

O EXCESSO DE NOTÍCIAS FALSAS E SUA RELAÇÃO COM O SISTEMA IMUNOLÓGICO

Jonas Silva

Universidade Iguaçu (UNIG).

Júlia Assis

Universidade Iguaçu (UNIG).

Lara Pillar

Universidade Iguaçu (UNIG).

Fabio Fully

Doutorando no curso de Cognição e Linguagem pela Universidade Estadual do Norte Fluminense Darcy Ribeiro. Professor das Faculdades de Medicina, Engenharia de Produção e Engenharia de Petróleo da Universidade Iguaçu, Campus V, Itaperuna, RJ. Professor do curso de Medicina da FAMESC, Bom Jesus do Itabapoana, RJ. Coordenador de Extensão da Faculdade de Medicina, UNIG. Coordenador dos Cursos de Extensão em Neurociência, Medicina Baseada em Evidências, Neuroanatomia e Bioengenharia da UNIG, Itaperuna, RJ. Mestre em Engenharia Médica, pela Universidade do Vale do Paraíba (UNIVAP), São José dos Campos-SP (2011).

RESUMO: A pandemia enfrentada no ano de 2020 afetou não só a saúde, a economia e toda sociedade de forma direta, como se desdobrou em consequências emocionais relevantes para toda a sociedade, principalmente frente à realidade de notícias constantes veiculadas pelos mais variados meios. **Objetivo:** Identificar a relação entre a saúde mental e as *fake news*. **Materiais e métodos:** A pesquisa, de cunho bibliográfico, foi fundamentada em Revisão de Literatura, com uso de artigos científicos e/ou periódicos de bases de dados, bem como informações coletadas na pesquisa de campo digital elaborada pelos autores. **Resultados:** Evidenciou-se, neste trabalho, que diversas *fake news* são noticiadas pelos mais variados veículos, o que relaciona-se com o aumento da insegurança, estresse e tristeza de muitos indivíduos. **Conclusão:** A partir do que fora estudado nesta pesquisa, foi possível entender que o descontrole emocional é muito presente em tempos de pandemia, sendo agravado pelo excesso e pela falta de veracidade de muitas notícias.

Palavras-chave: Estresse. *Fake news*. Mídias sociais. Legislação.

ABSTRACT

Introduction: The pandemic faced in 2020 not only directly affected health, the economy and the whole of society, but also had significant emotional consequences for the whole of society, especially in view of the reality of constant news broadcast by the most varied media. **Objective:** To identify the relationship between mental health and fake news. **Methods:** The research, bibliographic nature, was based on literature review, with the use of scientific articles and / or periodical databases and information collected in the digital field survey conducted by the authors. **Results:** It was evidenced, in this work, that several fake news are reported by the most varied vehicles, which is related to the increased insecurity, stress and sadness of many individuals. **Conclusion:** From what was studied in this research, it was possible to understand that emotional distress is very present in times of pandemic, being aggravated by the excess and the lack of veracity of many news.

Keywords: Stress. Fake news. Social media. Legislation.

Resumen

Introducción: La pandemia que se enfrentó en 2020 no solo afectó directamente a la salud, la economía y al conjunto de la sociedad, sino que también tuvo consecuencias emocionales significativas para el conjunto de la sociedad, especialmente en vista de la realidad de la transmisión constante de noticias por los medios más variados. **Objetivo:** identificar la relación entre la salud mental y las noticias falsas. **Materiales y métodos:** La investigación, de naturaleza bibliográfica, se basó en la revisión de literatura, utilizando artículos científicos y / o publicaciones periódicas de bases de datos, así como la información recopilada en la investigación de campo digital elaborada por los autores. **Resultados:** Se evidenció, en este trabajo, que varias de las noticias falsas son reportadas por los vehículos más variados, lo que está relacionado con el aumento de la inseguridad, el estrés y la tristeza de muchas personas. **Conclusión:** De lo que se estudió en esta investigación, fue posible entender que la angustia emocional está muy presente en tiempos de pandemia, y se ve agravada por el exceso y la falta de veracidad de muchas noticias.

Palabras clave: Estrés. Noticias falsas. Redes sociales. Legislación.

INTRODUÇÃO

Em dezembro de 2019 foi noticiada a descoberta de um novo vírus nocivo à saúde do homem, fato que afetou, em pouco tempo, o mundo inteiro. Tratava-se do novo coronavírus (SARS-CoV-2), transmissor da doença denominada Covid-19, que tem um amplo espectro clínico, variando entre sintomas leves a gravíssimos. Se, num primeiro momento, o coronavírus parecia uma realidade distante a muitos países e cidades, em pouco tempo, tornou-se uma pandemia, afetando diversas localidades no mundo e em um curto espaço de tempo.

