

XXV ENCONTRO NACIONAL DE PESQUISA EM CIÊNCIA DA INFORMAÇÃO - XXV ENANCIB

GT 11 – Informação & Saúde

ANSIEDADE INFORMACIONAL E O GERENCIAMENTO DA APRESENTAÇÃO DE SI DOS PÓS-GRADUANDOS DA UFBA

INFORMATION ANXIETY AND THE MANAGEMENT OF SELF-PRESENTATION AMONG GRADUATE STUDENTS AT UFBA

Fabiana Costa Lavigne – Universidade Federal da Bahia (PPGCI-UFBA)

Luciana Dias Silva – Universidade Federal da Bahia (PPGCI-UFBA)

Ana Cibele de Oliveira Barbosa – Universidade Federal da Bahia (PPGCI-UFBA)

José Carlos Santos Ribeiro – Universidade Federal da Bahia (PPGCI-UFBA)

José Carlos Sales dos Santos – Universidade Federal da Bahia (PPGCI-UFBA)

Modalidade: Trabalho Completo

Resumo: Os estudantes de pós-graduação enfrentam desafios na construção da autoimagem diante da crescente ansiedade informacional. Esta pesquisa procura analisar como a ansiedade informacional influencia a apresentação de si dos estudantes de pós-graduação da Universidade Federal da Bahia, analisando as interações entre o excesso de informação e a construção da autoimagem no ambiente acadêmico. Utilizando o método de estudo de caso com estudantes do grupo de pesquisa Laboratório de Práticas em Psicologia e Ciência da Informação (LAPCI), o estudo se baseia na aplicação de um questionário para compreender as atividades acadêmicas desenvolvidas, os elementos da ansiedade informacional e sua relação com o gerenciamento de impressões. Os resultados preliminares apontam que a sobrecarga informacional pode distorcer a percepção da realidade dos estudantes, impactando em sua forma de se apresentar nos espaços acadêmicos e científicos. Destaca-se a necessidade de ações institucionais que orientem o uso da tecnologia e apoiem os estudantes no enfrentamento da ansiedade informacional.

Palavras-chave: ansiedade informacional; apresentação de si; estudantes de pós-graduação.

Abstract: Graduate students face challenges in constructing their self-image in the face of increasing informational anxiety. This research aims to analyze how informational anxiety influences the self-presentation of graduate students at the Federal University of Bahia, examining the interactions between information overload and the construction of self-image in the academic environment. Using a case study method with students from the research group Laboratory of Practices in Psychology and Information Science (LAPCI), the study is based on the application of a questionnaire to understand the academic activities developed, the elements of informational anxiety, and their relation to impression management. Preliminary results indicate that informational overload can distort students' perception of reality, impacting how they present themselves in academic and scientific spaces. The need for institutional actions that guide the use of technology and support students in coping with informational anxiety is highlighted.

Keywords: information anxiety; self-presentation; graduate students.

1 INTRODUÇÃO

A pós-graduação *stricto sensu* exige dos estudantes um alto nível de comprometimento e dedicação, pesquisa e produção acadêmica. Dentro desse contexto, a ansiedade informacional pode surgir como um fator determinante na forma como esses estudantes gerenciam a apresentação de si no meio acadêmico. Segundo Savolainen (2007), a ansiedade informacional pode ser desencadeada pela sobrecarga de informações, dificuldades na busca de dados e pressão para manter-se atualizado. O ambiente acadêmico da pós-graduação exige que os estudantes administrem grandes volumes de informação, o que pode gerar ansiedade informacional e impactar na apresentação de si. Segundo Goffman (1959), a apresentação de si está ligada à forma como os indivíduos constroem sua identidade diante de um público, sendo influenciada por diversos fatores, incluindo o estresse e a sobrecarga informacional. Dessa forma, este estudo busca analisar como esse fenômeno influencia a percepção de si dos estudantes de pós-graduação da UFBA.

2 ANSIEDADE INFORMACIONAL E SOBRECARGA DE INFORMAÇÃO

A ansiedade informacional pode ser definida como o desconforto ou estresse decorrente do excesso de informação ou da dificuldade de filtrar e processar conteúdo relevante (Bawden; Robinson, 2009). Segundo Case e Given (2016), a era digital amplificou esse fenômeno, tornando a gestão da informação um desafio ainda maior para estudantes e pesquisadores. Essa sobrecarga pode gerar sentimentos de inadequação, afetando a autoconfiança e a capacidade de tomar decisões acadêmicas.

