

**REDES SOCIAIS E DESLIGAMENTO EMOCIONAL
(ESTARÃO AS REDES SOCIAIS A DESLIGAR-NOS
EMOCIONALMENTE?)**

**SOCIAL NETWORKS AND EMOTIONAL DISCONNECTION
(ARE SOCIAL NETWORKS DISCONNECTING US
EMOTIONALLY?)**

António Jorge Teixeira das Neves

11/11/2024

Dissertação apresentada para cumprimento dos requisitos necessários à obtenção do grau de Mestre em Cultura Contemporânea e Novas Tecnologias, realizada sob a orientação científica do Professor Doutor Jacinto Godinho

Epigrafe

A presente dissertação e ao contrário de uma boa parte dos trabalhos académicos, surge (infelizmente) não pelas melhores razões e tem na sua génese um gatilho estridente; a morte de um amigo próximo, e de cuja constatação da mesma, passou completamente despercebida, durante 10 dias, aos 20 elementos do grupo “Escadinhas da Igreja”, alojado desde 2020 na rede social WhatsApp, e do qual o Pedro também fazia parte. “Talvez a mais recente tecnologia esteja a contaminar a alma humana como nunca o fez”, (Rushkoff, 2019).

Dedicatória

À minha mãe, única pessoa que efetivamente se preocupou comigo durante toda a sua longa vida e ao meu filho, Francisco Maria, autor do singular epíteto “estudante incapacitado”.

Agradecimentos

Ao Professor Doutor Jacinto Godinho pela disponibilidade e simpatia – e pelo enorme incentivo.

À Faculdade de Ciências e Sociais Humanas da Universidade NOVA de Lisboa e a alguns dos seus docentes.

A todos os autores (as) pesquisados (as) e citados (as), não só por existirem, mas também por partilharem o seu vastíssimo conhecimento - base sobre a qual desenvolvi esta fantástica viagem.

Finalmente aos não menos geniais maestros Ennio Moriconne e Vangelis Papathanassiú que estiveram sempre presentes, nas consideráveis horas de pesquisa e de escrita.

Resumo

Foi a inesperada partida do Pedro, (amigo de infância) – informação chegada através de uma rede social, vários dias depois do seu falecimento -, que terá desencadeado uma reflexão sobre esta tão contemporânea relação dos seres humanos com as redes sociais, bem como do seu contrário. E de como esta ligação poderá simultaneamente, estar (ou não) a fragilizar (mesmo que de forma velada), as relações interpessoais, nomeadamente, a capacidade de ser empático. Estando a história a deixar de ser a história que (ainda) se conhece, e de que a verdade dos factos (independentemente do lado em que se está na cada vez mais ténue linha que divide o privado do público), tende a ser substituída pela verdade de factos alternativos, é ainda assim redutor pensar-se de que as redes sociais (apesar de atuarem em contexto), são a causa de uma boa parte dos males do mundo presente. Será que a circunstância de se ter chegado ao “*lockdown*” de 2020, com níveis altíssimos de cansaço, de desencanto e de stress, e o facto de se ter passado quase de imediato deste isolamento para os mais recentes e super-mediáticos conflitos bélicos, estará a metamorfosear grande parte da humanidade e a torná-la ainda mais eremítica, desligada, e revoltada? Estaremos hoje mais empoderados de uma enorme (e cega) sede de justiça popular que se vai espelhando nas redes sociais, tendo como propósito (entre outros), o de atribuir culpas a tudo e a todos, enquanto se vai piscando o olho a fenómenos populistas? E já agora, o que viram alguns ditadores nas redes sociais que mais ninguém terá visto? Num tempo (de grandes mudanças sociais, políticas e tecnológicas), em que não se vislumbram soluções prementes para a toxidade do mundo digital, onde todos produzem (para todos), todo o tipo de conteúdos e verdades e, onde tudo tende a ser extremado, vão surgindo um pouco por todo o lado, significativos sintomas de desorientação. Vive-se hoje numa sociedade (verdadeiro enxame), que a todo o instante é perscrutada por ecrãs e gerida por algoritmos. Há uma desmesurada mercantilização do eu que pode estar a pôr em causa a tolerância e o espaço do outro ao nosso lado.

Palavras – chave: Redes sociais, desligamento emocional, solidão, fenómenos populistas, enxame

Abstract

It was the unexpected departure of Pedro, (a childhood friend) - information arrived through a social network, several days after his death -, which would have triggered a reflection on this very contemporary relationship between human beings and social networks, as well as the its opposite.

And how this connection could simultaneously be (or not) weakening (even if in a veiled way), interpersonal relationships, namely, the ability to be empathetic. As history ceases to be the history that is (still) known, and the truth of the facts (regardless of which side one is on on the increasingly tenuous line that divides the private from the public), tends to be replaced by true of alternative facts, it is still reductive to think that social networks (despite acting in context), are the cause of a good part of the evils in the present world.

Will the circumstance of having reached the “lockdown” of 2020, with extremely high levels of tiredness, disenchantment and stress, and the fact that this isolation passed almost immediately to the most recent and highly publicized war conflicts, will be to metamorphose a large part of humanity and make it even more hermitical, disconnected, and rebellious? Today we will be more empowered by an enormous (and blind) thirst for popular justice that is being reflected in social networks, with the purpose (among others) of assigning blame to everything and everyone, while winking at populist phenomena ? And speaking of which, what did some dictators see on social media that no one else saw? In a time (of great social, political and technological changes), when there are no pressing solutions to the toxicity of the digital world, where everyone produces (for everyone), all types of content and truths and, where everything tends to be extreme, Significant symptoms of disorientation appear all over the place. Today we live in a society (a true swarm), which is constantly scrutinized by screens and managed by algorithms. There is an excessive commodification of the self that may be putting into question the tolerance and space of others at our side.

Keywords: Social networks, emotional disconnection, loneliness, populista phenomena, swarm

Índice

Epigrafe	3
Dedicatória	3
Agradecimentos.....	3
Resumo	4
Abstract	5
Índice	6
Introdução	10
Metodologia.....	13
Capítulo I.....	15
1.1. O primeiro problema.....	15
1.2. O grande tsunami.....	18
1.3. A grande revelação	19
1.4. Discurso do ódio.....	21
1.5. A nova ordem e os arautos da verdade.....	22
1.6. A ideologia do cancelamento (à distância).....	25
Capítulo II.....	27
2.1. A comunicação do repentismo: do agora	27
2.2. A insustentável transparência comunicacional.....	28
2.3. Distância entre pares.....	31
2.4. A sedutora servidão das redes	31
2.5. A oligarquia do capitalismo 2.0	34
2.5.1. É obrigatório garantir que falamos.....	36
2.5.2. Os portugueses e as redes sociais.....	37
2.5.3. O (falso) anonimato.....	39

2.5.4. Mimetismo das redes sociais	40
2.6. O Influencer	42
2.6.1. Geração ansiosa	45
2.7. In social media we trust.....	47
Capítulo III.....	48
3.1. Estará o algoritmo está a redesenhar a democracia?	48
3.2. Mentir é inconcebivelmente fácil	50
3.2.1. Quem somos (e quem fomos)?.....	52
3.2.2. “Is This the Real Life?”, (Queen, 1975)	54
3.2.3. É obrigatório estar ligado	55
3.2.4. Solidão e isolamento social.....	57
3.2.5. Solidão 2.0.....	60
3.2.6. Isolamento social 2.0	64
3.2.7. Adição	65
3.2.8. O fenómeno FOMO	68
3.3. Lockdown.....	70
3.3.1. Unir o distante e afastar o próximo	72
3.4. O risco de deixar de ser	74
3.5. O valor supremo dos dados	75
3.6. Comunicação nano telegráfica.....	77
Capítulo IV	80
4.1. Mentalidade de rebanho.....	80
4.2. A vida híper ligada ad aeternum	81
4.3. A sexualidade digital	83
4.4. Yes we canot.....	85

4.5. “O mais desconcertante enigma dos nossos tempos...”	87
4.6. A fragilização da classe trabalhadora	89
4.7. Colonialismo digital	92
Conclusão	95
Notas Finais.....	99
Referências.....	102
Bibliografia.....	118
Entrevistas.....	120
Anexos	121

Introdução

O ser humano está naturalmente disponível para grandes manifestações humanas, independentemente da origem e do propósito destas. E por isso é sensível aos inúmeros atos coletivos (como são as festas e as romarias, os festivais de música e outros), as manifestações motivadas por causas maiores e os eventos desportivos, sejam estes à escala global, nacional, regional ou local.

Por mais que um indivíduo tenha biologicamente potencial para se desenvolver, se não interagir com outros, não se desenvolverá como poderia e deveria”, (Vygotsky, 1999).

Organicamente o ser humano sente (provavelmente desde sempre) que faz verdadeiramente parte de um grupo maior – de uma multidão que ao juntar-se deseja algo maior: algo uno. Mesmo nos terríveis conflitos bélicos, não obstante a sua causa, dimensão e fator de proximidade, (e mesmo tendo já escolhido um dos lados), as pessoas sentem-se igualmente juntas: solidárias. E quase sempre essa escolha é feita: “quase tudo é um jogo; somos cada vez mais homo ludens”, (Huizinga, 1938). Nas redes sociais parece estar a acontecer o mesmo, só que incomparavelmente mais rápido. Porque aparentemente a urgência das pessoas em se ligarem entre si é demasiado atrativa: e aditiva. A nova rede social Bluesky, (alternativa ao X), que ficou disponível ao público na segunda semana de fevereiro de 2024; acumulou quase 900 mil novos utilizadores. Na Coreia do Sul, o lançamento comercial da rede 5 G, ligou cerca de um milhão de novos utilizadores em pouco mais de dois meses. A identidade de grupo atinge-se hoje muito rapidamente e tem vindo a humanizar - se digitalmente. Tende a tornar-se generosa; a transmitir confiança, conforto e segurança. Talvez até se consiga presumir a existência de uma certa espiritualidade nas redes sociais – uma espécie de egrégora digital.

Sabe-se hoje, de que é prática comum, usar- se as redes sociais mesmo que de uma forma mais ou menos velada (mas mais ou menos consciente), em proveito próprio, no intuito de criar entendimentos com vários níveis de proximidade, e (normalmente), já com objetivos muito bem definidos – a angariação de gostos (uma espécie de aprovação), de seguidores e, o conseqüente reforço das respetivas redes e marcas pessoais.

Mais do que rostos, ideias ou soluções, este (ainda) admirável mundo vai-se fazendo essencialmente de conversas nano telegráficas e de preferência (basta olhar para algumas das nossas interações), sem grande grau de envolvimento ou cumplicidade. Se por um acaso, uma determinada interação entre utilizadores, estiver perto de se tornar uma conversa mais empática, os populares e “focos” *emojis* - os melhores amigos do nativo digital -, são perfeitos para evitar uma exposição mais prolongada; mais embaraçosa. Defendem os utilizadores mais experientes de que uma simpática e sorridente figurinha publicada no momento certo, substitui perfeitamente quer a virgula, quer o ponto final - e deixa toda a gente feliz. Afinal, os emojis não foram expulsos do paraíso: não pecam.

No mar de abraços em que diariamente nos afogamos, quase todos falsos; na multidão de emojis que nos cercam e assaltam, fulminando-nos com aqueles sorrisos de caraça, apalpando-nos o peito, à procura do coração (e, às vezes da carteira); no fosso fundo de palavreado onde nos enfiaram, em que as palavras veem os seus significados dissolvidos em mentiras e manipulações verbais; há uma grande vantagem nas palavras simples, nos sentimentos simples, (Cardoso, 2024).