Devido à inexistência de medicamentos e vacinas à época em que se descobriu a Covid-19, uma medida tomada por muitas cidades como forma de prevenção de disseminação do vírus foi o chamado isolamento social. Se por um lado a medida apresentou-se como eficaz, por outro podemos destacar os desdobramentos emocionais desse isolamento. Trabalhadores que tiveram seus empregos mantidos passaram a trabalhar em “home office”, estudantes passaram a ter aulas sob a modalidade EAD, lojas, bares, restaurantes, clubes foram proibidos de funcionar e a circulação de pessoas de qualquer idade na rua foi veementemente desaconselhada. Junto a isso, as notícias acerca da doença passaram a ser cada vez mais frequentes, bem como estatísticas, entrevistas com especialistas, ensaios clínicos e tantas outras questões legítimas ou não que a envolve. O cenário tornou-se então favorável aos mais diversos sentimentos: medo, insegurança, angústia, tristeza, raiva, frustração e tantos outros.

Em face dessa observação, procuraremos elucidar no presente trabalho a relação entre a saúde mental da população como consequência da quantidade e qualidade das notícias vinculadas acerca da Covid-19, bem como a segurança da população diante das notícias e o quanto ela se compromete a

avaliar as fontes das quais obtém as informações evitando, dessa forma, a propagação das chamadas “fake news”.

1 ESTRESSE

1.1 O que é o estresse

O estresse é um fator ameaçador para o equilíbrio do organismo, podendo ser provocado por um estímulo psicológico, ambiental ou fisiológico (Liu, Wang & Chiang, 2017). No dia a dia, inúmeros acontecimentos podem acarretar o estresse como consequência. Em tempos de pandemia, o excesso de notícias midiáticas tem um alto potencial para ocasionar inúmeras preocupações, podendo cada organismo corresponder de uma forma.

Os fatores psicológicos podem desencadear desequilíbrio emocional e comportamental por meio do estresse. Quando sujeito ao mesmo, o corpo humano tende a responsabilizar-se por trazer a homeostase do corpo e, para isso, utiliza-se de neurotransmissores, hormônios e mediadores químicos, por exemplo. Além disso, há ativação do eixo Hipotálamo-Hipófise-Adrenal, modulando respostas metabólicas, endócrinas e imunológicas (NIP, 2015).

Sabe-se que o estresse tem a capacidade de gerar uma desarmonia no organismo e, por esse fato, é possível que haja o desencadeamento de doenças extremamente prejudiciais à saúde. Para que isso seja evitado, é necessário que haja diligência para com as propostas oferecidas para um cuidado pessoal.

1.2 Origem da palavra estresse

Segundo o Michaelis Dicionário Brasileiro da Língua Portuguesa, a palavra estresse tem origem na palavra inglesa *stress*. Tal palavra, por sua vez, fora utilizada nos séculos XVIII e XIX fazendo referência ao conceito de força, esforço e tensão². Nesse período, ocorria a Revolução Industrial, marco importante que acarretou modificações radicais nas condições de vida da sociedade. As consequências para vida do trabalhador industrial e sua família foram a miséria, o trabalho estafante e prolongado, as péssimas condições de moradia e de alimentação. Dessa forma, passou-se a discutir a saúde do trabalhador, bem como ampliaram-se as discussões referentes ao estresse. Importante destacar o

significado técnico que existira no que tange ao termo estresse que, pela Física e Engenharia, era um termo utilizado para designar forças que atuam sobre a mesma resistência, representando a carga que um material pode suportar antes de romper-se. Tal definição assemelha-se muito ao que pensamos ser o estresse atualmente, qual seja, o quanto podemos suportar situações externas e internas, antes que nosso corpo falhe.

Já no século XIX, o fisiologista francês Claude Bernard destacou a existência de mecanismos que o ser humano tem para suportar modificações externas como a fome, sede, alteração da temperatura corpórea, entre outros. Em seus estudos, salientou a capacidade humana de manter a constância do bem-estar e o equilíbrio do organismo mesmo em meio a situações adversas. No século XX, tais mecanismos foram chamados de “homeostase orgânica” pelo fisiologista e médico estadunidense Walter Cannon.

1.3 Problema de Saúde Pública

Para dissertar sobre esse tópico, procuramos responder à questão: Por que o estresse é considerado um problema de saúde pública? No entanto, após várias pesquisas, não encontramos respostas específicas e claras acerca dessa questão. Porém, deparamo-nos com um artigo publicado na Revista Brasileira de Epidemiologia que questiona, primariamente, o que é um problema de saúde pública. Em tal artigo, os autores explicitam que após consultarem o Oxford Textbook of Public Health, o texto recomenda considerar-se a “carga de mortalidade, morbidade e sofrimento causados pela condição” para que ela possa ser rastreada como um problema de saúde pública, sendo tal carga caracterizada por dois pontos:

1. O impacto no indivíduo em termos de anos potenciais de vida perdidos, a extensão de incapacidade, dor e desconforto, o custo do tratamento, e o impacto na família do indivíduo.
2. O impacto na sociedade – mortalidade, morbidade e custos do tratamento para a sociedade.

