições de convivência. A escola acompanha diariamente mudanças de comportamento que podem passar despercebidas em outros espaços, enquanto a família conhece rotinas, perdas e conflitos. Quando essas informações não circulam, cada instituição vê apenas uma parte do problema. Fortalecer canais de escuta e encaminhamento amplia a chance de proteção antes do agravamento do sofrimento (Antunes, 2022).

Renda, raça, território, gênero, escolaridade e acesso a serviços modificam a forma de viver e comunicar a dor. Pessoas submetidas a discriminação ou precariedade contam com

menos recursos para se afastar de ambientes hostis e buscar acompanhamento. Normas instáveis pesam de maneira desigual, porque alguns grupos dispõem de redes de apoio mais amplas. A leitura da anomia ganha consistência quando considera essas diferenças materiais e sociais (Dantas, 2023).

Boletins e estudos epidemiológicos tornam visíveis ocorrências que muitas famílias e instituições mantêm em silêncio. Registros de atendimentos, tentativas e óbitos ajudam a localizar falhas de acesso e grupos mais expostos. A informação deve orientar cuidado, não produzir rótulos. Para a análise sociológica, esses dados mostram que o sofrimento extremo se distribui em relações e territórios concretos, exigindo resposta pública contínua e sensível (Oliveira, 2024).

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A comparação entre o referencial durkheimiano e as pesquisas recentes mostrou que a anomia digital não corresponde a um vazio de regras. O que aparece é uma sucessão de exigências concorrentes e pouco estáveis. O usuário deve permanecer disponível, produtivo, informado e emocionalmente bem, embora os critérios de aceitação mudem entre grupos e plataformas. A coerção social continua presente, mas se torna dispersa e difícil de reconhecer, porque a cobrança costuma aparecer como escolha pessoal (Durkheim, 2024).

Para os limites deste artigo, essa leitura permite propor a expressão anomia de alta conexão. Ela descreve situações com grande volume de contatos e sinais de presença, porém com pouca estabilidade normativa e baixa reciprocidade. A pessoa permanece ligada tecnicamente à rede sem sentir integração social efetiva. A expressão não substitui Durkheim; serve para nomear a distância entre estar conectado e contar com vínculos que sustentem cuidado, limite e reconhecimento (Andrade, 2023).

Distinguir conexão de integração muda a avaliação das plataformas. Horas de tela e número de contatos oferecem informação parcial, pois hábitos semelhantes podem abrigar

experiências muito diferentes. Uma pessoa encontra apoio e aprendizagem; outra depende de aprovação pública e enfrenta hostilidade. O ponto decisivo está na qualidade dos vínculos, na liberdade para se afastar e na existência de espaços seguros fora da rede (Freitas, 2021).

Métricas visíveis exercem regulação moral. Curtidas e seguidores parecem dados neutros, mas estabelecem comparações e comunicam quem recebe atenção. O usuário ajusta comportamentos para evitar silêncio, rejeição ou perda de alcance. Pela chave durkheimiana, a coerção pode nascer do olhar coletivo e da repetição de expectativas, sem autoridade formal. A vida digital intensifica essa pressão ao transformar aprovação em números continuamente atualizados (Andrade, 2023).

Entre adolescentes, esse mecanismo encontra uma identidade em formação. A validação do grupo possui valor real, mas pode ocupar espaço desproporcional quando escola, família e comunidade oferecem poucas experiências de reconhecimento. A exposição pública amplia o medo de errar. Os estudos consultados sugerem que proteção depende menos do afastamento completo das redes e mais de relações adultas disponíveis, educação digital e pertencimento presencial (Antunes, 2022).

A escola pode transformar conexão em convivência, e sua contribuição não se limita a palestras sobre saúde mental. Professores, equipes pedagógicas e colegas observam ausências, isolamento e conflitos cotidianos. Rotinas previsíveis e canais de escuta ajudam o estudante a interpretar o que vive. Uma atuação apenas punitiva perde a chance de reconstruir vínculos e encaminhar situações que exigem cuidado especializado (Vazquez, 2022).

O cyberbullying confirma que as plataformas funcionam como espaços morais, com punições, alianças e disputas de reputação. A violência depende da circulação, da audiência e da permanência do conteúdo, não somente da mensagem inicial. Isso amplia a responsabilidade de quem assiste, compartilha ou silencia. Uma resposta coerente deve proteger a vítima, responsabilizar os envolvidos e discutir as regras coletivas que tornaram a

humilhação aceitável (Malta, 2024).

Os materiais epidemiológicos impõem cautela à interpretação sociológica. Dados populacionais revelam tendências, mas não demonstram que uma plataforma específica produziu cada caso de sofrimento. A leitura responsável evita converter correlação em causalidade. Mesmo com esse limite, os registros mostram que prevenção exige continuidade entre vigilância, atenção primária, escola e assistência, pois pessoas vulneráveis costumam circular por diferentes serviços antes de receber apoio (Brasil, 2024).