Não sabendo exatamente quando o ser humano começou a conversar (ainda hoje uma das questões mais difíceis de resolver para a ciência), admitamos que o fazemos “desde sempre”. Segundo alguns estudos publicados, cerca de um terço da população mundial tem acesso à internet e interage (alterando-a) diariamente nas redes sociais. E também por isso, “desde sempre” tanto pode significar meio milhão de anos, como cem mil – tudo depende da forma como se pesquisa e onde se pesquisa. Considerando a informação disponível, pode afirmar-se que foi muito curto o período que mediou entre o aparecimento do popular H5 (considerada a primeira rede social enquanto tal), e as mais recentes estrelas mundiais. Facebook, Instagram, LinkedIn, Tik Tok e, X – sendo esta última considerada (mais recentemente) uma verdadeira arma (como a cantiga o foi no passado), embora por vezes muito pouco segura e ainda menos fiável.

Não haverá hoje muitas dúvidas – porque ninguém as quer ter, e porque ninguém quer estar só (todos querem estar ligados - fazer parte) -, de que a Internet é o maior conglomerado de redes de comunicação do planeta. Mas olhando para as suas inúmeras características, talvez a principal já não seja bem a comunicação e a partilha de conhecimento entre os seres humanos. Mesmo que alguns dos mais prestigiados investigadores mundiais defendam de que nada como as redes sociais (talvez só a televisão no séc. XX), influenciou e alterou tanto a globalização social, política, económica e cultural deste planeta – onde a vida acontece. Seja ela instagramável ou não.

Perante esta realidade, sejam então bem vindos os seres humanos a este maravilhoso mundo de comunicação e de partilha? Talvez não. Provavelmente, a frenética transição da sociedade tradicional (mais analógica), para a chamada sociedade moderna (incomparavelmente mais tecnológica), bem como a chegada do tão propalado neoliberalismo, não tenham ajudado, (nomeadamente as cansadas e desiludidas classes trabalhadoras) e, de alguma maneira tenham, até surpreendido mesmo os mais atentos. Estudos mais recentes revelam que as pessoas (em particular as que habitam nas grandes cidades), vivem hoje mais afastadas e mais cansadas, e também menos tolerantes entre si. E uma das grandes consequências deste “modus vivendi”, é estarem a ficar cada vez mais longe não só de uma vontade comum e democrática, mas também de alguns dos princípios e valores que o passado recente encerrava em si. Perante estes vários diagnósticos sociais, será razoável questionar se os utilizadores ativos das redes sociais, sentem cada vez mais dificuldade (talvez porque estão menos atentos), em distinguir a verdade dos factos e a inverdade das construções?

A verdade é que alguns destes diagnósticos, revelam igualmente que devido às redes sociais, os seres humanos (mesmo que aparentemente), nunca estiveram tão próximos. Num espaço mundial que tende a tornar-se único, onde uma vastíssima multidão anónima luta cada vez mais pelo reconhecimento digital, pode correr-se o sério risco de se assistir a um eventual desligamento emocional, e paralelamente a uma espécie de adoração da tecnologia (elegendo-a como a maior utopia do séc. XXI), relegando a tradicional comunicação e a empatia para níveis inferiores? “Somos cada vez menos capazes de nos ouvirmos uns aos outros” (Sandel, 2024).

Metodologia

Tendo em conta a metodologia de estudo a usar e atendendo à especificidade e até a alguma complexidade da pergunta de partida, optou-se pelo método hipotético dedutivo. Escolheu-se um problema, consideraram-se posteriormente algumas hipóteses e outras tantas questões que depois de ponderadas, relacionadas entre si e analisadas, pudessem (ou não) dar resposta (s) a esse mesmo problema. A pesquisa usada durante o desenvolvimento da presente dissertação foi essencialmente bibliográfica (e respetiva revisão), mas também documental. Desta forma, foram analisados vários trabalhos académicos, teses, ensaios, citações, artigos científicos e não científicos publicados na imprensa física e digital e em revistas da especialidade nacionais e internacionais.

Foram também analisados e, igualmente de forma qualitativa e exploratória, vários filmes e documentários, (incluindo várias Technology, Entertainment and Design, (Ted Talks) e outras conferências), que de algum modo se relacionassem com algumas das questões levantadas nesta dissertação. O Repositório da Universidade NOVA (RUN) e NOVA Discovery, bem como as Bibliotecas NOVA FCSH, nomeadamente a Biblioteca Mário Sottomayor Cardia, foram manifestamente de extrema importância, tal como alguns trabalhos publicados por docentes e colegas, da NOVA FCSH, nos últimos anos.

Para a recolha das fontes, e tendo noção da enorme quantidade e variedade de publicações quer físicas quer digitais sobre a temática das redes sociais e do eventual impacto destas nas chamadas emoções básicas e mais complexas dos seus utilizadores (quer estes sejam utilizadores ativos ou passivos), optou-se desde logo por se adotar um ângulo que fosse o mais criterioso possível, no sentido de reunir as que (provavelmente), melhor servissem e garantissem objetividade, racionalidade e verdade à conclusão desta dissertação. Dado este primeiro passo, foram posteriormente chamados autores que permitiram o desenvolvimento desta dissertação – autores que quer através do seu pensamento, quer através das suas obras mais recentemente publicadas têm contribuído fortemente para uma melhor compreensão da esfera pública digital (e da sua acelerada transformação), nomeadamente das chamadas sociedades em rede.

Da sua prática, do seu impacto e do seu poder. E de entre os vários autores destaca-se a vital contribuição do sul-coreano Byung-Chul Han, do norte-americano Michael J. Sandel e da britânica Noreena Hertz. A este grupo, juntaram-se um pouco mais tarde o israelita Yuval Noah Harari e a norte-americana Sarah Frier, autora da obra “Sem Filtro – como o Instagram transformou os negócios, os influenciadores e a sociedade”, livro do ano para a revista norte-americana “Fortune” e para o jornal britânico “The Times”.

Numa clara opção de evitar preencher parte da dissertação presente com a publicação de dados, tabelas, gráficos e mapas, (evitando assim replicar leituras e conclusões publicadas em trabalhos anteriores – algumas delas já bastante replicadas), decidiu-se alargar a pesquisa a documentários, textos e artigos não científicos, entrevistas e pareceres que de alguma maneira abordassem diferentes pontos de vista sobre comportamentos dos utilizadores fora e dentro das redes e, de uma eventual relação entre apatia e redes sociais. “A Era dos Dados”, (Netflix, 2019), “Cambridge Analytica”, (Netflix, 2019) e “Social Dilema”, (Netflix, 2020), foram alguns dos documentários selecionados.

Através da aplicação “Dictaphone” (disponível para a grande maioria dos *Smartphones*), foram registadas pequenas conversas com três jovens estudantes - de diferentes idades e estratos sociais entre si -, e utilizadores ativos de redes sociais, com a psicóloga e terapeuta emocional Vera Romão, com Gonçalo Hall, cofundador da Remote Europe e com Carlos Veríssimo, formador na área das Tecnologias de Informação e Comunicação (TIC).

Independentemente dos temas e subtemas que foram surgindo ao longo desta fantástica viagem, entendeu-se que era fundamental estar-se atento ao palpitar dos dias que fossem para lá do obvio – incêndios e falta de água no verão, frio e vacinação antigripal no inverno -, com o objetivo de acrescentar ainda mais valor à presente dissertação. Os mais recentes fenómenos populistas (e os seus messiânicos líderes), o crescente cansaço e desencanto da classe trabalhadora, bem como os dissimulados interesses do império META (para além do lucro), e de como todos eles agem e interagem nas várias realidades, mereceram uma atenção particular.

Em relação às siglas optou-se pela sua escrita - quanto à sua designação -, sempre que apareçam pela primeira vez. Para as citações e referências bibliográficas (depois de conversa com o Departamento de Mestrados da FCSH da Universidade NOVA), optou-se pelo Estilo Chicago. Quanto à elaboração do texto do presente trabalho, estabeleceu-se uma estrutura de quatro capítulos: encontrando-se a contextualização teórica no primeiro, tendo-se explanado pelo segundo, terceiro e quarto capítulos, uma reflexão (tanto quanto possível metódica), resultante da leitura e análise dos vários trabalhos produzidos e publicados sobre as temáticas em questão, e que efetivamente terão contribuído de forma eloquente para encontrar respostas às questões levantadas. Ou pelo menos que tenham revelado sinais e significações que estimulem futuras ponderações sobre as matérias aqui expostas.

Capítulo I

1.1. O primeiro problema

As cerca de seis mil milhões de pessoas que usam individualmente a Internet têm seis mil milhões de opiniões sobre o conhecimento. E isso pode causar uma falha total na comunicação, (Eco, 2012).

Lendo os jornais diários e olhando para uma boa parte das plataformas *Media* nacionais e internacionais (e em particular os conteúdos de informação), pode correr-se o risco de (a espaços), sentir de que tudo se está a alterar a uma velocidade jamais imaginada, eventualmente tudo se desfragmenta. O que ontem parecia sólido, nomeadamente as comunidades familiares, empresariais e académicas estão hoje de alguma maneira a perder identidade e algumas delas a diluírem-se e a escudarem-se nas redes sociais de forma muitas vezes extrema, como se de repente o mundo fosse feito apenas de branco e de preto, de esquerda e de direita: eu contra o outro e o contrário. As zonas cinzentas, dúbias, parecem estar a ser apagadas com alguma discricção. A densidade populacional, as ideologias políticas, os conflitos sociais e bélicos e, as tecnologias (sempre novas e tendencialmente idolatradas), estão a provocar só por si transições e transformações grandes no mundo; nem sempre fáceis de gerir. Apesar de tudo, é possível afirmar que o ser humano (com mais ou menos sucesso nos últimos anos), caminhou até há relativamente pouco tempo, num sentido único – o de uma grande cooperação à escala global.

Mas eis que em 2003 (ano em que aconteceram uma série de manifestações antiguerra um pouco por toda a europa), se realizou nos Açores a Cimeira das Lages, com o objetivo de organizar a invasão ao Iraque. Por esta altura, apareceram as primeiras plataformas de redes sociais – o Friendster em 2002, e o My Space em 2003. Um ano depois surgiria o todo-poderoso Facebook. Estas três admiráveis maravilhas da comunicação, instalaram-se gradualmente nos nossos computadores pessoais e profissionais e puseram-nos a falar gratuitamente – desde logo a primeira grande ilusão -, com familiares, amigos, colegas e, estranhos. A exaltação foi tal que segundo o site ppallware.pt, em 2008, o Facebook já tinha cerca de cem milhões de utilizadores mensais. O mesmo site, revela que atualmente, o número de utilizadores está perto dos três mil milhões.

Assim, o espírito da primeira década do novo século era de que a humanidade estava então salva, de boa saúde e recomendava-se; porque comunicava como nunca. Começou de alguma maneira a cultivar-se a ideia de que as redes sociais eram não só uma dádiva da vida moderna (das sociedades ricas e tecnologicamente avançadas), mas também um garante para a democracia. Na sombra, o populismo borbuhlava e mantinha-se à espreita. Afinal, que ditador ou regime totalitário poderia impor a sua força ou verdade, a um estado democrático interligado?

É preciso que todas as pessoas se possam apropriar dos dispositivos tecnológicos, e não apenas as multinacionais e os grandes conglomerados, para que a democracia seja possível, (Lévy, 1998).

Para os mais otimistas, tal como para os mais liberais (e estes começavam a estar presentes em todas as áreas da sociedade), um estado tecno-democrático era apenas o início de tudo o que de maravilhoso se iria fazer com as redes sociais – e aparentemente sem grandes efeitos colaterais. Como se sabe, até pelo menos 2010, uma boa parte dos sociólogos defendia que um bom capital social, instituições fortes e histórias partilhadas, eram os três grandes pilares comuns às democracias mais bem-sucedidas. Só que muito mais rápido do que fora possível prever, as redes sociais foram ganhando novos propósitos e alteraram-se em função destas três forças, começando por dividi-las para depois as enfraquecer.