Ainda que não tenhamos encontrado estudos específicos sobre o estresse ser um problema de saúde pública, compreendemos o quanto ele pode afetar a vida do indivíduo e dos que o cercam e, conseqüentemente, a sociedade. Ele pode ser a “ponta do iceberg” para desencadear outras doenças que podem gerar danos extensos, profundos e, muitas vezes, irreversíveis.

2 DISFUNÇÕES DO SISTEMA IMUNOLÓGICO E O ESTRESSE

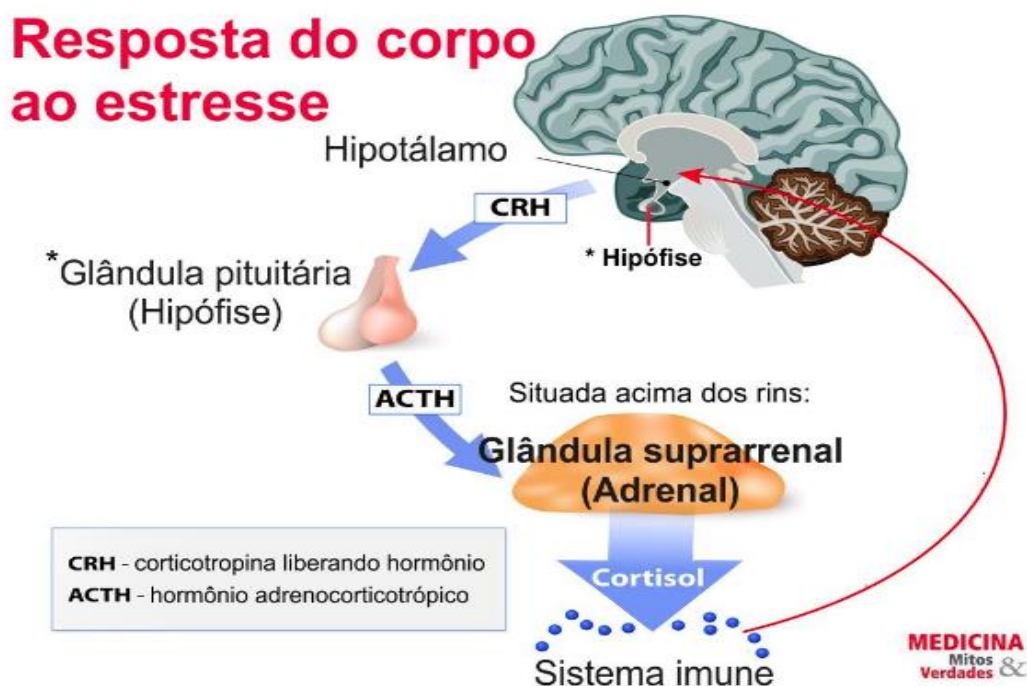
O corpo humano, quando submetido ao estresse, gera diversas respostas, podendo ser fisiológicas e/ou psicológicas, como por exemplo. Em virtude disso, há uma ligação concreta do estresse com o sistema imunológico, uma vez que a alta de estresse desencadeia uma série de processos fisiológicos no organismo em busca da homeostase.

Um dos hormônios importantes para os processos fisiológicos é o cortisol, excretado pela glândula suprarrenal. A alta de cortisol no organismo não traz boas consequência, por esse motivo e outros é essencial que se busque a homeostase. Esse hormônio possui uma importância na resistência ao estresse e à inflamação. Segundo o médico fisiologista americano Guyton, a maioria dos estresses de natureza física ou neurogênica provocam um aumento imediato e acentuado da secreção de ACTH pela hipófise anterior seguido, minutos depois, por grande aumento na secreção andrenocortical de cortisol. Sabe-se que os altos níveis de cortisol no organismo favorecem a reação sobre efeitos anti-inflamatórios. De maneira geral, o cortisol impede o desenvolvimento da inflamação por estabilizar os lisossomos e por outros efeitos. O cortisol estabiliza as membranas dos lisossomos, reduz a permeabilidade dos capilares, reduz a migração de leucócitos para a área inflamada e a fagocitose das células lesadas, suprime o sistema imune, reduzindo acentuadamente a reprodução de linfócitos e atenua a febre, principalmente por reduz a liberação de interleucina-1 a partir dos leucócitos (GUYTON). Diante disso, é possível afirmar a importância dos níveis de cortisol no organismo.