Desigualdades sociais modificam a exposição a pressões e a possibilidade de buscar ajuda. Renda, apoio familiar e acesso a cuidado oferecem alternativas ausentes para quem enfrenta precariedade, discriminação ou isolamento territorial. A anomia de alta conexão não atinge todos da mesma forma. Em grupos com menor proteção, instabilidade digital e fragilidade institucional podem se somar, ampliando abandono e dificultando o rompimento de relações violentas (Dantas, 2023).

Os achados não autorizam tratar a tecnologia como origem única do sofrimento. Redes também aproximam pessoas, divulgam serviços e acolhem quem não encontra apoio presencial. O problema surge quando a mediação é insuficiente, as regras são opacas e o reconhecimento exige exposição contínua. Essa ambivalência pede respostas que combinem educação para o uso, responsabilidade das plataformas e fortalecimento de vínculos fora delas, em vez de simples proibição (Organização Pan-Americana da Saúde, 2023).

Em termos práticos, a análise aponta três frentes inseparáveis: cuidado profissional acessível, instituições cotidianas atentas e comunicação pública responsável. O atendimento clínico precisa dialogar com escola e família quando houver consentimento e necessidade. Mensagens preventivas devem orientar a procura por ajuda sem dramatização. Durkheim lembra que nenhuma intervenção basta se a pessoa retorna a relações marcadas por humilhação, abandono e ausência de direção coletiva (Organização Mundial da Saúde, 2021).

A natureza bibliográfica limita afirmações sobre frequência ou causalidade. A proposta de anomia de alta conexão precisa ser confrontada com pesquisas de campo que escutam adolescentes, famílias, educadores e profissionais de saúde. Entrevistas e grupos de discussão podem revelar como usuários descrevem regras, cobranças e apoio nas plataformas. Mesmo sem dados próprios, o artigo oferece uma hipótese interpretativa e perguntas para investigações posteriores (Minayo, 2024).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A releitura de Durkheim mostrou que a anomia continua útil para compreender sofrimentos produzidos em relações sociais instáveis. Na vida digital, o problema não se resume à falta de normas, pois muitas pessoas convivem com exigências numerosas e contraditórias. A cobrança por presença, desempenho e aprovação muda rapidamente, enquanto os vínculos capazes de oferecer apoio nem sempre acompanham a mesma intensidade de conexão.

Integração e regulação ajudam a distinguir contato de pertencimento. Estar em grupos, receber mensagens e publicar conteúdos não garante reciprocidade ou cuidado. Família, escola, comunidade e serviços de saúde assumem função protetiva quando oferecem escuta, rotina e caminhos claros para pedir ajuda. Essa atuação precisa respeitar a singularidade de cada pessoa e reconhecer que sofrimento psíquico não se explica por uma causa isolada.

A discussão própria desenvolvida no artigo resultou na ideia de anomia de alta conexão, usada para descrever a convivência entre intenso fluxo comunicacional, normas voláteis e fragilidade relacional. A expressão não altera o conceito clássico, mas ajuda a formular uma questão atual: como alguém pode permanecer permanentemente conectado e, ainda assim, sentir-se sem referência ou amparo? A resposta passa pela qualidade dos vínculos e pela distribuição social do cuidado.

O enfrentamento do sofrimento psíquico na era digital exige responsabilidade

compartilhada e linguagem ética. Tecnologia pode apoiar aprendizagem, expressão e encontro, mas seus benefícios dependem de mediação, transparência e proteção contra violência. Retomar Durkheim significa reconhecer que a vida humana necessita de limites compreensíveis, reconhecimento não condicionado a métricas e relações nas quais a pessoa possa existir sem provar continuamente o próprio valor.

REFERÊNCIAS

- Andrade, André Luiz Monezi; Scatena, Adriana; Bedendo, André; Machado, Wagner de Lara; Oliveira, Wanderlei Abadio de; Lopes, Fernanda Machado; De Micheli, Denise. Uso excessivo de internet e smartphone e problemas emocionais em estudantes de psicologia e psicólogos. **Estudos de Psicologia** (Campinas), Campinas, v. 40, e210010, 2023. DOI: <https://doi.org/10.1590/1982-0275202340e210010>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/estpsi/a/mSdnW5n5cWvnDHLKqkksnRK/>. Acesso em: 21 jun. 2026.
- Antunes, Juliana Teixeira; Dumont-Pena, Érica; Silva, Alanna Gomes da; Moutinho, Cristiane dos Santos; Vieira, Maria Lucia França Pontes; Malta, Deborah Carvalho. A saúde mental dos adolescentes brasileiros: Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar de 2019. **REME: Revista Mineira de Enfermagem**, Belo Horizonte, v. 26, e1462, 2022. DOI: <https://doi.org/10.35699/2316-9389.2022.38984>. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/rem/article/view/38984>. Acesso em: 21 jun. 2026.
- Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde e Ambiente. Panorama dos suicídios e lesões autoprovocadas no Brasil de 2010 a 2021. **Boletim Epidemiológico**, Brasília, v. 55, n. 4, fev. 2024. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/boletins/epidemiologicos/edicoes/2024/boletim-epidemiologico-volume-55-no-04.pdf>. Acesso em: 21 jun. 2026.
- Dantas, Eder Samuel Oliveira; Meira, Karina Cardoso; Bredemeier, Juliana; Amorim, Karenina Pessoa Costa. Suicídio de mulheres no Brasil: necessária discussão sob a perspectiva de gênero. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 28, n. 5, p. 1469-1477, 2023. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-81232023285.16212022>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/35hM7kcd8Dh3DCm5JFqHqPy/>. Acesso em: 21 jun. 2026.
- Durkheim, Émile. **O suicídio: estudo de sociologia**. Tradução de Marco Antônio Casanova. São Paulo: Martin Claret, 2024. ISBN 9788544002780.
- Freitas, Rodrigo Jacob Moreira de; Oliveira, Thaisa Natália Carvalho; Melo, Juce Ally Lopes