A sobrecarga informacional foi primeiramente discutida por Toffler (1970), que argumentou que o excesso de informações pode levar à paralisia decisória. No contexto acadêmico, essa paralisia pode dificultar a realização de pesquisas e comprometer a produtividade dos estudantes.

Para Bawden e Robinson (2020), a sobrecarga informacional ocorre quando o excesso de informações relevantes e úteis compromete a capacidade do indivíduo de utilizar a informação de forma eficaz e eficiente, desencadeando, em casos extremos, prejuízos tanto à saúde mental quanto física, assim como a perda de eficiência.

2.1 A Tecnologia Adoece?

A crescente digitalização das atividades acadêmicas tem transformado radicalmente a forma como os estudantes interagem com a informação. Se, por um lado, o avanço tecnológico possibilita maior acesso ao conhecimento, por outro, impõe desafios como a sobrecarga informacional e a necessidade de constante atualização. Isso implica que os estudantes podem se sentir constantemente pressionados a consumir mais conteúdo, sem que haja tempo suficiente para reflexão crítica e absorção efetiva do conhecimento. O fenômeno da infoxicação, discutido por Cornella (2004), refere-se ao impacto negativo do excesso de informações, causando fadiga mental e aumento da ansiedade informacional.

Contudo, é necessário problematizar a tendência de patologização da tecnologia, entendendo-a dentro de um contexto mais amplo da cibercultura. Como argumenta Pierre Levy (1999), a cibercultura não é apenas um fenômeno tecnológico, mas também um conjunto de práticas socioculturais que emergem a partir da digitalização da informação. A internet e as ferramentas digitais não são meras fontes de ansiedade; elas também oferecem possibilidades inovadoras de aprendizado, compartilhamento e colaboração. No entanto, a forma como essas tecnologias são utilizadas e inseridas nas dinâmicas acadêmicas e sociais é que pode gerar tensões e desafios para os estudantes.

Estudos de Bawden e Robinson (2009) apontam que a sobrecarga de informação digital pode resultar em fadiga cognitiva, comprometendo a saúde mental dos estudantes. A necessidade de gerenciar múltiplas plataformas, responder a demandas instantâneas e manter-se produtivo em meio ao fluxo contínuo de informações contribui para um estado de ansiedade persistente.

Entretanto, culpar exclusivamente a tecnologia pelo adoecimento dos estudantes é uma análise reducionista, que ignora fatores estruturais e institucionais. A ansiedade informacional, portanto, não deve ser vista apenas como um efeito colateral da tecnologia, mas também como um produto da cultura acadêmica contemporânea, que exige alta produtividade, competição constante e a necessidade de estar sempre atualizado.

Portanto, é necessário adotar uma postura crítica e contextualizada ao analisar os impactos da tecnologia na saúde mental dos estudantes. Em vez de demonizar as ferramentas digitais, é preciso compreender como seu uso pode ser ressignificado e integrado de maneira mais saudável no ambiente acadêmico. A cibercultura oferece espaço

para novas formas de subjetividade, aprendizagem e socialização, e cabe às instituições acadêmicas e aos próprios estudantes encontrarem maneiras de equilibrar os desafios e oportunidades desta nova era.

3 A APRESENTAÇÃO DE SI NO CONTEXTO ACADÊMICO

A apresentação de si, conforme definido por Goffman (1959), refere-se à forma como os indivíduos controlam a impressão que os outros têm sobre eles. No ambiente acadêmico, isso pode ocorrer por meio da exibição de publicações, participação em eventos, redes sociais acadêmicas e interações interpessoais. Segundo Leary e Kowalski (1990), a preocupação excessiva com a autoapresentação pode levar a um estado de ansiedade social, afetando negativamente o desempenho acadêmico e profissional.

Os estudantes de pós-graduação frequentemente enfrentam a necessidade de projetar uma imagem de competência e produtividade. Segundo Brown e Levinson (1987), essa necessidade está relacionada à teoria da polidez, que explica como as pessoas ajustam seu comportamento para manter uma imagem favorável perante os outros. No meio acadêmico, essa construção da autoimagem pode ser intensificada pela pressão para obter reconhecimento e publicações de alto impacto.