Os vossos comportamentos, vocês não se apercebem mas estão a ser programados. É preciso ter atenção aos efeitos de curto prazo de libertação de dopamina, que está na origem de ciclos que estão a destruir a forma como a sociedade funciona. Gerimos as nossas vidas em torno de um sentido percecionado de perfeição porque somos recompensados com sinais de curto prazo – *likes*, polegares para cima e corações – e misturamos isso com valor, com a verdade, (Palihapitiya, 2017)¹.

As democracias liberais tendem a implodir, vítimas da sua própria incapacidade, de práticas corruptas (financiamento ilegais de partidos e candidaturas), mas também das tentativas de politizar a justiça e vice-versa e, de sistematicamente tentarem controlar os Media, provocando um enorme impacto na fundamental separação de poderes.

As redes sociais estão mais fortes do que nunca em todos os países. Elas são o modo privilegiado da comunicação em massa na sociedade. Todos estamos nas redes. Mas, precisamente por isso, não há apenas progressistas e forças de mudança social. Também há no mundo neonazis, xenófobos, racistas e sexistas. E milhões de robôs, gerados por forças ocultas, para ampliar as mensagens mais retrógradas e provocar confrontação social (CAstells, 2018).

Estão já muito longe os tempos em que os primeiros utilizadores das redes sociais, criavam páginas pessoais onde publicavam fotos suas e da família e links direcionados para outras páginas - de amigos, de bandas musicais e de filmes. No fundo, estes primeiros tempos revelavam apenas uma normal evolução das tecnologias e das comunicações que permitiam uma maior e melhor comunicação entre as pessoas – o reforço dos laços sociais. Mas quando as pessoas, confiantes nesta nova e dinâmica forma de comunicar e partilhar, começam a fazê-lo não só com desconhecidos em todo o mundo, mas também com pequenas e médias empresas e com gigantes comerciais, eis que surge o primeiro problema – que segundo Pierre Lévi, era de prever. “Na era digital, as funções humanas modificam-se, pois as tecnologias intelectuais são dinâmicas, objetivas e podem ser compartilhadas por várias pessoas, (Lévy,1997).

¹ Chamath Paliapityva, ex-vice presidente da rede social Facebook

1.1. O grande tsunami

De repente, toda a gente estava no palco, sob as luzes e, adorava a sensação. De uma forma quase impercetível, dá-se o primeiro grande “boom” nas interações. Fossem elas mais próximas, mais privadas ou até mais íntimas. Entre a publicação de uma foto mais arrojada e um comentário igualmente mais ambicioso, as redes não só ensinavam como também seduziam os seus utilizadores a permanecerem mais tempo em palco e, tranquilamente começaram a fornecer-lhes ferramentas que melhoraram as suas belas e criativas “performances”.

A internet que hoje temos não é nem uma pequena ponta de um gigantesco “iceberg” que aí vem. Acho que a rede pode vir a ser um elemento de subversão, mas sou incapaz de imaginar o impacto que terá nas sociedades, (Bowie, 1999)

Começava a ser difícil distinguir o que era o mar e o que era o rio. O grande tsunami (que aconteceria em 2009), estava a caminho, e com ele a intensificação desenfreada da feroz dinâmica viral. Primeiro o “retweet” do Twitter, e depois o “gosto” e a “partilha” (em 2012) do Facebook, transformaram-se rapidamente em funcionalidades padrão para todas as plataformas que surgiram depois - e surgiram várias. Simultaneamente e, também de forma mais ou menos encapotada, os botões “gosto” e “partilhar”, começam a reunir dados sobre os temas preferidos dos utilizadores e os que mais os envolvem.

Os executivos do *Facebook* percebem imediatamente o valor destes dados e desenvolvem algoritmos no sentido de proporcionar a cada um dos utilizadores, conteúdos com mais probabilidades de obterem mais gostos e de estes serem mais partilhados. Pouco tempo depois já era possível realizar alguns estudos tendo em conta os gostos e as partilhas dos utilizadores e, o que estes revelavam não era agradável. Os conteúdos mais partilhados, eram os que desencadeavam emoções - em particular a raiva e o ódio entre pessoas diferentes. Mas ainda assim os alarmes não soaram.

A cultura da meritocracia, gerou uma arrogância entre os vencedores e impôs um severo julgamento dos que ficaram para trás, cuja frustração e ressentimento alimentaram a onda global de protesto que levou Donald Trump ao poder, (Sandel, 2018).

Cerca de seis anos depois, um número considerável de utilizadores das tão amadas redes sociais sabia criar e publicar conteúdos que com alguma sorte se tornavam virais. Mesmo que um conteúdo ou um simples defender de uma ideia, fossem furiosamente triturados por uma enorme quantidade de comentários racistas e xenófobos, já tinha valido a pena a sua publicação. Mas o jogo continuava e as apostas faziam-se desenfreadamente e eram cada vez mais ambiciosas. Todos queriam saber quem criava mais conteúdos com probabilidades de se tornarem virais, e quem era, a cada momento, o rei da viralidade – tudo com base nas partilhas de milhares de estranhos: os novos amigos. Ao ver as multidões que diariamente chegavam à rede Twitter (que ajudou a programar), o engenheiro Chris Wetherell, lamentou a sua contribuição para tornar esta rede um lugar muito pouco agradável, acrescentando que saiu da empresa, “com a sensação de que entregaram uma arma carregada a uma criança de quatro anos, e isso não é nada bom”, (Wetherell, 2019).

Sem pedir licença, o impulso (através do botão de partilha), sobrepunha-se à ponderação, enquanto a moral transgredia alguns limites e ultrapassava definitivamente o pensamento crítico de forma avassaladora. Os autores das várias constituições democráticas no mundo não estavam preparados para isto. Segundo Michael Sandel, professor de Filosofia na Universidade de Harvard, nos Estados Unidos,

as cerca de quatro décadas de globalização neoliberal, guiadas pelos mercados também não ajudaram, já que criaram enormes desigualdades e tensões entre vencedores e perdedores. Ou seja; entre o sucesso de uns e o fracasso de outros, (Sandel, 2023).

1.2. A grande revelação

Talvez o “*lockdown*” em 2020, tenha de alguma maneira não só revelado a enorme distância social já instalada, nomeadamente nos grandes centros urbanos, mas igualmente uma certa falência da cidadania democrática. Tudo parte de mim para mim, e como tal corro e concorro comigo próprio. “O sistema capitalista mudou o registo da exploração estranha, para a exploração própria, a fim de acelerar o processo”, (Han, 2017).

No fundo, instalamo-nos confortavelmente na lógica de mercado “*yes we can*”, seduzidos por uma ilusória sensação de liberdade e sucesso. Só que do outro lado desta linha onde a liberdade e o sucesso estão ao alcance de todos (basta querer que se consegue), existem todos os outros. Os que de alguma maneira sentem diariamente (não a culpa imposta pelos vencedores, mas um enorme menosprezo por parte destes), que não lhes foi permitido ser bem sucedidos: e que por isso contam muito pouco ou mesmo nada. Quem não foi contemplado pela “justa meritocracia?”, tem tendência a perder o sentido de consciência social e de consciência de classe – a noção de que somos (e seremos) seres biológica e historicamente sociais, poderá no futuro não passar de uma simples e longínqua homologação.

E quando se começa a perder a confiança nos líderes e nas grandes instituições democráticas tudo e todos são contestados – de repente, alguns atos eleitorais parecem não passar de apenas uma desesperada luta para salvar o país do outro lado – o lado do lobo mau. Talvez a europa branca, democrata e livre sinta que se vive hoje numa espécie de carrossel ideológico, construído a partir de uma enorme desconfiança nos governos e nos media - diariamente alimentada nas redes sociais -, devido não só à desinformação mas também à polarização que vai crescendo nos mesmos. Com a agravante de que os sucessivos governos e, os grandes grupos de media (que vão sendo adquiridos e readquiridos por fundos sem rosto), estão concertadamente empenhados em alimentar e a explorar este carrossel - que lhes fornece gigantescos créditos políticos e lucros comerciais.

Serão então as redes sociais a grande causa de um cada vez maior desligamento emocional ou elas só vieram desnudar ainda mais – servindo de “*red carpet*” -, um negligente caminho há muito iniciado? Talvez este seja o tempo de olhar para as redes sociais de um outro ângulo. Talvez as redes sociais sejam hoje também o refúgio perfeito para gente que embora não governe – porque não têm ideias nem pessoas para o fazer-, tem uma enorme capacidade de protestar, de desfazer laços e de derrubar instituições. Gente que sabe muito bem esgravatar e ter impacto nas profundas raízes do populismo; raízes essas que estão frescas como há muito não se via.

1.3. Discurso do ódio

Segundo o relatório brasileiro de 2016 do Dossiê da Intolerância nas redes sociais^{2,*}, uma iniciativa realizada pela agência de publicidade brasileira Nova/SB, a percentagem de publicações negativas durante a recolha de dados atingiu os 87%, chegando aos 97,6% quando o assunto era racismo e aos 97,4% quando a política era o tema central. O projeto ComunicaQueMuda (CQM), criado pela Agência Nova/SB, realizou-se durante os meses de abril, maio e junho de 2016 e monitorizou dez tipos de intolerância nas redes sociais Facebook, Instagram e X. Ao longo dos três meses acima referidos, foram publicados cerca de 400 mil comentários relacionados com a aparência das pessoas, as suas classes sociais, as suas deficiências, a homofobia, a misoginia, a política, a faixa etária, a geração, o racismo, a religião e a xenofobia e não obrigatoriamente por esta ordem. Paralelamente a esta hierarquia digital de temas altamente inflamáveis (e rentáveis), também o discurso do ódio (*Hater Speech*), começa a captar as luzes maiores. Segundo o artigo “Hate and Intolerance in Digital Social Networks”, publicado em março

de 2023, na “Scientific Electronic Library Online”, uma rápida pesquisa com o motor de busca Google revela que em 2020 (durante o “*lockdown*”), ao escrever-se “discurso de ódio”, ficavam imediatamente disponíveis cerca de 36,600 mil tópicos sobre o assunto. Descendo o número de tópicos para cerca de 8 mil no caso do “discurso de intolerância”. Esta enorme diferença nos números mostra bem o interesse das pessoas pelo tema “discurso de ódio”.

Parece haver um ganho para quem incita ódio nas redes sociais, e esse ganho é a visibilidade, a popularidade, a reputação e a influência. Tais fatores estão ligados a questões de pertença a um grupo ou afirmação de identidade, (Santos, M.A., Silva, M.T.M., 2013).

² Disponível em: <https://www.comunicaquemuda.com.br/dossie/intolerancia-nas-redes/>

Penso nas manifestações não-humanas, no uso dessa tecnologia de manifestação nada espontânea, totalmente programada. E penso que o meu modesto lugar de professora de filosofia – bem como o lugar de todos os críticos do estado pós-democrático e do capitalismo neoliberal, do machismo e do racismo -, esteja a incomodar ao ponto de precisarem de recortar, editar e deturpar o que estou a dizer. Sinto também pena daqueles que não percebem que trabalham de graça para pessoas e grupos que lucram com as manifestações de ódio e as manipulações nas redes, (Tiburi, 2018).

Será então sensato (e seguro), afirmar-se de que a Internet e em particular as redes sociais, estão a contribuir fortemente para um tipo de maniqueísmo político e ideológico tendencialmente radical; que de alguma forma vai criando constrangimentos atrás de constrangimentos, que por sua vez, dificultam uma discussão aberta de debate de ideias e do contraditório? É claro que o uso que dela fazemos, é que torna uma tecnologia boa ou má, mas a questão deve e tem de ir muito para além desta constatação.

Talvez um dos grandes problemas quer da Internet, quer das redes sociais, é que a grande maioria dos utilizadores não tem (ainda) sequer a consciência de que tudo o que é escrito e produzido nas redes, pode ser manipulado e modificado com objetivos vários, entre eles, o de alterar seriamente o pensamento crítico e respetiva formação de uma opinião sólida e bem fundamentada.