de; Silva, Jennifer do Vale e; Melo, Kísia Cristina de Oliveira e; Fernandes, Samara Fontes. Percepções dos adolescentes sobre o uso das redes sociais e sua influência na saúde mental. **Enfermería Global**, Murcia, v. 20, n. 64, p. 338-365, 2021. DOI: <https://doi.org/10.6018/eglobal.462631>. Disponível em: https://scielo.isciii.es/pdf/eg/v20n64/pt_1695-6141-eg-20-64-324.pdf. Acesso em: 21 jun. 2026.

Gadagnoto, Thaianne Cristine; Mendes, Lise Maria Carvalho; Monteiro, Juliana Cristina dos Santos; Gomes-Sponholz, Fabiana Amaral; Barbosa, Nayara Gonçalves. Repercussões emocionais da pandemia da COVID-19 em adolescentes: desafios à saúde pública. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, São Paulo, v. 56, e20210424, 2022. DOI: <https://doi.org/10.1590/1980-220X-REEUSP-2021-0424>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reeusp/a/MHXNTrCLNTmSLpg5TdcRgqM/>. Acesso em: 21 jun. 2026.

Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Pesquisa nacional de saúde do escolar**: 2019. Rio de Janeiro: IBGE, 2021. Disponível em: <https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv101852.pdf>. Acesso em: 21 jun. 2026.

Minayo, Maria Cecília de Souza; Deslandes, Suely Ferreira; Gomes, Romeu. **Pesquisa social: teoria, método e criatividade**. Petrópolis: Vozes, 2024. ISBN 9788532642127.

Malta, Deborah Carvalho; Souza, Juliana Bottoni de; Vasconcelos, Nadia Machado de; Mello, Flávia Carvalho Malta de; Buback, Júlia Bicas; Gomes, Crizian Saar; Pereira, Cimar Azeredo. Cyberbullying entre escolares brasileiros: dados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar, 2019. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 29, n. 9, e19572023, 2024. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-81232024299.19572023>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/CyKG8gtX7p9Zq5FWGfJZjJq/>. Acesso em: 21 jun. 2026.

Oliveira, Fabiana Souza; Dutra, Hadassa Franca; Fófano, Gisele Aparecida. Panorama epidemiológico do suicídio no Brasil: tentativas e óbitos. **Revista Científica da Escola Estadual de Saúde Pública de Goiás Cândido Santiago**, Goiânia, v. 10, p. 1-7, 2024. DOI: <https://doi.org/10.65027/2447-3405.2024.884>. Disponível em: <https://www.revista.esap.go.gov.br/index.php/resap/article/view/884>. Acesso em: 21 jun. 2026.

Organização Mundial da Saúde. **Viver a vida: guia de implementação para a prevenção do suicídio nos países**. Genebra: Organização Mundial da Saúde, 2021. Disponível em: <https://iris.paho.org/items/85c7e064-ed3c-4d3a-aa16-e0c5940d8480>. Acesso em: 21 jun. 2026.

Organização Pan-Americana da Saúde. **Nova Agenda de Saúde Mental para as Américas**.

Washington, DC: OPAS, 2023. ISBN 9789275727225. Disponível em: <https://iris.paho.org/items/611f66cc-8908-4150-84b4-06c6d4ef147e>. Acesso em: 21 jun. 2026.

Silva, Daniel Augusto da; Marcolan, João Fernando. Tentativa de suicídio e suicídio no Brasil: análise epidemiológica. **Medicina** (Ribeirão Preto), Ribeirão Preto, v. 54, n. 4, e181793, 2021. DOI: <https://doi.org/10.11606/issn.2176-7262.rmrp.2021.181793>. Disponível em: <https://revistas.usp.br/rmrp/article/view/181793>. Acesso em: 21 jun. 2026.

Vazquez, Daniel Arias; Caetano, Sheila C.; Schlegel, Rogerio; Lourenço, Elaine; Nemi, Ana; Slemian, Andréa; Sanchez, Zila M. Vida sem escola e saúde mental dos estudantes de escolas públicas na pandemia de Covid-19. **Saúde em Debate**, Rio de Janeiro, v. 46, n. 133, p. 304-317, 2022. DOI: <https://doi.org/10.1590/0103-1104202213304>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sdeb/a/XTMw5xNXxS4zK9BK3pbBxxg/>. Acesso em: 21 jun. 2026.