

ACÍDIA E SÍNDROME DA FADIGA INFORMACIONAL: INTERLOCUÇÕES ENTRE FILOSOFIA E NEUROCIÊNCIA

FABRICIO BOSCOLO DEL VECCHIO¹
MANOEL LUIS CARDOSO VASCONCELLOS²

¹*Instituto de Filosofia, Sociologia e Política – fabricioboscolo@gmail.com*

²*Instituto de Filosofia, Sociologia e Política – vasconcellos.manoel@gmail.com*

1. INTRODUÇÃO

Acídia (também conhecida como acédia ou assídia) tem origem na palavra grega ἀκηδία (akidía, negligência, á- "falta de" -κηδία "cuidado") e que deu origem à palavra latina *acēdia*, pode ser definida de diversos modos. Ela se apresenta como “o tédio ou a náusea no mundo medieval: o torpor ou a inércia em que caíam os monges que se dedicavam à vida contemplativa. Ela constitui como um estado de apatia ou desalento que há muito tempo ocupa lugar nas discussões filosóficas, e revela seus perigos de maneira clara, muitas vezes a partir da abdicação do processo de autorrealização. Ainda, tal estado de torpor acomete a alma¹, impedindo a pessoa de buscar o bem ou de cumprir os seus deveres espirituais (MISIARCZYK, 2021).

Na contemporaneidade, na década de 1990, o psicólogo britânico David Lewis cunhou o termo “Síndrome da Fadiga Informacional”, que tem a ansiedade, insônia, queixas somáticas, concentração perturbada, crescente sensação de urgência e sentimento de pressão temporal como principais sinais e sintomas, evidenciados por pessoas com cérebros e sistemas nervosos sobrecarregados e cansados (THOMAS, 1998). As novas tecnologias têm transformado profundamente as relações interpessoais, e popularizado o acesso a mídias sociais, que são caracterizadas pela participação ativa dos usuários, construídas para interação e compartilhamento de diversas (KUSUMOTA et al., 2022). Investigações têm quantificado a prevalência do uso excessivo² de redes sociais e, embora os dados sejam raros, ela se aproxima de 35% entre adolescentes (VIEIRA et al., 2022). Entre universitários, 18% se declaram viciados em redes sociais (SALARI et al., 2023) e, em idosos, o tempo médio de uso passa de 2 horas por dia, com 10% deste grupo relatando problemas sociais a partir do uso dessas redes (MESHII; COTTEN; BENDER, 2020).

Desse modo, o objetivo do estudo é analisar, sob a óptica filosófica, a construção do conceito de acídia e como ele pode se apresentar no período contemporâneo, a partir da exploração do ambiente digital como local que fomenta sentimentos de vazio, apatia e procrastinação, típicos da acídia.

2. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Para a realização do presente estudo, empregou-se o Método Analítico, que permite abordagem de problemas filosóficos ao permitir reflexão crítica, com uma

¹ Aqui, alma pode ser considerada de dois modos. A partir de Agostinho de Hipona (Augustine, 2013), como a parte mais elevada e essencial do ser humano, responsável por conectar o indivíduo com Deus, e de Tomás de Aquino (1936), como a forma substancial do corpo humano, isto é, o princípio que organiza e dá vida ao corpo material.

² Considera-se como uso excessivo de redes sociais o acúmulo de 5 h ou mais por dia (VIEIRA et al., 2022)

abordagem que enfatiza a decomposição e análise das expressões linguísticas para esclarecer conceitos e resolver problemas filosóficos.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A acídia é um conceito que tem suas raízes na teologia e filosofia cristãs, especialmente nos escritos dos Padres do Deserto e de Tomás de Aquino (LAUAND, 2004). Inicialmente, Evágrio Pôntico apresentou a acídia como constituinte dos oito principais *Logismo*³, dos quais dois se instalaram na parte concupiscente (Gula, Luxúria e Avareza), dois na parte irascível (Tristeza e Ira), dois na parte racional (Vanglória e Orgulho) da alma. Curiosamente, MISIARCZYK (2021) indicará que este Padre do Deserto posiciona a acídia em separado destas partes – o que merece aprofundamento reflexivo.

Ao longo do tempo, o conceito foi aprofundado e interpretado como manifestação de um vazio interior, no qual a pessoa, perdida em um estado de desânimo, encontra-se incapaz de identificar sentido ou propósito em suas ações (AQUINO, 1936, S. Th., II, II, q. 35, a. 4). Desde a Suma Teológica de Tomás de Aquino, o termo acídia tem sido substituído por preguiça. No entanto, sob o ponto de vista teleológico, isto não parece fazer sentido, dadas as diferenças conceituais entre ambas. Nas palavras LAUAND (2004):

“(...) parece que o Catecismo não quer, por um lado, propor como pecado capital um pecado - a acídia - do qual nunca ninguém ouviu falar; e, por outro, talvez tenha vergonha de alçar sem mais a, relativamente inofensiva, preguiça ao elevado posto de pecado capital”.