A imediaticidade da comunicação, a tendência ao tribalismo, a polarização, a dispensa da mediação jornalística ou da verificação analítica, tudo isto enfraquece as instituições de enquadramento das pessoas, sejam elas as escolas, os partidos políticos, as associações de estudantes, sejam as organizações não-governamentais, todas elas. É uma visão um bocadinho pessimista, mas realista, (Silva, 2019).

1.4. A nova ordem e os arautos da verdade

Tendo em conta as palavras de (Silva, 2019), talvez se tenha instalado nas sociedades contemporâneas, uma espécie de nova ordem que pretenda por um lado descredibilizar as instituições e por outro punir fortemente os principais órgãos de soberania.

No discurso populista por exemplo, o ataque ao poder individual está sempre muito presente e normalmente é bastante forte e claro. Simultaneamente é vendida uma enganosa ilusão de que é premente devolver a cada um de nós, algo que realmente importa, que nos engrandece e que nos tem vindo a ser tirado: a identidade individual.

Nada como criar um bom inimigo para unir as pessoas e levá-las a acreditar em algo que se percebe ser completamente inverosímil. E ao longo deste processo, os utilizadores vão sendo mantidos em ciclos sociais fechados. Verdadeiras bolhas digitais onde se sentem mais seguras e ouvidas, já que dentro destas, não há lugar para opiniões contrárias, logo não existe espaço para o conflito de ideias. Por norma, as pessoas que se juntam nestas discussões e protestos, (a que muitos politólogos nacionais insistem erradamente em classificar como manifestações espontâneas, esquecendo-se de que boa parte deles foram idealizados, pensados e convocados digitalmente), partilham uma visão niilista da vida, e como tal, nem sequer propõem alternativas quer aos governos que estão no ativo – e que foram democraticamente eleitos -, quer à forma como outros organismos e organizações funcionam.

Terminados os protestos nas ruas - muitas vezes violentos -, e já parte dos que neles participaram, estão de volta aos seus vários perfis e às respetivas bolhas digitais, para uma e outra vez iniciarem de novo o processo, que se resume a teclarem furiosamente para o vazio e, uns contra os outros.

Há aqui uma espécie de solvente institucional e universal, que vai branqueando as paredes mestras das democracias há muito diversificadas e sólidas. “Uma destruição criadora. O indivíduo que destrói sistemas convencionais, (Schumpeter, 1976).

Os chamados cibercrimes de ódio, têm características muito particulares que por norma visam não só as minorias, mas também algumas das mais prestigiadas instituições democráticas. O autoritarismo que caracteriza este tipo de cibercrime, que promove a perseguição e o desligamento de quem não pensa igual ou de acordo com, remete para fenómenos políticos e ideológicos do passado. Talvez Donald Trump (45º Presidente dos Estados Unidos) e Jair Bolsonaro (38º Presidente do Brasil), tenham sido dos primeiros a perceber que um bom desempenho de indignação sob as luzes certas –plataformas digitais e redes sociais -, camuflam não só as suas limitações como destrói todo o tipo de competências dos adversários.

O protagonista não admitirá nunca que está errado e, se provocado, duplicará ou triplicará os erros, além de que controla a narrativa. Como consegue fazê-lo? Foi talhado para as redes sociais. Porque ele é o contador de histórias deste novo presente que só aceita duzentos e oitenta caracteres, (Vox, 2022).

Depois de Trump e Bolsonaro, outros surgiram e outros se seguirão, nessa incessante busca do estatuto, do poder e da tão desejada popularidade - independentemente do preço que as redes sociais e de quem as gere cobram. E é durante esta caminhada narcísica feita ora na vida real com reflexo nas redes sociais e o seu contrário, que vão sendo cometidas agressões de todo o tipo, na maior parte das vezes verbais, mas também físicas, que por sua vez, causam inúmeros danos e vítimas – nomeadamente em pessoas e instituições que possam representar uma ameaça, só porque pensam e tentam agir de forma não alinhada.

Ele não era um monstro. Ao contrário, era um homem comum. E o mais assustador: tão comum como muitos outros. O problema de Eichmann era exatamente que muitos eram como ele, e muitos não eram nem pervertidos, nem sádicos, mas eram e ainda são terrível e assustadoramente normais, (Arendt, 1999, p. 299).

Infelizmente quando essas agressões acontecem, sejam elas mais ou menos violentas, são rapidamente e de alguma maneira distorcidas e desvalorizadas nas redes sociais e, este poderá ser (por razões óbvias), um dos melhores exemplos do chamado policiamento do pensamento crítico que tem vindo a instalar-se nas redes.

Segundo o estudo da autoria dos investigadores Alexander Bor e Michael Bang Petersen, publicado em 2021 e intitulado, “The Psychology of Online Political Hostility: A Comprehensive, Cross-National Test of the Mismatch Hypothesis”³

as mulheres e as pessoas negras são assediadas e agredidas nas redes sociais desproporcionalmente, o que revela desde logo que a praça pública digital é menos recetiva e menos tolerante às suas vozes. Um ataque bem-sucedido tem grandes chances de obter um sem número de aprovações, gostos e partilhas e de provocar por sua vez outros tantos ataques, (Bor, Bang 2021).

³ Disponível em: <https://www.cambridge.org/core/journals/american-political-science-review/article/abs/psychology-of-online-political-hostility-a-comprehensive-crossnational-test-of-the-mismatch-hypothesis/C721597EEB77CC8F494710ED631916E4>

1.5. A ideologia do cancelamento (à distância)

Talvez num futuro não longínquo, as redes sociais se transformem num gigante palco onde a política de cancelar e de fazer justiça sem um justo e adequado julgamento se padronize. Fazendo uma rápida pesquisa *online* percebe-se com alguma facilidade, a quantidade assustadora de casos em que as pessoas foram massivamente punidas, perdendo os seus empregos e até a família - alguns destes processos terminaram em suicídio -, só porque alguém afirmou que elas disseram ou queriam ter dito. Publicar um tweet alegando favorecimento, fraude ou corrupção é coisa que se faz num minuto, mas provar ou desmentir tais acusações exige semanas de trabalho árduo, (Harari, 2024). De facto, quando as regras na praça pública digital são ditadas por multidões descontroladas, que gritam a uma só voz (ignorando contextos, equilíbrios, indulgência e verdade), não sobra nem muito espaço, nem muita luz para refletir no sentido de saber se ainda iremos a tempo. Se desejamos verdadeiramente evitar um (quase inevitável) gradual desligamento empático.

O dom da ubiquidade que as redes sociais nos “emprestam” – simulando em nós essa ilusória percepção -, provoca inevitavelmente um certo receio nas várias áreas da sociedade, nomeadamente nos políticos (as), nos empresários(as), nos professores (as) e nos (nas) cada vez mais vulneráveis jornalistas: em quase todas estas classes, (mesmo que sub-repticiamente), sente-se que reina uma crescente autocensura e, uma certa tendência para uma comunicação pop-up.

Todos eles (as) sabem que uma ideia ou até uma palavra desadequada do contexto e partilhada na esfera pública (ou mesmo na esfera privada), mesmo que esta encerre em si, uma boa análise construtiva, pode desencadear ruído suficiente que capte a atenção dos principais *Media*. Iniciada a onda de “*engagement*” digital, que rapidamente se irá transformar em “*enragement*”, (Sandel, 2024) e posteriormente em ódio, sabe-se como é que a história irá terminar. Obviamente com um pedido de desculpas do (a) visado (a) e, este (a) a ter que eventualmente abdicar dos seus cargos profissionais e respetivas funções: cancelado (a).

Afirmam alguns investigadores que as redes sociais aceleram os processos, logo poderá afirmar-se que os tão populares cancelamentos acontecem cada vez com maior frequência, num curto espaço de tempo e em regra, com dimensões e respetivos danos morais e físicos significativamente maiores. Executada a sentença e respetivo cancelamento, dias depois, já ninguém quer saber do assunto. Mas os paladinos da verdade e da justiça (a deles), continuarão vigilantes e à espreita de um outro caso; de uma outra narrativa. Talvez o que esteja em causa (para uma boa parte dos utilizadores das redes sociais), não seja tanto a punição de quem cometeu um desajuste retórico ou emocional – fora da norma -, mas sim, a sua morte social e, também a sua humilhação pública.

De forma consciente ou não, questiona-se hoje mais do que nunca, se vale a pena ou sequer se será sensato, opinar sobre tópicos (quer nas comunidades digitais às quais pertencemos, quer mesmo no nosso grupo de amigos próximos), relacionados com crenças, género e orientação sexual, política, religião, ou futebol por exemplo.

E, apesar de sistematicamente (e bem) ser pedido quer nas Universidades onde se estuda, quer nas empresas onde se trabalha para se pensar fora da caixa, como fazê-lo de forma leve, livre e crítica, quando se tem a perfeita consciência de que provavelmente nunca como agora foi tão perigoso fazê-lo? As redes sociais puseram-nos nas mãos, um mundo cheio de infinitas possibilidades, mas simultaneamente e quase na mesma proporção, a capacidade de causarmos danos irreversíveis uns aos outros, e de deturpar um bem fundamental há muito conquistado: a liberdade de verbalizar o que pensamos sem cancelar o outro.

Talvez esteja por fazer uma eventual ligação (bem fundamentada) entre a dependência das redes sociais (que possa de alguma forma estar a fragilizar emocionalmente os seus utilizadores) e, o provável crescimento de sentimentos como o desprezo e a raiva pelo próximo, acompanhado de um forte desejo de agredir e humilhar: de cancelar. Sempre “confortavelmente” à distância. Na sua obra (No Exame, 2016), Byung-Chul Han, reflete sobre um mundo digital de comunicação compulsiva de exame – sem ação reflexiva e sem filtros.

Os sujeitos incapacitados de raciocínio, distanciamento, ação crítica e afeto, diante da perda do respeito pelo outro e pela autoridade da experiência. O momento que entra em jogo a dispersão e a desintegração generalizada, (Han, 2016).⁴

O filósofo sul – coreano identifica na lógica da embriaguez percetiva, da cegueira, e da estupidez coletiva, as características do desrespeito recíproco de viver em enxame.

Capítulo II

2.1. A comunicação do repentismo: do agora

Interage-se hoje a uma velocidade vertiginosa num espaço e num tempo, que permite (ou talvez obrigue) a tecer contatos sociais a cada instante. Paralelamente, os utilizadores das redes sociais vão-se encaixando (abdicando cada vez mais de ser para passar a pertencer) nas várias comunidades digitais que a todo o momento são criadas, (sempre) em prol do prazer e da modernidade e, da (falsa) ideia de anonimato.

Ainda que os dados disponíveis mostrem que mais de metade da população mundial não tem acesso à Internet - tal como não tem acesso a programas locais ou nacionais de vacinação-, são esses mesmos dados que confirmam de que nunca como no presente o ser humano comunicou tanto, tão rápido e de forma tão direta – não significa que o faça com proximidade.

À entrada para o vigésimo quarto ano do segundo milénio d.C., as redes sociais estarão a contaminar de forma infrene toda a comunicação. A transformá-la numa comunicação do imediato. Do agora e do repentismo. Há mesmo quem arrisque e defenda de que a comunicação como hoje a conhecemos, tende a alterar-se significativamente. Se usarmos o desporto como exemplo e em particular o atletismo, e se considerarmos que uma grande parte dos utilizadores é maratonista (publica poucas vezes durante a mesma semana), imagine-se que de repente é-lhes pedido, que passem a competir nos 100 metros (terão de publicar algo relevante várias vezes no mesmo dia) – porque de outra maneira, correm o risco de ficar de fora, de deixar de ser relevantes.