Além disso, o uso de redes sociais acadêmicas, como *ResearchGate* e *LinkedIn*, contribui para a formação da identidade digital dos pesquisadores. Segundo Van Dijck (2013), essas plataformas podem aumentar a pressão para demonstrar produtividade constante, intensificando a ansiedade informacional e influenciando a apresentação de si.

3.1 Ansiedade Informacional e Percepção da Realidade

A ansiedade informacional não apenas afeta a capacidade de processar informações, mas também influencia a maneira como os estudantes percebem sua posição no ambiente acadêmico. Segundo Savolainen (2007), indivíduos submetidos a um grande volume de informações podem desenvolver a sensação de que estão constantemente defasados em relação às expectativas institucionais, mesmo quando apresentam desempenho acadêmico satisfatório. Ainda segundo o autor, a sobrecarga de informação pode gerar a ilusão de que sempre há algo mais a ser lido, aprendido ou produzido, levando a um ciclo de exaustão e insatisfação.

Além disso, a pesquisa de Ellison, Heino e Gibbs (2006) destaca que, em ambientes digitais, os indivíduos desenvolvem estratégias para equilibrar a pressão da autoapresentação com a necessidade de autenticidade. No entanto, essa tensão constante pode intensificar a percepção de inadequação e reforçar padrões irrealistas de desempenho acadêmico.

3.2 Apresentação de Si e Gerenciamento de Impressões

A apresentação de si, conforme definida por Goffman (1959), é um processo contínuo pelo qual os indivíduos moldam a percepção que os outros têm deles. No contexto acadêmico, essa apresentação é influenciada por normas institucionais e expectativas sociais, o que pode levar os estudantes a adotarem estratégias para manter uma imagem de competência, mesmo quando enfrentam dificuldades internas.

O gerenciamento de impressões refere-se às táticas utilizadas pelos indivíduos para controlar a forma como são percebidos pelos outros (Leary; Kowalski, 1990). O gerenciamento de impressões ocorre quando os indivíduos ajustam sua apresentação de si para atender às expectativas do ambiente social. No meio acadêmico, Leary e Kowalski (1990) apontam que esse fenômeno pode levar à “ansiedade de performance”, onde os estudantes sentem que precisam constantemente demonstrar produtividade e conhecimento.

A necessidade de projetar uma imagem de competência pode criar um descompasso entre a identidade real do estudante e a identidade que ele deseja transmitir, aumentando a sensação de alienação. Em casos extremos, essa discrepância pode levar ao esgotamento emocional e à desconexão com a realidade acadêmica, dificultando o engajamento genuíno com a pesquisa e a aprendizagem.

Pesquisas como as de Sassi e Gharbi (2015) demonstram que a separação entre a identidade real e a identidade projetada se torna ainda mais complexa nos espaços digitais, onde os indivíduos moldam sua autoimagem com base na expectativa do público, criando um ambiente de autoavaliação constante.

3.3 Autenticidade e Pressão Acadêmica

A pressão para demonstrar produtividade e excelência no meio acadêmico pode comprometer a autenticidade dos estudantes. Brown e Levinson (1987) argumentam que a

necessidade de se adequar às normas institucionais leva os indivíduos a mascararem suas inseguranças para manter uma imagem favorável perante os outros. Dentro do ambiente acadêmico, essa conformidade pode gerar um ambiente de competição e comparação, onde a ansiedade informacional se intensifica devido ao receio de ser visto como incompetente ou mesmo insuficiente.

No contexto da pós-graduação, a pressão por publicações, participação em congressos e obtenção de financiamento para pesquisas pode criar um ambiente competitivo, onde a vulnerabilidade é vista como fraqueza. Isso pode resultar em um ciclo de estresse e ansiedade, onde os estudantes sentem que precisam corresponder a padrões inalcançáveis para serem reconhecidos no meio acadêmico.

Além disso, estudos sobre gerenciamento de identidade digital (Ellison; Heino; Gibbs, 2006) indicam que a necessidade de manter uma identidade profissional coerente nas redes acadêmicas pode levar os estudantes a negligenciar suas dificuldades, criando uma desconexão entre sua apresentação pública e sua realidade emocional.