Como ilustrado na figura abaixo, ao ser submetido a condições de estresse, há ativação do eixo Hipotálamo-Hipófise-Adrenal por meio da secreção hipotalâmica do hormônio liberador de corticotropina. Feito isso, o hormônio adrenocorticotrópico

é liberado na circulação sanguínea, ativando as glândulas adrenais que vão liberar o cortisol no sangue em quantidade maiores do que a necessária.

Imagem 1 – Ativação do eixo Hipotálamo-Hipófise-Adrenal



Fonte: Medicina Mitos & Verdades (2019)

3 FAKE NEWS

3.1 Conceito e origem

Em tempos de excessos de informações e diversidades de aceso, surgem as oportunidades para criar-se teorias revestidas por uma pseudoverdade, que são pura e simplesmente baseadas no achismo. A questão da vez é o novo Coronavírus, conhecido como SARS-CoV2, causador da doença COVID-19, sendo esta a forma abreviada de Corona Vírus Disease (ACCAMARGO, 2020). Embora a presença dos vírus no mundo não seja necessariamente uma novidade, por ser uma doença ainda desconhecida e, portanto, sem um tratamento específico a COVID-19, traz o pânico e a incerteza por lidarmos com algo desconhecido. Reunindo esses dois fatores temos o cenário perfeito para a criação e propagação de notícias imprecisas, enganadoras e mentirosas, que confunde as pessoas e espalha pavor e desinformação.

Nesse contexto de produção, publicação e transmissão de conteúdos falsos, surgem as *fake news*, cujo conceito definido a partir do dicionário Cambridge quer dizer histórias falsas, que mantêm a aparência de notícias jornalísticas, disseminadas pela internet (normalmente pelas redes sociais), e usadas para exteriorizar posições políticas ou colocando-se como piada (DICTIONARY CAMBRIDGE, 2020), sempre com o intuito de obter algum tipo de vantagem, seja financeira ou política. A explosão da internet e das redes sociais potencializou essa propagação de notícias falsas, em razão do alcance que possui e a capacidade de viralizar o conteúdo produzido em tempo recorde. Nas eleições americanas de 2016, o termo *fake news* popularizou-se ao utilizar as discriminações e rejeições do eleitorado a determinado tema para elevarem o número de acessos a notícias mentirosas atribuídas aos adversários. O presidente americano Donald Trump reivindicou para si em 2017 a autoria do termo *fake news* porém, ainda que seja tomado como um termo recente, ele não é tão novo assim. Segundos pesquisadores do dicionário Merriam-Webster, já era encontrado no final do século XIX.

A problemática da questão está na capacidade colossal que as notícias falsas possuem de impactar campanhas de saúde, de segurança, posições políticas e até mesmo um processo eleitoral. Nessa perspectiva, diversos órgãos de controle do Estado brasileiro, empreendem esforços em frentes de enfrentamento à propagação de *fake news* e seus efeitos, como por exemplo, a Polícia Federal, o Tribunal Superior Eleitoral e a Procuradoria Geral da República, que reuniram-se em um grupo de trabalho, para compelir fake news nas eleições de 2018 (FOLHA DE SÃO PAULO, 2018).

Os períodos eleitorais são marcados pelo forte crescimento do compartilhamento de notícias falsas, e um dos principais meios de compartilhamento dessas notícias são os grupos de famílias nas redes sociais. Segundo estudo promovido pela universidade de São Paulo (USP) e publicado pelo site Canaltech, é preciso atenção redobrada com aquilo que se recebe e principalmente verificar a fonte da notícia antes de compartilhar, pois muito conteúdo compartilhado tem a capacidade de causar danos irreparáveis.

3.2 Legislação e *fake news* no Brasil

No Brasil a divulgação de notícias falsas não necessariamente é um crime. Isto porque não há no país uma legislação que especificamente puna essa conduta. No congresso nacional existem diversos projetos de lei que têm intenção de definir e criminalizar o que seria especificamente uma *fake News*. Apesar disso, nenhum foi aprovado, sob o principal argumento de que se for aprovada uma legislação nesse sentido, isto poderia ferir a liberdade de expressão. Dentre os projetos que tramitam no Congresso, está o PLS 246/2018 cuja autoria da Comissão de Direitos Humanos e Legislação Participativa a matéria teve relatora a Senadora Mara Gabrilli, (PLS) 246/2018 prevendo a possibilidade de se apresentar ação civil pública, em casos de divulgação de notícias falsas que atinjam interesses coletivos, diante disso poderia o Ministério Público, Defensoria Pública e Associações serem autores da ação. A senadora faz a especificação do que seriam *fake news* individuais, atingindo a honra de uma pessoa específica, e do que seriam as *fake news* coletivas, quando ofenderem interesses difusos, ou seja, interesses da coletividade. No caso das *fake news* individuais destaca a parlamentar que o Marco Civil da Internet (Lei nº12.965, de 2014) prevê que necessariamente a legitimidade da ação judicial desta hipótese é da vítima.