⁴Disponível em: <https://www.wook.pt/livro/no-enxame-byung-chul-han/18910580?srsId=AfmBOoo5pbjqlT6KeJd7G5shGLvUaOOe15gHflerrtMjEFvVWxovK>

2.2. A insustentável transparência comunicacional

É hoje prática comum em qualquer empresa, organização ou marca, desenhar o perfil do cliente, a partir da sua pegada digital; seja ela mais ou menos ativa. O que por norma se pesquisa, o que mais se consome, os lugares mais frequentados e com quem mais se interage – sejam os “amigos” ou as comunidades digitais, começa a ter um valor (*database*) que num futuro próximo pode provocar uma nova corrida ao ouro, semelhante à que aconteceu nos anos de 1800 na Califórnia. A explicação para esta descomplexada nudez comunicacional, pode estar no facto de que raramente se reflete sobre quem verdadeiramente controla (quem vigia), de que maneira o faz e quais os objetivos. É muito mais fácil não refletir sobre quem são “eles”. Aliás, desde há muito que nos habituamos a recorrer a “eles”. É antigo o hábito de que quando se quer saber como estará o tempo no dia seguinte, não se diz vou espreitar o site do Instituto Português do Mar e da Atmosfera (IPMA)⁵, mas diz-se, deixa lá ver o que é que “eles” dizem.

Esta espécie de eminência parda “eles”, tem agora uma versão digital “li nas redes”, que vem semeando nas infindáveis vias de comunicação, não só uma despreocupação quase total no que à privacidade diz respeito, mas também uma falsa e jovial sensação de que fazemos parte de algo: somos relevantes. De alguma maneira também somos “eles” - temos impacto na vida dos outros. Parece que a comunicação nas redes sociais está a tornar-se cada vez mais uma irresistível “*fast food*”, da qual uma enorme parte da população mundial se alimenta avidamente (ao sabor das tendências), mesmo reconhecendo alguns dos seus efeitos nocivos. Em alguns casos e em última instância, há quem afirme de que o impacto desta na saúde pública tem sido enorme e eventualmente bastante negativo. Segundo David Russo, Chief Technology Officer (CTO) da empresa de cibersegurança e formação CyberS3c, é do domínio público de que o Facebook controla um enorme ecossistema de aplicações, que lhe permite saber

⁵ Disponível em: <https://www.ipma.pt/pt/index.html>

com quem falam os utilizadores, o que veem e do que mais gostam. O que compram, o que partilham e, onde estão num dado momento. No entanto, acrescenta “não podemos falar de informação escondida, tendo em conta que está tudo explicado na AppStore ⁶- basta ler com atenção”, (Russo, 2021). Mais uma vez a questão é a de sempre. Não é a informação isolada que faz dos utilizadores, nativos “dependentes” digitais, mas a forma como esta é trabalhada e organizada. E enquanto ninguém quiser efetivamente perceber as diferenças entre uma app que partilha praticamente tudo o que se faz online e outra, que apenas partilha o endereço eletrónico, os utilizadores vão-se mantendo tranquilos e felizes, porque continuam a fazer parte de algo. Continuam a ver crescer o número de amigos, de gostos e de comentários – todos eles quase sempre fantásticos às suas publicações. E não menos importante, sabem que se anunciarem (ao ilusório mundo) que lhes morreu o gato, é garantido de que terão toda uma comunidade solidária com a sua infelicidade; comunidade essa que irá empenhar-se *online* de forma a apaziguar a dor da perda do felino. Mesmo que mais de metade dos utilizadores dessa comunidade à qual pertencem não fizesse sequer ideia de quem tem e, de quem gosta ou não de gatos. Em “1984”, canção incluída no álbum “*Diamond Dogs*”, (RCA, 1974), ⁷“pode ouvir-se,” nós queremos-te “*big brother*”, precisamos de alguém que nos adote, de alguém para seguirmos, de alguém para nos envergonhar, alguém para nos enganar. Alguém como tu. Nós queremos -te “*big brother*”, (Bowie, 1974).

Sem a imunidade de grupo – tão falada durante o “*lockdown*” de 2020 -, jamais se dará um êxodo para redes menos tóxicas.

⁶ Disponível em: <https://www.apple.com/pt/app-store/>

⁷ Disponível em:

https://www.google.com/search?q=diamonds+dogs+bowie+lirycs&rlz=1C1GCEA_enPT992PT992&oq=diamonds+dogs+bowie+lirycs&gs_lcrp=EgZjaHJvbWUyBggAEEUYOTIJCAEQIRgKGKABMgkIAhAhGAoYoAEyCQgDECEYChigAdIB CDk2MDNqMGo0qAllsAIB&sourceid=chrome&ie=UTF-8

Sandra Cristóvão⁸, de 24 anos de idade, trabalhadora/estudante e residente em Lisboa, diz que; se mudar agora para uma rede menos curiosa, logo menos intrusiva e os meus amigos e comunidades às quais pertenço não o fizerem, vou relacionar-me com quem? A quem mostro as minhas fotos e “*stories*”? Muitos dos meus amigos já estão habituados a que lhes mostre diariamente o que janto, onde vou e o que compro”. Já Luís Vicente, estudante e nascido há 19 anos na cidade de Guimarães, é perentório, “deixar por uns tempos as redes sociais? Não é uma ideia que me agrada, não nasci para estar sozinho no mundo e tenho a certeza de que me iria custar muito”. Será então a rede social WhatsApp intrusiva? Talvez, mas tem dois mil milhões de utilizadores.

Provavelmente, a Sandra Cristóvão e o Luís Vicente não passam de meros produtos que são usados pelas plataformas digitais e como tal, não sairão das prateleiras, enquanto forem produtos rentáveis. De alguma maneira se não se pagar por um produto, é porque muito provavelmente se é o produto. Um produto que vai substituindo empatia (e disponibilidade para com o outro), por fofos e sorridentes “*Emoji*”. Talvez se esteja a viver uma nova utopia. Um quimérico mundo onde os mais jovens (mas não só), estão a optar por construir as suas personas de acordo com a forma como são percecionados e assimilados nas redes sociais. Tendo em conta que uma das principais, se não mesmo a principal premissa das redes sociais era desde logo aproximar as pessoas de uma forma que as distâncias reais não o permitiam, há quem contrarie este princípio, afirmando que “somos cada vez menos capazes de nos ouvirmos uns aos outros”, (Sandel, 2024). Provavelmente caminha-se para uma época onde o conceito de Comunidade começa a prescrever.

⁸ Sandra Cristóvão, entrevista realizada a 12 de setembro, 2023

⁹ Luís Vicente, entrevista realizada a 30 de setembro

2.3. Distância entre pares

A propósito, o sociólogo Ferdinand Tönnies (1855 – 1936), deixou-nos entre outras uma obra muito interessante sobre os conceitos de “comunidade” (Gemeinschaft) e de “associação” (Gesellschaft), verdadeiras luzes da sociologia empírica e aplicada, no estudo das alterações das relações nas sociedades.

Tönnies defendeu que nas sociedades modernas, os objetivos pessoais e as relações calculadas e estratégicas, tendem a enfraquecer os principais traços das relações. Segundo o sociólogo alemão, o que distingue a comunidade e a sociedade, é que a primeira, refere-se aos grupos que se vão formando com base numa vontade essencial; representativa do passado, da aldeia e da família.

Para o autor, esta comunidade era orgânica, tinha motivações afetivas e por isso implicava relações familiares. Na segunda, a pertença era sustentada por um fim instrumental; associada à frieza e ao egoísmo da sociedade calculista – mecânica e consequência da modernidade. Refletindo sobre estes dois conceitos de Tönnies, é plausível pensar que possa estar a desenvolver-se uma cada vez maior distância entre pares – não confundir com o já tão popular “distanciamento social”, Pasteur (1822 – 1895)?

2.4. A sedutora servidão das redes

Estarão os utilizadores das redes sociais a tornarem-se pessoas mais inseguras, mais sóis e bastante mais individualistas – não obstante os vários perfis que vão narrando vidas mais ou menos fantásticas? Independentemente da perspetiva que se defenda, seja a dos malefícios da Internet e das redes sociais, seja a da ausência destes na utilização das mesmas, o Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM) ¹⁰, referência médica internacional para os chamados distúrbios mentais, incluiu recentemente na sua lista, o vício da Internet - patologia com implicações físicas e psicoemocionais -, identificando-o como um problema crescente.

Será que se pode defender com alguma sensatez de que são fortes as probabilidades (não só para a chamada geração “*millennial*”), de que se vive hoje uma realidade que obriga a uma constante assimilação de si mesma? Uma realidade que exige uma outra forma de comunicar (provavelmente igualmente admirável), onde os utilizadores passam boa parte do tempo a contactarem-se mutuamente e a criar filtros e narrativas, que validam o quão maravilhosa é não só a sua vida mas também a vida dos utilizadores dos vários ecossistemas aos quais pertencem? Estará o ser humano a transformar-se num misantropo ser infômano? Gonçalo Hall acha que não. O cofundador da *Remote Portugal* e da *Remote Europe*, é, segundo a lista da “*Remote Influencers of 2021*”¹¹, publicada pela *Remote*, o único português presente no restrito grupo dos 25 maiores empreendedores digitais a dar cartas no trabalho remoto. O jovem empreendedor considera que usar a tecnologia disponível para comunicar e para realizar as tarefas profissionais e não só, de forma completamente remota ou não, “não nos torna pessoas mais isoladas ou mais tristes”, (Hall, 2023)¹², enaltecendo até o facto da inexistência um lugar fixo para se trabalhar. “Um nómada digital que pode trabalhar na cidade, no campo, no país ou fora dele está longe de ser ou vir a ser uma pessoa triste e só, muito menos um imbecil.”, (Hall, 2023). Gonçalo dá como exemplo o Projeto Digital Nomads Madeira (PDNM)¹³, uma espécie de “aldeia virtual” situada na Vila Ponta do Sol, no Arquipélago da Madeira que está a atrair jovens de todo o mundo e que segundo Rui Miguel Barreto¹⁴, na altura secretário regional da economia, “colocou a Região Autónoma da Madeira entre os dez melhores destinos do mundo para trabalhar remotamente”, (Barreto, 2021).

¹⁰ Disponível em: <https://www.psychiatry.org/psychiatrists/practice/dsm>

¹¹ Disponível em: <https://eco.sapo.pt/2021/02/25/goncalo-hall-e-o-unico-portugues-na-lista-de-remote-influencers-of-2021/>

¹² Gonçalo Hall, entrevista realizada a 8 de setembro, 2023

¹³ Disponível em: <https://digitalnomads.startupmadeira.eu/>

¹⁴ Disponível em: <https://funchalnoticias.net/2021/02/18/rui-barreto-considera-nomadas-digitais-verdadeiros-embaxadores-da-madeira>

Apesar de tudo parecer ser fantástico e maravilhoso neste mundo da Internet, das redes sociais e do recém chegado tele – trabalho, há investigadores que não duvidam de que se de repente o mundo digital sofresse um verdadeiro “*lockdown*”, durante tempo indeterminado, em poucos meses as pessoas estariam (muito) mais doentes e caoticamente desorganizadas – muito perto do comportamento de um enxame de abelhas perante o fogo. Independentemente das respostas, mais ou menos fundamentadas, há quem defenda de que é hoje indesmentível de que as pessoas que “viverem” sistematicamente nas redes sociais tendem a tornar-se piores pessoas e piores profissionais; por norma, tornam-se pessoas menos saudáveis. Várias dezenas de gestores de redes sociais em todo o mundo afinam pelo mesmo diapasão e, afirmam de que os utilizadores que estão sempre online, tendem a tornar-se pessoas muito pouco lúcidas e muito pouco sadias. Defendem ainda de que os confinamentos experienciados recentemente, exponenciaram a tendência para um certo padrão de tensão e agressividade, e esse comportamento percebe-se facilmente por exemplo no Facebook: a rede mais “povoada” do planeta. Será que os utilizadores (e meros observadores – utilizadores passivos), perceberão que estão sistematicamente a olhar através de um buraco de uma fechadura, e como tal, apenas vêem uma ínfima parte de uma comunidade onde coabitam mais de dois mil milhões de seres humanos e avatares? E que esta inebriante, mas falsa perspectiva de grandeza e de globalidade pode estar a tornar as pessoas bastante mais afirmativas e muito menos reflexivas: correndo estas o risco de se tornarem potenciais inquisidoras? Será então razoável afirmar de que as mais populares redes sociais podem na sua generalidade, ser nocivas para a sociedade? Talvez, se tivermos em conta de que alguns estudos validam que esta espécie de sedutora servidão (voluntária) na qual hoje se vive, está a transformar as pessoas em seres menos sensitivos e bastante mais superficiais do que alguma vez foram.