4 ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO DA ANSIEDADE INFORMACIONAL

Diante dos desafios impostos pela ansiedade informacional, é essencial que os estudantes desenvolvam estratégias para gerenciar a sobrecarga de informações e preservar sua saúde mental. Savolainen (2007) sugere que práticas como a filtragem seletiva de informações e o desenvolvimento de competências informacionais podem ajudar a reduzir os impactos negativos desse fenômeno.

Ademais, a gestão da apresentação de si no meio acadêmico pode se beneficiar de estratégias como a autoconsciência digital (Goffman, 1959), o uso de redes sociais acadêmicas de forma planejada e a construção de um portfólio acadêmico coerente com os objetivos profissionais.

Por fim, estratégias de resiliência acadêmica, como aquelas propostas por Collie *et al.* (2017), podem ajudar os estudantes a lidar melhor com as pressões acadêmicas, promovendo um equilíbrio entre produtividade e bem-estar. Práticas como mindfulness, técnicas de relaxamento e fortalecimento do suporte social são essenciais para enfrentar os desafios da pós-graduação sem comprometer a saúde mental.

5 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Este estudo adota uma abordagem qualitativa, que permitirá compreender as nuances do impacto da ansiedade informacional na construção da autoimagem dos estudantes, e utilizou o estudo de caso como método de procedimento, tendo como amostra os pós-graduandos vinculados ao Laboratório de Pesquisa em Ciência da Informação (LAPCI) da Universidade Federal da Bahia (UFBA), totalizando 35 membros.

O instrumento de coleta de dados consistiu em um questionário estruturado, elaborado com base em revisão de literatura consultada sobre ansiedade informacional. O questionário foi composto por sete questões abertas e fechadas, abordando atividades acadêmicas, ansiedade informacional e apresentação de si.

A coleta de dados ocorreu entre os dias 12 e 20 de fevereiro de 2025, via formulário eletrônico enviado aos estudantes de programas de pós-graduação *stricto sensu* de diversas áreas do conhecimento membros do LAPCI, respeitando os princípios de anonimato, consentimento livre e esclarecido, e confidencialidade.

A pesquisa foi conduzida em duas etapas principais:

1. **Mapeamento das atividades acadêmicas:** levantamento das principais atividades desenvolvidas pelos pós-graduandos, como participação em eventos científicos, submissão de artigos, defesas de projetos e uso de redes acadêmicas. Segundo Vezzani *et al.* (2018), a gestão eficiente dessas atividades pode minimizar os efeitos da ansiedade informacional.

2. **Análise da ansiedade informacional e sua relação com a apresentação de si:** identificação de padrões comportamentais e emocionais associados à gestão da informação e à autoimagem acadêmica. Pesquisas de Kuhlthau (1991) sugerem que a ansiedade informacional é um fator recorrente na busca e uso da informação, sendo essencial compreender como esse fenômeno afeta os estudantes de pós-graduação.

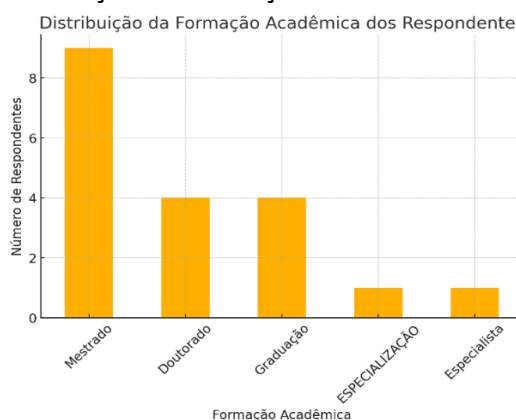
Esta investigação se enquadra nos critérios da Resolução nº 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde (CNS), que dispensa avaliação ética para estudos em Ciências Humanas e Sociais sem intervenção direta, risco significativo ou coleta de dados sensíveis. A coleta ocorreu por meio de questionário autoexplicativo, sem identificação pessoal, respeitando o anonimato e a confidencialidade. Todos os participantes consentiram de forma livre antes de responder ao instrumento.

6 ANÁLISE DOS RESULTADOS

A análise dos dados apresentada coletados sobre ansiedade informacional e gestão da apresentação de si entre os pós-graduandos do LAPCI busca compreender as implicações do excesso de informações no contexto acadêmico e como isso afeta tanto a produtividade quanto a autoimagem dos estudantes.