A ação civil pública (lei 7.347, de 1985) é o principal instrumento que disciplina o mecanismo de proteção de interesses transindividuais. O problema é que, atualmente, a lei não autoriza, ao menos de forma clara, a propositura de ação coletiva para a hipótese das *fake news* coletivas, o que pode ser corrigido. (GABRILLI, 2019).

Outro projeto de lei que merece destaque é o do deputado Pompeo de Mattos, que visa acrescentar ao Código Penal Brasileiro artigo para definir e punir o crime de divulgação de informações falsas, ou seja, reprimir tal conduta que ocorre principalmente por meio da internet e das redes sociais, e tem como um dos principais atrativos a obtenção de recursos financeiros, conforme destaca o deputado:

Com o seu amplo alcance, essas notícias se transformaram em uma fonte de renda para pessoas que criam sites para publicar especialmente mentiras que foram criadas propositalmente. O sucesso das informações falsas gera muitos acessos, que se transformam em renda para os donos dessas páginas. (POMPEO, 2018)

De todo modo, existem diplomas normativos que definem e punem outros atos ilícitos que ocorrem durante a produção e a propagação das *fake news*, tendo como exemplo calúnia, crimes contra a honra, danos morais, entre outros crimes que podem ser imputados tanto a quem produz, como a quem compartilha notícias falsas, pois em nome da liberdade de expressão não pode o legislador ficar inerte aos prejuízos causados às vítimas de uma *fake new*, como também a sociedade não pode ficar sem uma resposta que pontualmente possa combater a prática e punir os responsáveis pelos danos causados.

3.3 Manipulação de notícias: Incidência de *fake news* no Brasil sobre a Covid-19

Um estudo recente feito pela FIOCRUZ, através das pesquisadoras da Escola Nacional de Saúde Pública (Ensp/Fiocruz) Claudia Galhardi e Maria Cecília de Souza Minayo identificou as principais *fake news* disseminadas no Brasil entre março e maio. É importante destacar que, com o advento do aumento da acessibilidade aos meios de comunicação digitais, as notícias – e as *fake news* – disseminam-se em questões de milésimos de segundo, muitas vezes, até mais rápido que o próprio coronavírus, o que prejudica a saúde de todo o mundo e os esforços incansáveis da Ciência e de todos os que trabalham em favor dela.

Dentre as notícias verificadas pelo aplicativo “Eu fiscalizo” – aplicativo que permite denúncias sobre conteúdo impróprio nos meios de comunicação – destacam-se às seguintes:

1. Métodos caseiros para prevenir o contágio da Covid-19 e para curar a doença;
2. Golpes bancários;
3. A COVID-19 como estratégia política;
4. Uso de fármacos sem comprovação científica;
5. Posicionamentos contrários ao uso de máscara;
6. Difamação de profissionais de saúde e de políticos;
7. Manipulação da causa do óbito;

8. A COVID-19 como Teoria Conspiratória;
9. Charlatanismo religioso para vender a “cura”;
10. A COVID-19 como uma farsa.

Ainda na tentativa de combater as notícias falsas sobre o Coronavírus, o Ministério da Saúde conta com uma aba em seu site oficial que aborda as principais notícias e identifica-as como *fake news* ou verdadeiras. Nas mídias sociais do Órgão também é possível acompanhar quais notícias foram verificadas. O site Covid Verificado, desenvolvido por alunos do Programa de Pós-graduação em Imunologia da Universidade de São Paulo e integrantes da Comissão de Divulgação Científica do Departamento de Imunologia do Instituto de Ciências Biomédicas da USP também divulga informações acerca da COVID. Segundo o site, o objetivo é divulgar o conhecimento sobre a infecção pelo COVID-19 à toda a população, sempre baseados em informações confiáveis e com evidências científicas, a fim de conscientizar, instruir e responder questionamentos e dúvidas da sociedade sobre a doença.

Outra ferramenta que busca identificar e enfraquecer as sofisticadas técnicas de manipulação e disseminação de conteúdo enganoso que surgem em sites, aplicativos de mensagens e redes sociais é o Comprova. Tal plataforma reúne 28 veículos de comunicação para verificação de notícias, definindo-se como “jornalismo colaborativo contra a desinformação”. Na mesma linha e com objetivo de coibir as *fake news* e sua consequente propagação tem atuado o projeto Coronaverificado.news, uma plataforma de checagem de notícias criado pela Agência Lupa que busca disponibilizar a maior quantidade possível de informação de qualidade para as pessoas, desmentindo os mais variados boatos que surgem nas redes sociais durante a pandemia.