2.5. A oligarquia do capitalismo 2.0

Serão as redes sociais uma espécie de braço armado da chamada ditadura dos ecrãs, que por sua vez, não passam de um reflexo de nós próprios? Quem não se lembra de Grimhilde¹⁵ e dos seus monólogos com o mítico espelho mágico? Na verdade, a rainha má (como é popularmente conhecida), procurava no seu espelho não só um fantasioso reconhecimento da sua beleza, mas também a tão sedutora e irresistível presunção de superioridade sobre os outros. E talvez esta seja a mais irresistível e perigosa de todas as drogas. A norte-americana Frances Haugen¹⁶, engenheira e gestora de dados e, desde 2021 conhecida como a funcionária arrependida do Facebook - grupo que detém o Instagram e o WhatsApp -, teve os seus 15 minutos de fama quando decidiu ceder milhares de documentos à Comissão de Valores Norte-Americana (SEC), e ao prestigiado The Wall Street Journal (WSJ).

Segundo a Audit Bureau of Circulations¹⁷ (ABC), e considerando as versões impressa e digital, o WSJ tem um alcance diário de 2.1 milhões de leitores. De entre as várias entrevistas feitas a Frances Haugen, pelos principais media norte-americanos e não só, talvez o menos surpreendente do que disse, tenha sido o facto de que o algoritmo do Facebook “está construído para nos vender ódio e fúria”, (Haugen, 2024). Perante esta revelação, alguns dos maiores investigadores e especialistas em redes sociais tentam perceber se o pior destas ágoras digitais está na forma de como estas têm vindo a manipular a natureza humana (mesmo que estrategicamente de forma dissimulada), aproveitando o facto de que por norma, esta se acomoda - assobiando para o lado.

Pode fazer-se um exercício simples. Imagine-se que algures no nosso planeta, o mais anónimo e comum dos cidadãos, publica numa rede social algo sobre a ineficácia das máscaras durante a pandemia do SARS-CoV-2 e que esta sua publicação obtém dez gostos e cinco partilhas. É muito pouco, pensarão talvez alguns. E em termos absolutos é de facto muito pouco. Mas atendendo que se trata de um comum e anónimo utilizador, residente algures no planeta terra, então talvez se esteja perante um universo considerável.

É hoje consensual de que a grande maioria das pessoas que diariamente publicam nas redes sociais obtém sempre algum retorno. No caso de ser uma figura pública, esse retorno poderá quintuplicar. Quando se fala de uma publicação de uma superestrela do cinema, do desporto ou da música, muito provavelmente a questão já só é negócio – a oligarquia suprema do capitalismo 2.0 instalou-se e dificilmente permitirá que a desinstalem. Para além desta visível crescente carência social e económica, aparentemente provocada também pelas redes sociais, talvez se comece igualmente a sentir nos nativos digitais - que somos todos nós -, uma certa orfandade não só comunicacional, ,mas também ideológica, religiosa, e mesmo social.

Muito provavelmente os vários confinamentos recentemente experienciados, aceleraram um perceptível desmoronamento de âncoras até então mais ou menos sólidas, os “laços sociais” de que tanto falava Alexis de Tocqueville (1805 – 1859). “Este desabamento, abre espaço a comportamentos de revolta e desencantamento. As seitas e o populismo são apenas dois exemplos”.(Han, 2017).

Ambos altamente tóxicos ao interesse comum e ao bem-estar das sociedades livres: pensantes e sensitivas.

Se é verdade que (segundo o provérbio popular), a falar é que a gente se entende, não será menos verdade de que nas grandes sociedades digitais (e desenfreadamente digitalizadas) há muito que deixámos de conviver nos cafés, nas coletividades, nos pequenos clubes e associações de bairro, nos mercados, nas paróquias, nos cabeleireiros e até nos bancos de jardim – mesmo que haja quem defenda que para se viver numa cidade moderna e viva, basta que esta tenha uns “graffitis” e alguma “street art”.

¹⁵ Disponível em: [https://en.wikipedia.org/wiki/Evil_Queen_\(Disney\)](https://en.wikipedia.org/wiki/Evil_Queen_(Disney))

¹⁶ Disponível em: <https://edition.cnn.com/2021/10/03/tech/facebook-whistleblower-60-minutes/index.html>

¹⁷ Disponível em: <https://www.auditbureau.org/>

E é perante este “esvaziamento” social (e empático?), que de alguma maneira se impõe a questão; num futuro próximo estarão as pessoas disponíveis e aptas para usarem as . redes sociais em prol de um enorme projeto humanitário?

A realidade que é mostrada (construída e adequada ao contexto) e da qual se gosta de fazer parte. Onde orgulhosamente se existe: mesmo com a consciência de que o pensamento crítico possa eventualmente estar a adormecer. As pessoas encontram-se hoje (ou escondem-se?) nas redes sociais, não para construir pontes, sejam elas reais ou digitais, mas antes para atingirem ferozmente as grandes instituições que outrora ajudaram a construir

2.2.1. É obrigatório garantir que falamos

Já não estamos a comunicar apenas para as pessoas que são católicas. Esse , se calhar, é o maior desafio: nas redes sociais, falamos para toda a gente e, através delas, podemos conseguir evangelizar e chegar ao coração de outras pessoas”, (Seromenho, 2023).

A Igreja Católica é desde há muito e comprovadamente a maior rede de solidariedade social e espiritual do planeta - o Papa Francisco ¹⁸ usa a rede social X -, mas também ela teima em ler e assimilar tarde as novas e fraturantes discussões que vão surgindo nas sociedades contemporâneas e, muitas das vezes através das redes sociais. Assiste-se com alguma passividade a esta severa gentrificação/tristeficação¹⁹ – e respetiva alteração de perfis -, onde as sociedades civis e comunitárias cedem perante gigantescos centros comerciais, condomínios de betão e vidro (verdadeiras colmeias de abelhas solitárias), clínicas (que vendem a eterna juventude) e regeneradores ginásios (viveiros de gente bonita e saudável, mas igual, que de auscultadores nas orelhas, aproveita as pausas entre exercícios físicos, para atualizar as suas redes e, assim ficar a par com o mundo), ou pelo menos a par com a sua realidade.

Na verdade, até John de “Admirável Mundo Novo”, (Aldous Huxley 1894-1963), que atravessa quase todas as páginas da narrativa afirmando que a verdade, mesmo com sofrimento, é sempre preferível a uma vida fácil de prazer e felicidade falsa, perante a oportunidade de enquanto cidadão livre, procurar a verdade, não resiste aos prazeres da vida fácil – o célebre método civilizador que derrotou o “bom selvagem” de Rousseau (1712 – 1778).

Será então utópico sonhar com toda uma nova filosofia de vida na internet, onde a liberdade e os valores democráticos se mantenham como padrão, de forma a evitar esta tão propalada solidão: esta imprevisível queda civilizacional? Talvez não. O popular provérbio acima referido – a falar é que a gente se entende -, e a lapidar frase do físico britânico Stephen Hawking “ *All we need to do is make sure we keep talking*”, (Hawking, 1994) , poderão sempre ser pontos de partida. Quem sabe se ainda iremos a tempo de recuperar outros níveis de comunicação e de conversação?

2.2.2. Os portugueses e as redes sociais

Se olharmos apenas para a língua portuguesa, apesar de segundo o “Novo Atlas da Língua Portuguesa”, em 1656 (reinado de D. João IV) ²⁰, ainda ser necessário um alvará real para obrigar médicos e farmacêuticos a escrever as respetivas receitas em português, sabemos hoje que há no mundo cerca de 290 milhões de falantes de ²¹ português. Segundo a mesma fonte, o português está entre as cinco línguas maternas mais faladas no mundo e entre as cinco línguas mais usadas online. As previsões das Nações Unidas (ONU), apontam para que em 2050 mais de 387 milhões de pessoas falem português e que no final do século, o número possa chegar aos 487 milhões ²². O uso da língua portuguesa nas esferas públicas e privadas dos diversos países onde é falada, é fundamental para o usufruto dos cidadãos dos seus direitos civis, políticos e económicos entre outros.

¹⁸ Disponível em: https://x.com/pontifex_pt

¹⁹ A junção das duas palavras resulta apenas de um estado de alma, provocado pela observação do fenómeno gentrificante

²⁰ Disponível em: https://www.academia.edu/30494504/Novo_Atlas_da_L%C3%ADngua_Portuguesa

²¹ Disponível em: <https://observinguaportuguesa.org/a-falar-e-que-a-gente-se-entende/>

²² Disponível em: <https://news.un.org/pt/story/2023/05/1813707>

Olhando para o mundo digital como hoje o conhecemos – tudo é conteúdo -, onde muito mais do que refletir e sentir, teclar é fundamental, e onde cada vez mais os termos redes sociais e Internet se confundem - quase que deixa de fazer sentido falar da geografia de uma língua. No entanto e, no que às redes sociais diz respeito, e olhando para os números do relatório “Os Portugueses e as Redes Sociais 2022”²² da Marktest, verificamos que o Facebook é ainda a rede social com maior número de utilizadores entre os portugueses, com uma taxa de penetração de 94% do total de utilizadores, surgindo logo a seguir o WhatsApp e o Instagram. O mesmo relatório revela também que os utilizadores mais jovens, nomeadamente com idades entre os 15 e os 24 anos preferem o Instagram (com 94.1% de utilizadores), e o WhatsApp (com 93,2% de utilizadores), ficando assim o Facebook pelos 89,4 de utilizadores. A Marktest, revela ainda que o número de utilizadores em Portugal quase triplicou desde o início da década passada e que por esta altura, cerca de 6 milhões de portugueses utilizam redes sociais - sendo Portugal um dos países do mundo onde mais tempo se passa nas mesmas.

Olhando então para estes reveladores (e talvez pouco encorajadores) números, surgem desde logo duas questões. A saber; conseguiremos unir vontades no sentido de começarmos a teclar menos, e paralelamente com menos agressividade e com mais ponderação? E simultaneamente teremos o engenho de olhar de novo para princípios quer de inviolabilidade, quer de autonomia e, fundamentalmente refazer o nosso entendimento acerca do que é afinal esta coisa (quase prescrita) a que chamamos dignidade humana?

As vozes mais otimistas têm respondido afirmativamente, embora realcem de forma muito clara os enormes constrangimentos edificados pelas redes sociais, e também a forma como (cada vez mais), os utilizadores as vão alimentando e normalizando – 24 horas sobre 24 horas. O Relatório “Digital Portugal 2022”²⁴, revela que as redes sociais dominam a preferência dos jovens portugueses, e cerca de 85% da população é utilizadora ativa da Internet.

²³ Disponível em: <https://www.marktest.com/wap/a/n/id-2909.aspx>

²⁴ Disponível em: <https://invoicexpress.com/relatorio-digital-portugal-2022/>

Ou seja, mais de oito milhões de utilizadores usam a Internet com frequência – sendo que cerca de 60% o fazem nas redes moveis e 12% nas redes fixas. Dito de outra maneira, pode estar a caminhar-se para um mundo muito menos multissensorial, onde um comportamento e uma comunicação não verbal (ainda que de difícil assimilação), – seja cada vez mais aceite e validado. Mas se por um lado esta probabilidade está eventualmente a causar um enorme impacto negativo na vida dos mais jovens, por outro pode estar a tornar-se o abrigo e o escapismo perfeito para os que são mais tímidos, mais inseguros e introvertidos e, que vêm nas relações sociais (presenciais), um problema muitas vezes incontornável e de difícil resolução. Segundo dados disponíveis *online*, estes (as) jovens substituem tendencialmente as relações sociais pela tecnologia – procurando assim uma sensação (ainda que virtual), de maior segurança e de níveis de autoestima e de confiança mais estáveis. Com o passar do tempo e com um maior domínio nas redes sociais, a autoaceitação torna-se mais fácil para jovens com este perfil. Ganham competência social na esfera digital e, por isso vão-se ligando menos à sua vida, e muito mais às vidas dos outros.