A partir da amostra proposta foram obtidas 19 (dezenove) respostas, sendo possível identificar padrões que revelam um cenário de alta exigência intelectual, onde a busca por conhecimento e reconhecimento se torna, simultaneamente, um fator de crescimento e uma fonte de estresse. A seguir, cada gráfico será analisado individualmente, proporcionando uma visão detalhada dos desafios enfrentados pelos estudantes e das estratégias adotadas para lidar com essa realidade.

Gráfico 1 - Distribuição da formação acadêmica dos respondentes



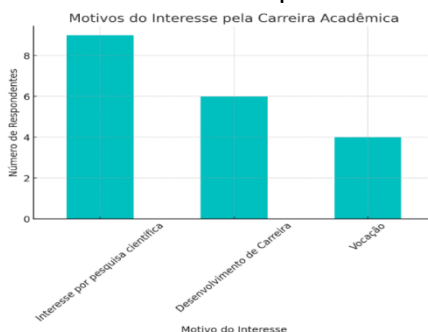
Fonte: Dados da pesquisa (2025).

A distribuição da formação acadêmica dos respondentes revela que a maioria possui titulação em nível de doutorado e mestrado, enquanto uma parcela menor está em especialização ou graduação. Isso sugere que os participantes da pesquisa possuem uma trajetória acadêmica consolidada, o que pode impactar diretamente a percepção da ansiedade informacional e da necessidade de gerenciamento da apresentação de si. De acordo com Goffman (1959), a construção da identidade social está diretamente relacionada ao contexto no qual os indivíduos atuam, e no meio acadêmico, essa identidade tende a ser fortemente influenciada por credenciais e produtividade intelectual.

Dessa forma, a ansiedade informacional pode estar vinculada não apenas à necessidade de processar grandes volumes de informação, mas também à pressão por demonstrar competência e reconhecimento dentro do espaço acadêmico. O alto número de

respondentes com titulação avançada sugere que essa preocupação pode ser ainda mais acentuada, considerando que, nesse estágio, há maiores expectativas de produção e visibilidade científica.

Gráfico 2 - Motivos de interesse pela carreira acadêmica



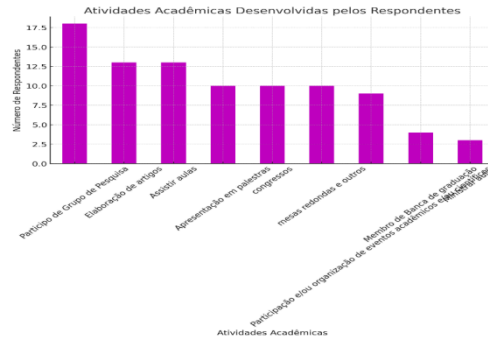
Fonte: Dados da pesquisa (2025).

Os motivos que levaram os respondentes a seguir a carreira acadêmica refletem uma diversidade de interesses, sendo os mais citados o interesse por pesquisa científica e o desenvolvimento de carreira. Essa distribuição demonstra que a motivação acadêmica não está exclusivamente ligada a fatores vocacionais, mas também a elementos estratégicos de crescimento profissional.

Segundo Bourdieu (1983), o campo acadêmico funciona como um espaço de disputa simbólica, onde o capital cultural e social desempenha um papel central na legitimação dos indivíduos, implicando que a busca pela carreira acadêmica pode estar associada ao desejo de contribuir com o avanço do conhecimento e à necessidade de validação e ascensão profissional. Nesse sentido, a ansiedade informacional pode emergir da pressão para se manter atualizado e competitivo dentro desse espaço.

Além disso, a correlação entre interesse por pesquisa e a necessidade de reconhecimento acadêmico pode reforçar a gestão da apresentação de si como um elemento fundamental para a trajetória dos pós-graduandos. O desejo de obter status e credibilidade acadêmica pode estar intrinsecamente ligado à forma como esses indivíduos se apresentam em redes acadêmicas, conferências e publicações.

Gráfico 3 - Atividades acadêmicas desenvolvidas pelos respondentes



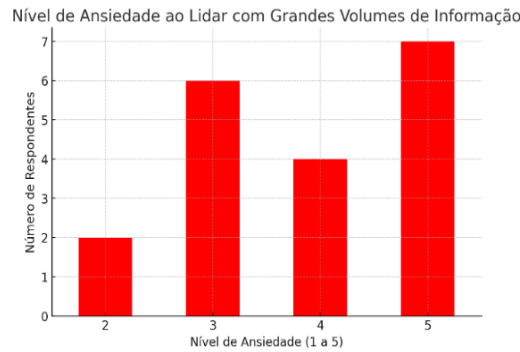
Fonte: Dados da pesquisa (2025).