Apesar dessas iniciativas, para Natalia Leal, diretora de conteúdo da Agência Lupa, que faz parte da International Fact-Checking Network (IFCN) e foi a primeira empresa de “fact checking” (checagem de fatos) no Brasil, além das verificações feitas por agências, veículos etc, é importante que cada indivíduo esteja atento às notícias que tem acesso, destacando a importância de se desconfiar de notícias com conceitos muito amplos, áudios e imagens que não condizem com a realidade (pois

podem ser facilmente manipuláveis), data da publicação e fonte responsável por aquela notícia.

Conforme o estudo “inzeberg digital”, promovido pela Kaspersky, empresa de cibersegurança, juntamente com a empresa de pesquisa Corpa, 62% dos brasileiros não são capazes de reconhecer uma *fake news*. Outro levantamento da plataforma Avaaz constatou que os brasileiros são também os que mais acreditam em notícias falsas no mundo. Segundo os dados 7 em cada 10 pessoas se informam através das redes sociais.

A diretora da Avaaz, Carolina Venuto, apontou os malefícios que a desinformação pode causar à democracia:

Quando a gente pensa em desinformação, a primeira coisa que vem à cabeça é a eleição, né? A gente acaba sendo bombardeada com fake news nos períodos eleitorais, não só a gente como o restante do mundo. Mas hoje, a Avaaz já colheu informações que dão conta que as fake news têm prejudicado, inclusive, a saúde e segurança do cidadão, como no caso das vacinas. O aumento do número de pessoas que deixaram de vacinar por conta de uma desinformação tem crescido significativamente. Além de pessoas que foram linchadas, morreram ou foram agredidas por conta de uma desinformação. (VENUTO, 2019).

Diante de todo contexto de crise, é preciso agir com cautela, procurando as contribuições que a ciência pode dar, bem como fazer da informação uma grande aliada. Uma população informada é capaz de contribuir muito mais com os governos do que uma população amedrontada. Nos últimos tempos no Brasil, instalou-se uma sensação de que a todo instante se procura produzir o caos, aumentando o desconforto psicológico das pessoas, a insegurança, a divisão e o medo, pois é disponibilizado para acesso uma grande gama de matérias e conteúdos que nem sempre informam ou são revestidas da verdade. O cenário de pandemia agravou os sistemas de informação, principalmente as redes sociais, onde circula todo tipo de matéria sobre a Covid-19 e grande parte desse conteúdo é construído para desinformar, são trabalhados num viés ideológico e envolvem espectros políticos opostos.

De fato, a Covid-19 trouxe esse cenário de insegurança e medo, pois lidamos com uma doença de efeitos e tratamentos ainda desconhecidos, mas que está refletindo sobre a economia do mundo inteiro, sobre os sistemas de saúde e nos canais de informação. Desse modo, todo cidadão não deve contribuir para aumentar esses casos. É preciso evitar compartilhar aquilo que é de origem duvidosa, checando as informações que recebe nos mais diversos mecanismos que auxiliam no combate as *fake news*.

PESQUISA DE CAMPO

De forma somatória, foi realizada uma pequena pesquisa de campo com 40 pessoas, as quais responderam perguntas relacionadas ao comportamento diante da pandemia e das *fake news*. Uma pesquisa qualitativa acerca da vulnerabilidade das pessoas diante das notícias e sobre a saúde mental das pessoas no dia a dia diante da contemporaneidade. Para que tais resultados fossem obtidos, utilizou-se a plataforma SurveyMonkey. Dessa forma, em tempos de pandemia, podemos utilizar a internet como meio favorável e agregador para o conhecimento.

Diante dos resultados, foi possível perceber que a maior parte das pessoas submetidas à pesquisa tem apresentado alterações em seu dia a dia, o que confirma a irregularidade que as notícias falsas, somadas aos tempos de pandemia, causam em um indivíduo. Irregularidades essas que possuem a capacidade de desencadear uma série de patologias, podendo se agravarem e permanecerem mesmo após os tempos anormais.