2.2.3. O (falso) anonimato

Será um perfil falso sinónimo de anonimato?

Os jovens (a quem sistematicamente as gerações mais velhas pedem para assumir o futuro do planeta), ainda que ilusoriamente protegidos por um ecrã (e por um ou mais perfis falsos), talvez porque só assim se sentem realmente seguros e confiantes, estão impreterivelmente a afastar-se (mesmo que lentamente), do mais elementar dos propósitos do ser humano: a faculdade de sentir. “A indiferença pode ser tentadora”²⁵, (Elie Wiesel, 1928 – 2016). Não há hoje grandes dúvidas de que as redes sociais alteraram profundamente os conceitos Internet e World Wide Web.

“É preciso furar as bolhas para criar uma experiência democrática compartilhada”, (Sandel, 2020).

²⁵ Disponível em: <https://blog.sefer.com.br/os-perigos-da-indiferenca/>

Talvez não seja por acaso, ou melhor, nunca será por acaso que o todo-poderoso Mark Zuckerberg lembre sempre que lhe é útil, que o Facebook não tem nem deve ser o árbitro da verdade de tudo o que as pessoas escrevem nessa rede social. Talvez porque Zuckerberg – que gasta 27 milhões de dólares por ano na sua segurança e na da sua família -, tem a colaborar consigo, alguns dos melhores neurocientistas do planeta, com um objetivo muito claro. Alguns dos maiores críticos de Zuckerberg não hesitam em afirmar de que o seu principal objetivo passa por tentar subverter as ciências neurológicas, abrindo assim espaço para tornar as redes sociais e as aplicações cada vez mais aditivas. Se a esta realidade se juntar uma outra (a dos números), então tudo poderá ficar ainda mais assustador.

É que segundo a META, empresa que detêm as redes sociais Facebook, Instagram e WhatsApp, a cada vinte minutos do tempo real, são partilhadas cerca de um milhão de ligações, fazem-se vinte milhões de pedidos de amizade e simultaneamente trocam-se cerca de três milhões de mensagens. Não só mas também por causa destes números, esta questão deveria estar no centro da discussão pública? Talvez sim, mas não está e, (incompreensivelmente) continua a ser considerado um quase não assunto. Talvez porque quem toma decisões dentro dos grandes impérios que gerem as poderosas redes sociais, sabe que pode estar perante um verdadeiro ovo de colombo: a fantástica impunidade do (falso) anonimato. E é este (falso) anonimato que continua a permitir e a alimentar a proliferação online de julgamentos públicos, ameaças de morte e de violação, de discursos de ódio, e de anti-minorias. Os arautos populistas agradecem.

2.2.4. Mimetismo das redes sociais

O psicólogo e professor norte-americano John Haidt ²⁶, é autor de alguns estudos que nos mostram que a partir de 2009 - ano em que as redes sociais chegaram aos smartphones –, se deu um enorme aumento de episódios de automutilação e suicídio; principalmente em jovens do género feminino

²⁶ Disponível em: <https://cnnportugal.iol.pt/jonathan-haidt/psicologia/como-os-telemoveis-estao-a-matar-as-nossas-criancas-e-o-que-podemos-fazer-para-evita-lo/20240428/662a36abd34ebf9bbb3cd23a>

Apesar dos frequentes debates nos *Media* sobre o impacto - real e poderoso -, das redes sociais na vida dos (das) jovens, talvez estes (as) continuem a fazer-se (erradamente) com adultos a mais e com jovens a menos. As redes sociais, onde no princípio apenas se existia, passaram a ser parte vital da vida de todos nós, instalando-se e ramificando-se para ficar e, por isso são hoje parte integrante das sociedades, independentemente das suas funcionalidades, objetivos e geografias. Quando se pensa no desejo mimético proposto por René Girard (1926 – 2015), é mais fácil inferir de que os variadíssimos palcos que as redes sociais proporcionam, não só convidam a um ilusório estrelato, como também apelam à exibição pública de todos para todos.

Ao estudar as obras de Lev Tolstói, Miguel de Cervantes e William Shakespeare entre outros, René Girard concluiu que apesar da distância geográfica que separava os autores, estes tornavam-se muito próximos em relação a determinadas matérias na sua escrita, nomeadamente, na compreensão da natureza humana. Assimilado o mimetismo intrínseco ao ser humano, Girard sistematizou a ideia e, desenvolveu a triangularidade do desejo – uma pessoa deseja determinado objeto porque percebeu que uma outra pessoa deseja o mesmo objeto. O problema surge a partir do momento em que há apenas um objeto para duas pessoas.

O ser humano não deseja de forma autónoma, não é livre para desejar o que quer, quando quer e de que forma quer. Sendo o ser humano mimético, deseja de forma alheia”, (Girard, 2018).

Talvez uma das principais características do mimetismo humano seja o facto de estarmos sistematicamente a desejarmos ser alguém que não somos; a desejarmos ser alguém que gostaríamos de ser. E talvez essa característica (junta com outras), leve a que o ser humano passe grande parte da vida a partilhar sonhos, intenções e desejos. A partir do desejo, a imitação de utilizador para utilizador (que gera rivalidade e competição), transforma-se num ciclo ininterrupto e vorazmente alimentado; o desejo de ser o outro está automática e implicitamente presente. Desta forma e num ápice, as redes tornaram-se duplamente miméticas - ao serem cada vez mais programadas para criar e intensificar por um lado o desejo, e por outro, o contágio por imitação.

Paradoxalmente, a razão (imitativa) que tanto aproxima as pessoas, também as afasta.

A natureza produz semelhanças. Basta pensarmos no mimetismo. É, porém, o homem que possui a mais elevada capacidade de produzir semelhanças. Talvez o homem não possua mesmo nenhuma faculdade superior que não seja condicionada pela faculdade mimética”, (Benjamim, 2012).

Se uma das leis da atração nos diz que o sucesso atrai mais sucesso, então será igualmente razoável pensar de que a popularidade atrai mais popularidade. E no caso dos utilizadores portugueses, é quase unanimemente aceite de que a popularidade está sempre com níveis elevados, tendo em conta não só os quase novecentos anos de história da nação, mas também o enorme sucesso da época dos grandes descobrimentos. Estes dois fatores garantem aos utilizadores portugueses uma popularidade e uma segurança quase inquebráveis – que lhes permite navegar com tranquilidade nas diferentes redes sociais

2.3. O Influencer

E foi precisamente à boleia da popularidade (só porque se aparece), que surgiu uma figura hoje tão enraizada nas redes sociais: o “*influencer*”. Que dita decisões de compra, hábitos e estilos de vida que por sua vez são adotados pelos seus seguidores: os persuadíveis. Os “*influencers*” mais bem-sucedidos cultivam e alimentam um relacionamento aparentemente próximo com os seus seguidores com o objetivo de conseguir sempre mais seguidores. Estes por sua vez, tornam-se num produto que gera mais sucesso, mais popularidade e maiores lucros para o “*Influencer*”.

The concept of "influencer" has been an integral part of the fashion and retail industry over the last few years, and it has developed alongside the industry's growing digitalization. Influencers have played a significant role in affecting ongoing trends and customers' purchasing decisions for years by using their status and power of influence. By collaborating with influencers, businesses have a chance to market their products in a way that is not possible through traditional marketing strategies. With the advancements in digital technology, the industry is currently observing the emergence of a new trend: the rise of virtual influencers, (Thadhani, 2023).

Por seu lado os seguidores sentem que fazem parte da vida do seu “*Influencer*” - que são amigos -, que são pares. Segundo os últimos números revelados pela Meta, todos os meses mais de mil milhões de utilizadores do Instagram, mostram o que comem, o que vestem, onde estão e onde vão. O objetivo principal destas narrativas é mostrar quem são e como vivem.

Os mesmos números revelam também de que existe um outro grupo deste enorme universo que cria narrativas no sentido de mostrar o que desejam vir a ser no futuro e como pretendem consegui-lo. Todos (as) desejam criar relacionamentos de proximidade - e não laços ou compromissos de amizade -, com todos (as). E todos (as) o querem fazer com as marcas e todas as marcas o querem fazer com quase todos (as). A validação digital é um sonho comum, que pode ser conseguida através de gostos, comentários, partilhas, número de seguidores e número de contratos com as marcas. De cada vez que alguém publica algo, independentemente da linguagem e do tipo de comunicação usada, está também a usar o poder do escapismo - regra geral mostra-se a pretensa vida melhorada; plena de coisas boas. Mas este comportamento em si mesmo, remete desde logo para uma questão; até quanto (sejam os custos de ordem financeira, ética ou moral), estarão os milhões de utilizadores dispostos a pagar para conseguir manter esta admirável (e desejada por outros) vida digital?

Criada uma ou mais vidas digitais – com perfis diferentes -, com a edição de fotos, perfis elegantes, dentes brancos e alinhados, qualquer ser humano por mais anónimo que seja, pode produzir várias e felizes realidades: pode sonhar. É que também nas redes sociais se pode pensar (publicar) e logo ser. A velocidade com que hoje o conhecimento é difundido e partilhado, não permite grande margem de reflexão, de forma a assimilar (de preferência com algum pensamento crítico e inteligência emocional), sobre as várias matérias e conteúdos que diariamente e a todo o instante se encontram. Ler um texto (grande parte das vezes de um só fôlego) e ato contínuo, reagir e partilhar, começa a ser prática comum. E ao fazê-lo, (ainda que inconscientemente), valida-se o conteúdo em si e simultaneamente renova-se a confiança virtual na pessoa que fez chegar o mesmo. E isto é igualmente válido para quem recebe os vários conteúdos que partilhamos: somos do mesmo modo virtualmente confiáveis. Ao constatar este novo mundo e estas novas formas de comunicação e partilha - por vezes não tão inovadoras quanto somos levados a pensar -, as grandes e médias empresas reajustaram-se e reajustaram a sua comunicação e, alicerçaram-na na Intranet, na internet, nos e-mails, e noutros tantos recursos tecnológicos.

As inúmeras reuniões *online* entre colaboradores e entre estes e os clientes são apenas dois exemplos. Num estalar de dedos, a chamada comunicação tradicional (sanguínea) tornou-se desnecessária e, incrivelmente obsoleta e quase inútil: coisa do passado. Com este reajustamento global na forma de comunicar e partilhar, os (as) “*influencers*”, verdadeiras estrelas das redes sociais, perceberam que têm a capacidade de influenciar hábitos e estilos de vida dos seus seguidores. Cultivando e alimentando uma “relação” de proximidade com os mesmos, levando-os a sentir isso mesmo – que são próximos, que contam. Esta “relação”, para além de cimentar uma falsa perceção de que os (as) “*influencers*” tornam as suas escolhas e as suas decisões menos complexas por um lado, e as suas vidas mais fáceis e mais divertidas por outro, (com resultados aparentemente fantásticos), está a levar os (as) jovens seguidores (as) a adotarem comportamentos diários não só de consumo, mas também de vida social desajustados, que não sendo bem os seus, são de alguém que seguem: que admiram.