A análise das atividades acadêmicas desenvolvidas pelos respondentes revela que a maioria participa ativamente de grupos de pesquisa, além de se envolver na elaboração de artigos científicos, participação em eventos acadêmicos e apresentação de palestras. Essas atividades refletem a dinâmica intensa da pós-graduação, na qual há uma expectativa constante de produção e visibilidade.

De acordo com a teoria da performance social de Goffman (1959), o meio acadêmico é um espaço no qual os indivíduos desempenham papéis estratégicos para construir e manter sua credibilidade. Isso significa que atividades como a publicação de artigos e a participação em eventos não são apenas práticas científicas, mas também mecanismos de autopromoção e validação profissional. Nesse contexto, a ansiedade informacional pode emergir da necessidade de acompanhar continuamente a produção científica e de se posicionar de maneira competitiva no campo acadêmico.

Além disso, a sobrecarga de múltiplas atividades pode impactar a gestão da apresentação de si, pois os acadêmicos precisam equilibrar a produtividade científica com a construção de uma imagem profissional coerente e respeitada. A dificuldade em administrar essas demandas pode resultar em sentimentos de inadequação, procrastinação e exaustão, conforme relatado por diversos respondentes na pesquisa.

Gráfico 4 - Nível de ansiedade ao lidar com grandes volumes de informação



Fonte: Dados da pesquisa (2025).

A distribuição dos níveis de ansiedade informacional entre os respondentes indica que a maioria avalia sua ansiedade em níveis moderados a altos, com predominância das respostas nas faixas 3, 4 e 5. Nenhum participante classificou sua ansiedade no nível mais baixo (1), o que reforça a percepção de que a sobrecarga de informação é um fator significativo na experiência acadêmica.

Essa tendência pode ser compreendida à luz do conceito de infoxicação, proposto por Cornella (2004), que descreve os impactos negativos do excesso de informações sobre a capacidade cognitiva e emocional dos indivíduos. No ambiente acadêmico, essa condição se agrava pela necessidade de acompanhar um volume crescente de publicações, responder a prazos rígidos e manter uma produção científica constante.

Além disso, a ansiedade informacional pode estar diretamente associada à gestão da apresentação de si, uma vez que a imagem acadêmica está vinculada à produtividade e ao domínio do conhecimento especializado. Segundo Goffman (1959), os indivíduos constroem suas identidades sociais por meio da interação com o meio e da expectativa de reconhecimento. No contexto da pós-graduação, essa necessidade de validação pode amplificar a sensação de sobrecarga, levando a comportamentos como procrastinação, exaustão e autopercepção negativa.

Gráfico 5 - Impacto da sobrecarga informacional na produtividade acadêmica



Fonte: Dados da pesquisa (2025).

Os dados revelam que a maioria dos respondentes reconhece que a sobrecarga informacional impacta negativamente sua produtividade e desempenho acadêmico. Essa constatação reforça o conceito de fadiga cognitiva abordado por Bawden e Robinson (2009), que destacam que a incapacidade de filtrar informações relevantes pode levar à exaustão mental e a dificuldades na tomada de decisões.

Além disso, a percepção desse impacto se alinha com as respostas anteriores que indicam altos níveis de ansiedade informacional. O excesso de informações pode gerar um efeito paralisante, dificultando a organização das demandas acadêmicas e resultando em procrastinação, insegurança e baixa autoconfiança. Isso também pode estar diretamente relacionado ao conceito de economia da atenção, discutido por Davenport e Beck (2001), que enfatizam que o excesso de informações disputa constantemente a capacidade cognitiva dos indivíduos, tornando a gestão da atenção um recurso escasso.

No contexto da gestão da apresentação de si, esse impacto pode ser ainda mais problemático. A necessidade de demonstrar competência e manter uma imagem acadêmica produtiva pode intensificar a sobrecarga informacional, levando à percepção de inadequação e ao medo de não atender às expectativas do meio acadêmico. Como apontado por Goffman (1959), os indivíduos ajustam sua performance de acordo com o contexto social, e no ambiente acadêmico, essa performance pode ser afetada pela dificuldade de gerenciar a informação de maneira eficiente.