A pesquisa pode ser acessada por meio do link:

<https://pt.surveymonkey.com/results/SM-LCQRZHPG7>

CONCLUSÃO

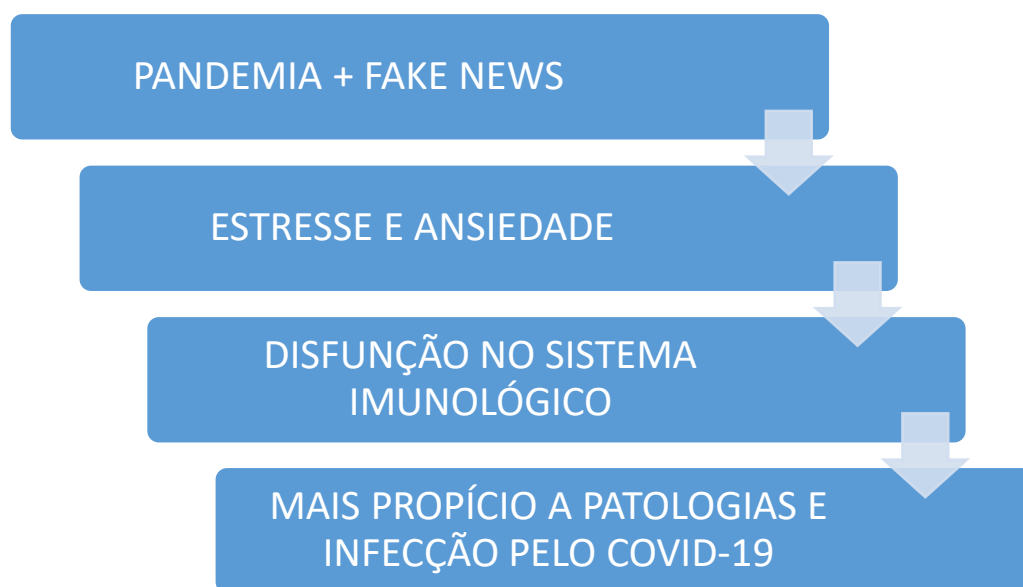
Por concludinte, sabe-se que em tempos de pandemia a rotina e costumes são completamente alterados e necessita-se de uma mudança brusca e rápida na rotina de todos. Há um aumento exacerbado de estresse e preocupações que prejudicam, de modo geral, a saúde. Dos principais sistemas prejudicados, o imunológico possui uma alta significância, uma vez que alterado em virtude de um descontrole emocional, possui uma queda significativa que é diretamente proporcional às

respostas do corpo contra patologias. Com isso, o corpo humano torna-se mais propício às contaminações pelo coronavírus.

De forma a somar ao desequilíbrio emocional, as notícias falsas têm tomado uma proporção irreparável, onde a disseminação de conteúdos irreais tem se propagado por todo o mundo, causando um aumento de sentimentos negativos nas pessoas. No entanto, é notável a importância individual de verificar a veracidade e a fonte das notícias, tendo em vista que, no Brasil, não há nenhuma lei que reprima e puna diretamente a divulgação de *fake news*. Desse modo, torna-se imprescindível a análise das notícias publicadas para que haja um equilíbrio entre a internet e a saúde mental das pessoas, onde ambas atuam de forma rente frente ao organismo, desencadeando o estresse e fatores secundários de extremo desamparo.

De forma simplificada:

Imagem 2 – Esquema ilustrando a relação existente



Fonte: Os autores (2020)

REFERÊNCIAS

ACCAMARGO. **Cancer Center**. Disponível em: < <https://www.accamargo.org.br/>>. Acesso em: 14 jul. 2020.

ANTUNES, José. **"Estresse e doença: o que diz a evidência?"**. Psicologia, Saúde & Doenças 20.3 (2019): 590-603. Disponível em: <<http://www.scielo.mec.pt/pdf/psd/v20n3/v20n3a04.pdf>>. Acesso em: 17 jul. 2020.

COSTA, Juvenal Soares Dias da; VICTORA, Cesar G. **O que é "um problema de saúde pública"?**. Revista Brasileira de Epidemiologia, v. 9, p. 144-146, 2006. Disponível em: < <https://www.scielo.org/article/rbepid/2006.v9n1/144-146/>>. Acesso em: 18 jul. 2020.

ESTRESSE. Dicionário Michaelis on-line, 2015. Disponível em <https://michaelis.uol.com.br/moderno-portugues/busca/portugues-brasileiro/estresse>. Acesso em 18 jul. 2020.

FAKE NEWS. Dicionário de Cambridge On-line. Disponível em: <<https://dictionary.cambridge.org/pt/dicionario/ingles/fake-news>>. Acesso em: 25 jul. 2020.

Fake News: divulgar notícias falsas é crime? Editorial EPD Online, [s.d]. Disponível em: <http://blog.epdonline.com.br/curiosidades/fake-news-divulgar-noticias-falsas-e-crime/>>. Acesso em 25 jul 2020.

FALLON, Claire. **De onde vem o termo "fake news"? Da década de 1890, ao que tudo indica.** Huffpost Brasil, 2017. Disponível em: https://www.huffpostbrasil.com/2017/04/05/de-onde-vem-o-termo-fake-news-da-decada-de-1890-ao-que-tudo_a_22027223/. Acesso em: 25 jul. 2020.