A acídia, enquanto força destrutiva, convida à compulsão por atividades que alimentam um ciclo vicioso de busca por preenchimento e inevitável frustração (AQUINO, 1936, S Th, I-II, 2, 1 ad 3). Destaca-se que a excessividade no uso da internet só seria considerada prejudicial quando acompanhada de sintomas que interferem diretamente no comportamento do indivíduo (FELIZMINO; BARBOSA, 2018). Nas palavras de HAN (2018), “(...) os afligidos [pelo excesso de informação] reclamam do estupor crescente das capacidades analíticas, de déficit de atenção, de inquietude generalizada ou incapacidade de tomar responsabilidades” (p.104).

Acontece que o consumo passivo de conteúdo, a comparação constante com as outras pessoas e a busca incessante por validação através de curtidas e comentários podem exacerbar sentimentos de descontentamento, falta de propósito, solidão e transtornos comportamentais (MESHI; COTTEN; BENDER, 2020; KUSUMOTA et al., 2022). Em tempo, a Síndrome da Fadiga Informacional fomenta a incapacidade de tomar responsabilidade, ato que está ligado a condições mentais e temporais, e que pressupõe obrigatoriedade (HAN, 2018). Em vez de promover um engajamento significativo, as redes sociais digitais podem intensificar a sensação de estagnação e alienação (HAN, 2017), características típicas da acídia. Em estudo com amostra representativa de adultos jovens dos EUA, contatou-se que o uso excessivo de redes sociais está associado a um aumento superior a 65% nas chances de apresentar depressão (LIN et al., 2016). Nesse

³ Logismoi são pensamentos (ou mais precisamente, paixões) que expressam patologias da alma, que vieram a ser reconhecidos como “Pecados Capitais” em Tomás de Aquino.

contexto, identificam-se vários problemas que têm sido associados ao uso das redes sociais, incluindo medo de exclusão social, *bullying*, ansiedade e depressão (KUSUMOTA et al., 2022; VIEIRA et al., 2022; SALARI et al., 2023; MESHII; COTTEN; BENDER, 2020). Ainda, destaca-se que a frequência de uso de mídias sociais e smartphones está associada a pensamentos e comportamentos suicidas. Isso pode estar ocorrendo porque a sociedade atual (...) é uma sociedade do desempenho, que nos individualiza. O sujeito de desempenho explora a si mesmo até ruir. E ele desenvolve uma autoagressividade que não raramente desemboca no suicídio" (HAN, 2018, p.88)

O avanço das tecnologias digitais intensifica questões sobre como a socialização virtual e o uso excessivo de dispositivos tecnológicos para este tipo de interação afetam o engajamento humano com o mundo real. Esse uso compulsivo pode ser visto como uma forma contemporânea de acídia, uma apatia que desconecta o indivíduo de sua interioridade e do sentido da vida. A hiperconectividade pode gerar uma situação paradoxal: apesar da constante interação digital ocorre afastamento existencial e aumento do sentimento de solidão (MESHII; COTTEN; BENDER, 2020).

Na contemporaneidade, a acídia pode ser considerada como uma experiência existencial que transcende a esfera religiosa, relacionando-se à sensação de alienação e desesperança que caracteriza certos aspectos da condição humana (HAN, 2020). Em um contexto filosófico atual, a acídia se torna um conceito interpretativo relevante para a compreensão das crises de significado que perpassam a vida no contexto atual, permeado por relações digitais superficiais e impessoais, e com estados de torpor e apatia que impedem as pessoas de se movimentarem socialmente.

A acídia, além de uma experiência subjetiva, pode ser influenciada por fatores biológicos, como a disfunção de neurotransmissores (KIRSCHNER et al., 2020). Do ponto de vista neural, a regulação da motivação e da recompensa ocorrem a partir da atividade de um neurotransmissor denominado dopamina. Sua liberação é desencadeada por estímulos prazerosos e reforçadores, fortalecendo as conexões sinápticas e incentivando a repetição de comportamentos que levam a esses estímulos, sendo que níveis reduzidos desse neurotransmissor podem contribuir para o desenvolvimento da apatia (KIRSCHNER et al., 2020). Além disso, o vício na utilização de redes sociais tem modificado a estrutura cerebral de crianças e adolescentes, reduzindo o desenvolvimento de áreas relacionadas à responsividade e aumentando a chance no desenvolvimento da depressão (SMITH; LEONIS; ANANDAVALLI, 2021).