A análise das estratégias adotadas pelos participantes para lidar com a ansiedade informacional e manter a autoconfiança acadêmica revela um conjunto de práticas voltadas à gestão do tempo, organização do estudo e técnicas de bem-estar emocional. Dentre as mais citadas, destacam-se o planejamento das atividades, a priorização de tarefas conforme

prazos, o uso de técnicas de respiração e *mindfulness*, além da busca por apoio social e religioso.

Além disso, práticas como respiração consciente e *mindfulness* refletem abordagens discutidas por Collie *et al.* (2017) sobre resiliência acadêmica, que enfatizam a importância do bem-estar psicológico para manter a produtividade e a autoconfiança no meio acadêmico. O uso de estratégias emocionais para enfrentar a ansiedade é essencial para mitigar os efeitos negativos da infoxicação, promovendo um equilíbrio entre desempenho e saúde mental.

A relação entre essas estratégias e a gestão da apresentação de si também merece destaque. Como apontado por Goffman (1959), a construção da identidade acadêmica envolve não apenas a produção intelectual, mas também a forma como os indivíduos lidam com as pressões sociais e institucionais. Estratégias como a priorização de tarefas e a organização eficiente do tempo permitem aos acadêmicos manterem uma imagem de competência sem comprometer seu bem-estar.

Portanto, a diversificação das estratégias adotadas indica que os participantes buscam equilibrar produtividade e saúde mental, embora o desafio da ansiedade informacional permaneça evidente. A implementação de abordagens mais estruturadas de curadoria da informação e gestão acadêmica, combinadas com práticas de bem-estar, pode ser fundamental para minimizar os impactos da sobrecarga informacional e fortalecer a autoconfiança acadêmica.

7 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A análise dos dados coletados sobre ansiedade informacional e gestão da apresentação de si entre os pós-graduandos do LAPCI revela um cenário complexo no qual a sobrecarga de informações, a pressão por produtividade e a necessidade de validação acadêmica estão fortemente interligadas. A pesquisa mostra que a maioria dos respondentes possui uma formação avançada, o que indica que estão inseridos em um meio acadêmico de alta exigência, onde a atualização constante e a produção científica são fatores determinantes para a construção da identidade profissional.

Os resultados indicam que a infoxicação (Cornella, 2004) é uma realidade vivenciada pelos estudantes, uma vez que a maior parte dos participantes relatou altos níveis de

ansiedade ao lidar com grandes volumes de informações. Esse quadro compromete a produtividade acadêmica, levando a dificuldades de concentração, procrastinação e aumento da insegurança sobre a própria capacidade de desempenho. A economia da atenção (Davenport; Beck, 2001) também emerge como um fator crítico, pois os estudantes enfrentam o desafio de selecionar e processar informações relevantes em um ambiente de constante estímulo e concorrência acadêmica.

Além disso, a pesquisa evidencia que a gestão da apresentação de si desempenha um papel central na experiência acadêmica. A necessidade de demonstrar competência diante de colegas e professores reforça a sensação de sobrecarga informacional, pois o reconhecimento na esfera acadêmica está amplamente vinculado à produção científica e à exposição da trajetória intelectual. Como discutido por Goffman (1959), a identidade social é performada conforme as expectativas do ambiente, e no meio acadêmico, essa performance se manifesta na forma de artigos publicados, participação em eventos e presença em redes acadêmicas.

Por outro lado, os resultados também indicam que os estudantes adotam diferentes estratégias para mitigar os impactos da ansiedade informacional. Métodos estruturados de organização do tempo, como o planejamento de atividades e o uso de técnicas como o método Pomodoro, são amplamente utilizados para reduzir a sensação de sobrecarga. Além disso, estratégias de regulação emocional, como *mindfulness* e respiração consciente, aparecem como recursos importantes para lidar com o estresse e manter a autoconfiança acadêmica. A resiliência acadêmica (Collie *et al.*, 2017) se apresenta como um elemento fundamental para enfrentar as pressões do meio acadêmico, permitindo aos estudantes equilibrarem produtividade e bem-estar mental.