FONSECA, Neura Cirqueira; GONÇALVES, Jacqueline Coimbra; ARAUJO, Graziela Silveira. **Influência do Estresse sobre o Sistema Imunológico.** Brasília: Faculdades Promove, p. 1-8, 2015. Disponível em: <http://nippromove.hospedagemdesites.ws/anais_simposio/arquivos_up/documentos/artigos/844c84423cfd7e05d2720770d2ee271.pdf>. Acesso em: 18 jul. 2020.

GUIDO LA. **Stress e coping entre enfermeiros de Centro Cirúrgico e Recuperação Anestésica** [tese]. São Paulo: Universidade de São Paulo, Escola de Enfermagem; 2003. 199 p. Disponível em: <<https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/83/83131/tde-22122003-160217/en.php>>. Acesso em: 18 jul. 2020.

INFORME ENSP. **Estudo identifica principais fake news relacionadas à Covid-19**. FIOCRUZ, 2020. Disponível em: <<https://portal.fiocruz.br/noticia/estudo-identifica-principais-fake-news-relacionadas-covid-19>>. Acesso em: 18 jul. 2020.

LIU, Yun-Zi; WANG, Yun-Xia; JIANG, Chun-Lei. **Inflammation: the common pathway of stress-related diseases**. *Frontiers in human neuroscience*, v. 11, p. 316, 2017. Disponível em: <<https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fnhum.2017.00316/full>>. Acesso em: 01 jul. 2020.

MACIEL, Rui. **Brasileiros são os que mais acreditam em fake news no mundo, diz pesquisa**. Canaltech, 2019. Disponível em: <<https://canaltech.com.br/internet/brasileiros-sao-os-que-mais-acreditam-em-fake-news-no-mundo-diz-pesquisa-156387/>>. Acesso em: 25 de jul de 2020.

MACIEL, Rui. **Projeto de lei prevê processo contra quem divulgar fake news no Brasil**. Canaltech, 2019. Disponível em: <<https://canaltech.com.br/legislacao/projeto-de-lei-preve-processo-contra-quem-divulgar-fake-news-151207/>>. Acesso em: 17 de jul de 2020.

MATTOS, Pompeo. Acrescenta artigo ao Decreto-Lei nº 2.848, de 7 de dezembro de 1940 – Código Penal, para tipificar o crime de divulgação de informação falsa – fakenews. **Câmara dos Deputados**, Brasília, [s.d]. Disponível em: <https://www.camara.leg.br/proposicoesWeb/prop_mostrarintegra?codteor=1640689>. Acesso em: 16 de jul de 2020.

O que é o projeto Coronaverificado.news?. **Portal EBC**, 2020. Disponível em: <<https://radios.ebc.com.br/tarde-nacional/2020/06/o-que-e-o-projeto-coronaverificadonews>>. Acesso em: 18 jul. 2020.

PAGLIARONE, Ana Carolina, SFORCIN, José Maurício. **"Estresse: revisão sobre seus efeitos no sistema imunológico."** Biosaúde 11.1 (2016): 57-90. Disponível em: <http://www.uel.br/ccb/patologia/portal/pages/arquivos/Biosaude%20v%2011%202009/BS_v11_n1_DF_57.pdf>. Acesso em: 01 jul, de 2020.

SELYE H. **Stress: a tensão da vida**. São Paulo: IBRASA;1959.

SILVA, RM., GOULART, CT., GUIDO LA. **Evolução histórica do conceito de estresse**. Rev. Cient. Sena Aires. 2018; 7(2): 148-56. Disponível em: <<http://revistafacesa.senaaires.com.br/index.php/revisa/article/view/316>>. Acesso em: 18 jul. 2020.

SOUZA, Ramon de. **Grupos de família são os principais multiplicadores de fake news no WhatsApp**. Canaltech, 2018. Disponível em: <<https://canaltech.com.br/internet/grupos-de-familia-sao-os-principais-multiplicadores-de-fake-news-no-whatsapp-112304/>>. Acesso em: 23 de jul de 2020.

The Real Story of “Fake News”. Merriam-Webster, [s.d]. Disponível em: <https://www.merriam-webster.com/words-at-play/the-real-story-of-fake-news>. Acesso em: 25 jul. 2020.

VALENTE, Rubens. **PF cria grupo para auxiliar órgãos no combate às 'fake news' nas eleições**. Folha de S.Paulo, São Paulo, 04 de jan. 2018. Disponível em: <<http://www1.folha.uol.com.br/poder/2018/01/1947872-pf-cria-grupo-para-auxiliar-outros-orgaos-no-combate-as-fake-news.shtml>>. Acesso em: 17 de jul de 2020.