O medo de ficar sem o celular, nomofobia, tem sido cada vez mais prevalente, em especial por causa do uso excessivo de redes sociais e a dependência de smartphones. Este tipo de vício, que se configura como um transtorno psicológico, faz com que o cérebro libere dopamina em resposta a tweets, emoticons e outros atos, recompensando o comportamento e sustentando o hábito de usar o vício em mídias sociais, pois o atual sistema de notificações das redes sociais online desencadeia comportamentos aditivos por condicionamento do sistema dopaminérgico (KIRSCHNER et al., 2020). O medo (não a concretude) da ausência desses dispositivos tecnológicos promove modificações comportamentais como ansiedade, irritabilidade e dificuldade em se desconectar do mundo digital, as quais podem interferir em outras áreas da vida, como o desempenho acadêmico e as relações sociais.

4. CONCLUSÕES

Em suma, registra-se subexposição da acídia e uma sobreposição dessa com a preguiça, o que parece equivocado do ponto de vista teleológico. Enquanto associada a um “esfriamento da alma” no medievo, na contemporaneidade, a acídia pode ser reflexo da Síndrome da Fadiga Informacional e do uso excessivo de redes sociais digitais, que promovem – a partir de interações e notificações – acentuado estímulo do sistema dopaminérgico de recompensa.

Apesar de oferecerem uma conexão contínua com o mundo exterior e um fluxo constante de entretenimento e informações, essas plataformas muitas vezes contribuem para um sentimento de insatisfação e vazio, que promove apatia e torpor (SMITH; LEONIS; ANANDAVALLI, 2021). Afinal, maior quantidade de informação não resulta, necessariamente, em melhores decisões e, devido ao aumento constante da quantidade de dados, a capacidade de julgamento se enfraquece na contemporaneidade (HAN, 2018).

5. REFERÊNCIAS

- AQUINO, T. *Suma Teológica. Tratado sobre a alma*, questão 75, Transcrição da edição de 1936. 4278p. Acesso em: 13 de setembro de 2024. Disponibilizado em: <https://alexandriacatolica.blogspot.com/2017/04/summa-teologica-traducao-de-alexandre.html>.
- FELIZMINO T.O., BARBOSA, R.B. Idosos e dependência de internet: uma revisão bibliográfica. *Rev Psicol, Diversidade e Saúde*, v.17; n.1, p.120-127, 2018.
- HAN, B-C. *Agonia do Eros*. Rio de Janeiro: Vozes, 2017.
- HAN, B-C. *No enxame: perspectivas no digital*. Rio de Janeiro: Vozes, 2018.
- HAN, B-C. *Psicopolítica – o neoliberalismo e as novas técnicas de poder*. São Paulo: Editora Áyiné 2020.
- KIRSCHNER, M. et al. From apathy to addiction: Insights from neurology and psychiatry. *Prog. Neuro-Psychopharmacol. Biol. Psychiatry*, 101:109926, 2020.
- KUSUMOTA, L. et al. Impacto de mídias sociais digitais na percepção de solidão e no isolamento social em idosos. *Rev latino-americ enf*, v.23; n.30, e3573, 2022.
- LAUAND, J. *O Pecado Capital da Acídia na Análise de Tomás de Aquino*. Notas de conferência proferida no Sem. Inter. Os Pecados Capitais na Idade Média, 2004. Acesso set, 24. Disponível: www.hottopos.com/videtur28/ljacidia.htm#_ftnref12.
- LIN, L.Y. et al. Association between social media use and depression among US young adults. *Depression and anxiety*, v.33, n;4, p.323-331, 2016.
- MESHI, D., COTTEN, S.R.; BENDER, A.R. Problematic social media use and perceived social isolation in older adults: a cross-sectional study. *Geront*, v.66, n.2, p.160-168, 2020.
- MISIARCZYK, L. *Eight Logismoi in the Writings of Evagrius Ponticus*. Turnhout: Brepols Publishers, 2021, 320 p.
- SALARI, N. et al. The global prevalence of social media addiction among university students: a systematic review and meta-analysis. *J Public Health*, v.1, n.4, 2023.
- SMITH, D.; LEONIS, T.; ANANDAVALLI, S. Belonging and loneliness in cyberspace: impacts of social media on adolescents' well-being. *Aus J Psychol*, v.73, n.1, p.12-23, 2021.
- THOMAS, S.P. Editorial: Information Fatigue Syndrome - Is there an Epidemic? *Issues in Mental Health Nursing*, v.19, n.6, p. 523-524, 1998.
- VIEIRA, Y.P. et al. Uso excessivo de redes sociais por estudantes de ensino médio do sul do Brasil. *Rev Paul Ped*, v.27, n.40, artigo e2020420, 2022.