Dessa forma, a pesquisa reforça que a ansiedade informacional não deve ser vista apenas como um problema tecnológico, mas sim como um fenômeno sociocultural, que está profundamente inserido nas dinâmicas da cibercultura (Lévy, 1999) e no funcionamento das instituições acadêmicas. Culpar exclusivamente o avanço tecnológico pelo adoecimento dos estudantes seria uma abordagem reducionista. O desafio central reside na necessidade de desenvolver modelos de aprendizagem e gestão da informação mais equilibrados, que permitam o acesso ao conhecimento sem gerar esgotamento cognitivo.

Portanto, a pesquisa aponta para a importância de intervenções institucionais que promovam o uso consciente da tecnologia e ofereçam suporte aos estudantes na gestão da

ansiedade informacional. Programas de formação em competências informacionais, bem como o fortalecimento de redes de apoio acadêmico, podem ser alternativas para minimizar os impactos negativos desse fenômeno. Além disso, estratégias voltadas para a gestão da apresentação de si, que incentivem um posicionamento acadêmico mais autêntico e menos pautado pela busca incessante por validação, podem contribuir para um ambiente acadêmico mais saudável e sustentável.

REFERÊNCIAS

BAWDEN, David; ROBINSON, Lyn. **Information overload**: an introduction. Oxford Research Encyclopedia of Politics: Oxford University Press, 2020. Disponível em: <https://oxfordre.com/politics/view/10.1093/acrefore/9780190228637.001.0001/acrefore-9780190228637-e-1360>. Acesso em: 18 ago. 2025.

BAWDEN, David; ROBINSON, Lyn. The dark side of information: overload, anxiety and other paradoxes and pathologies. **Journal of Information Science**, [s. l.], v. 35, n. 2, p. 180-191, 2009. DOI: <https://doi.org/10.1177/0165551508095781>. Acesso em: 17 fev. 2025.

BROWN, Penelope; LEVINSON, Stephen C. **Politeness**: Some universals in language usage. Cambridge: Cambridge University Press, 1987. Acesso em: 17 fev. 2025.

CASE, Donald Owen; GIVEN, Lisa M. **Looking for information**: A survey of research on information seeking, needs, and behavior. Bingley: Emerald Group Publishing, 2016.

CORNELLA, Alfons. **Infonomia**: Cómo enfrentarse a la sobrecarga informativa. Barcelona: Paidós, 2004.

COLLIE, Richard J.; MARTIN, Andrew J.; MALMBERG, Lars-Erik; HALL, Joanne. Academic buoyancy, resilience, and adaptability in students. **Educational Psychology**, [s. l.], v. 37, n. 6, p. 679-680, 2017.

DAVENPORT, Thomas H.; BECK, John C. **The attention economy**: Understanding the new currency of business. Boston: Harvard Business School Press, 2001.

ELLISON, Nicole B.; HEINO, Rebecca; GIBBS, Jennifer. Managing impressions online: Self-presentation processes in the online world. **Journal of Computer-Mediated Communication**, [s. l.], v. 11, n. 2, 2006.

GOFFMAN, Erving. **The presentation of self in everyday life**. New York: Doubleday, 1959.

KUHLTHAU, Carol Collier. Inside the search process: Information seeking from the user's perspective. **Journal of the American Society for Information Science**, [s. l.], v. 42, n. 5, p. 361-371, 1991.

**XXV Encontro Nacional de Pesquisa em Ciência da Informação - XXV ENANCIB
Rio de Janeiro, RJ - 03 a 07 de novembro de 2025**

LEARY, Mark R.; KOWALSKI, Robin M. Impression management: A literature review and two-component model. **Psychological Bulletin**, [s. l.], v. 107, n. 1, p. 34-47, 1990.

LÉVY, Pierre. **Cibercultura**. São Paulo: Editora 34, 1999.

SASSI, Selma; GHARBI, Jamel. Self-presentation on social networking sites. *In: Proceedings of the International Conference on e-Learning, e-Business, Enterprise Information Systems, and e-Government (EEE)*, p. 1-7, 2015.

SAVOLAINEN, Reijo. Information behavior and information practice: Reviewing the 'umbrella concepts' of information-seeking studies. **Library & Information Science Research**, [s. l.], v. 29, n. 3, p. 224-237, 2007.

TOFFLER, Alvin. **Future shock**. New York: Bantam Books, 1970.

VAN DIJCK, José. **The culture of connectivity**: a critical history of social media. Oxford: Oxford University Press, 2013.