Em 2023 os (as) “*influencers*” *mais bem-sucedidos* (já é uma das profissões mais lucrativas do séc. XXI) ²⁷, deixaram de olhar para as redes sociais como a maioria dos seus utilizadores. Ser “*Influencer*” é hoje um emprego feito de publicações feitas ao longo de 24 horas, e nesta relação entre o (a) “*influencer*” e o (a) seguidor(a), há algumas evidências que importa realçar. Desde logo, a quantidade de informação (positiva) e as infindáveis torrentes de conteúdos interessantes disponibilizados que permitem aos seguidores (à escala global) alargar quer os seus conhecimentos, quer os seus interesses pessoais e coletivos. Independentemente do perfil dos (as) seguidores (as), está comprovado de que se estes (as) estiverem durante uma boa parte do tempo que estão *online*, expostos (as) a conteúdos de informação e entretenimento não tóxicos, tornam-se pessoas mais sabedoras e mais atentas ao mundo real.

²⁷Disponível em: <https://www.bbc.com/worklife/article/20230919-influencing-can-be-a-high-earning-career-why-dont-we-take-it-seriously>

Sabendo que para além do lucro, a rede social luta ferozmente para que os utilizadores (as) passem todo o tempo disponível nela e, com ela, então talvez os melhores e mais bem-intencionados “*influencers*” (cada vez mais requisitados pelos grandes impérios comerciais), venham a ter um papel mais interventivo e positivo no desenvolvimento emocional e pessoal das gerações mais jovens. Sem prejuízo do objetivo principal - o modelo de negócio -, é inegável de que um elevado e muito satisfatório número de “*influencers*” dissemina um grande número de mensagens e conteúdos vários que propõem comportamentos salutareis e práticas sustentáveis aos seus (as) seguidores (as) - e estes (as) por sua vez, reproduzem-nos quer com a sociedade onde estão inseridos, quer com as suas comunidades digitais. Os hábitos alimentares saudáveis, o exercício físico e as boas práticas ambientais, mas também a consciência política - a importância do voto -, ou a sensibilização para questões mais complexas como o racismo, a xenofobia e a homossexualidade entre outras, são excelentes exemplos.

2.3.1. *Geração ansiosa*

“O hábito é o grande guia da vida humana”, (Hume, 2016). Apesar da popularidade, do incremento e, do conseqüente impacto dos (as) “*Influencers*” no quotidiano mais real – é atualmente uma das profissões mais ambicionadas pelas gerações mais jovens-, não se pense de que tudo são rosas na vida destes (as) líderes digitais. Longe disso. Alguns dos (as) mais populares “*Influencers*” nacionais afirmam de que no princípio, quando começaram a perceber que o que faziam ou diziam tinha impacto na vida das pessoas e, de que ainda lhes pagavam por isso, era fantástico. Mas que com o tempo tudo se torna muito menos prazeroso. Se não vejamos. Um Influenciador (a) que tenha um considerável número de seguidores tem que obrigatoriamente mostrar/criar momentos da sua vida, quase desde a hora que se levanta, até quase ao momento em que se deita. Tendo em conta o número de influenciadores (as), (que continua a crescer a uma velocidade frenética), a preocupação para ser mais criativo, mais popular e mais diferenciador, pode facilmente ganhar contornos de obsessão. As redes sociais, através de algoritmos plantam nos (as) influenciadores (as) uma perceção de que para se ser realmente relevante é necessário publicar com periodicidades não muito espaçadas entre si no tempo e no espaço.

Há quem defenda que manter bons “scores” de engajamento pode levar a uma silenciosa exaustão mental e, paralelamente a uma enorme desilusão quando os objetivos pretendidos não são conseguidos. Mas as coisas podem piorar e muito para os (as) influenciadores (as), quando confrontados (as) com os comentários quer dos seus seguidores (as) – que não poucas vezes podem ultrapassar a sensatez e a razoabilidade -, quer dos chamados “haters” - assim são conhecidos os utilizadores (as) das redes sociais que as usam apenas para odiar. Segundo a Criadores ID, empresa de formação profissional e consultoria nas áreas das tecnologias de Informação e Comunicação em Portugal e Africa, os (as) jovens influenciadores (as) no Brasil são obrigados (as) a gerir diariamente uma pressão equivalente à que sente um piloto de Fórmula 1, numa sessão de treinos.

A mesma empresa, revela que essa pressão diária, pode provocar grande níveis de ansiedade e de stresse que por vezes culminam em determinados tipos de depressões. Um estudo também realizado pela Criadores ID, revela que 22% dos influenciadores mais populares do Brasil, sofrem de transtorno de ansiedade. Cerca de 6,4% foram diagnosticados com quadros de depressão e cerca de 2,5%, já sofrem de Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade (TDAH) ²⁸. Numa perspetiva digital, podemos afirmar que se caminha para uma realidade em que o algoritmo de uma rede social – em permanente mudança e reajustamento -, é que decide o que é ou não relevante. Logo, o (a) influenciador (a) torna-se também um (a) refém das redes sociais. Então, se é o algoritmo a decidir a relevância de um conteúdo, provavelmente os (as) influenciadores (as), sentem constantemente a necessidade de saber que tipo de conteúdo está a ser valorizado num dado momento ou num determinado contexto. Esta realidade, pode significar que o (a) “influencer” ao criar um conteúdo, já está de alguma forma (mesmo que inconscientemente), a ser condicionado (a), no sentido de publicar algo que vá ao encontro do que o algoritmo pede. Complexo ou nem por isso?

²⁸ Disponível em: <https://ebaconline.com.br/blog/influencers-saude-mental>

2.4. In social media we trust

Todos os sonhos são realizáveis. Nas redes sociais, tudo se compra e vende para as redes sociais. Desde “vidas” (para todas as idades), com catálogos de perfis pessoais e profissionais mais adequados, até a números de seguidores, de gostos, e de partilhas, sem esquecer os populares “*packs*” de comentários favoráveis ou desfavoráveis.

Eis alguns exemplos que só por si são merecedores de profunda reflexão.

A venda de injeções de Botox, duplicou nos últimos cinco anos, alcançando quase oito mil milhões de dólares em 2023. Em 2017, o número de vendas não chegava sequer aos quatro milhões. Entenda-se por injeções de Botox, o enchimento sintético da pele, para por exemplo atenuar áreas com rugas, ajustar contornos maxilares, ou encher lábios.

A pensar nos jovens que têm menos capacidade monetária, existem alguns mercados paralelos como o chamado “*Botox Low Cost*”

A revista médica *Jama Facial Plastic Surgery*, da *American Medical Association*, publicou em 2017 um artigo intitulado “*Selfies: Selfies-Living in the Era of Filtered Photographs*”. Segundo esta publicação, a perceção da grande maioria das pessoas relativamente à beleza está definitivamente alterada, já que a norma são os filtros e as edições das fotos.

O *Adobe Lightroom* (Software de edição e arquivo) remove tudo o que seja desagradável no corpo e na roupa.

De acordo com o *American Society of Plastic Surgeons*, a Lipoinjeção foi a cirurgia com maior crescimento em 2018 – esta intervenção implica a aspiração de gordura do estômago ou das coxas e injetá-la nas nádegas. O objetivo é obter um corpo “exigido” por algumas Redes Sociais.

Em maio de 2017, a Real Sociedade para a Saúde Pública do Reino Unido, revelou que a rede social Instagram é a mais perigosa aplicação para a saúde mental dos jovens²⁹.

²⁹ Disponível em: <https://www.rsph.org.uk/about-us/news/instagram-ranked-worst-for-young-people-s-mental-health.html>

Fundamentalmente porque os seduz a compararem - se aos modelos profissionais, provocando assim, entre outros problemas, ansiedade extrema. Apesar de ser já uma realidade cada vez mais enraizada nas faixas etárias mais jovens, o assédio cibernético tarda em não ser seriamente discutido e combatido. E talvez por isso, o movimento *#nofilter*³⁰ surgiu quase de forma espontânea, quando algumas celebridades do cinema, da música e do desporto começaram a pedir aos fãs dos filtros (seguidores e não só), para abandonarem o uso dos mesmos. Pura e simplesmente porque a ânsia pelo belo e pelo saudável estava a causar um enorme e muito negativo impacto na saúde física e mental dos (as) mais jovens. Com mais ou menos filtros, a verdade é que estas e outras tantas características do admirável mundo das redes, estão a obrigar um número cada vez maior de utilizadores (as) - mas também de influenciadores (as) -, a fazerem pausas periódicas das redes sociais, de forma a preservar a sua saúde mental: e física. Afinal, há mais vida para além de comparar, ansiar e desesperar. Por estranho que pareça há ainda um enorme desconhecimento à volta do verdadeiro impacto das redes sociais nas sociedades contemporâneas. Apesar desta dualidade entre o que se sabe e o que ainda se está a descobrir, não devemos nunca ter dúvidas quanto ao principal objetivo das redes sociais: o lucro.

Capítulo III

3.1. Estará o algoritmo a redesenhar a democracia?

O lucro está sempre no início, no meio e no fim do principal objetivo de uma rede social. Apesar das inúmeras dúvidas que diariamente são trazidas para os vários grupos de reflexão, sejam estes realizados em modo presencial ou virtual, com estudos mais ou menos sustentados, há realidades que vão sendo descodificadas com alguma facilidade. E uma das mais assustadoras é sem dúvida saber que os tão populares algoritmos, uma espécie de estratégias da otimização, trabalham com uma eficácia e prontidão vertiginosas e sempre com um único propósito. O de desvendar não só a atividade dos milhões de utilizadores das redes sociais, mas também registar todos os seus passos diários; as suas principais preferências.

³⁰ Disponível em: <https://idioms.thefreedictionary.com/%23no+filter>

Depois de traçado o perfil destes, (e tal como no efeito boomerang), os dados são recebidos, analisados, tratados e devolvidos., A partir daqui, os algoritmos iniciam uma gigantesca seleção de conteúdos que agrupados, irão aumentar exponencialmente a possibilidade de os utilizadores acederem sistematicamente a páginas patrocinadas, a lojas online, e a potenciais parceiros comerciais - normalmente do seu agrado. Esta é já uma “praxis” reconhecida e aceite pelos utilizadores, por exemplo, nas plataformas que fornecem serviços de “*streaming*” de música, podcast e vídeo. Correndo o risco de quebrar algumas regras académicas, é-me muito difícil deixar de pensar de que hoje fazer música é cada vez menos um ato de inspiração e criação artística (por vezes divina), capaz de exaltar e apaixonar quem a faz e quem a ouve .

A música tende a tornar-se uma mera ferramenta de companhia – muitas vezes servindo apenas e só de pano de fundo -, isenta de sentimento e de sonho. Eu que até prova em contrário considero a música o maior indutor de emoções, não estou muito confiante no futuro. O algoritmo impõe a sua lei da previsibilidade gerando infinitas listas de conteúdos áudio e vídeo de acordo com as principais preferências dos utilizadores, criando efeitos de bolhas de dimensões ainda por calcular. Previsibilidade significa eficiência, e esta por sua vez proporciona mais vendas e mais lucro.

A ideia de que é o algoritmo quem mais ordena, será provavelmente um dos maiores atos de violência (e de manipulação) das redes sociais. Os seus utilizadores são automaticamente condicionados de maneira a chegarem mais tarde (ou quase nunca), a uma maior diversidade de conteúdos e de conhecimento – alguns deles, fundamentais para a solidez do pensamento crítico.

Estes automatismos aumentam fortemente a probabilidade de os utilizadores começarem a alinhar por discursos e perspetivas polarizadas e, perigosamente tendenciosas.

Há tanto talento neste meu álbum, tantos estilos de música, que isso quebra o algoritmo.

Atualmente, o algoritmo diz-nos que temos de fazer RAP desta forma, que tem de soar assim, mas eles não te dizem como na realidade dever ser feito. A cena é que o meu algoritmo vai dar-te uma sensação, não um som.”, (*Dogg, 2021*).

É hoje um dado adquirido de que nas redes sociais, se pode dizer ou escrever quase tudo sobre os mais variados assuntos e, normalmente sem grandes consequências. Acresce a esta alarmante realidade, o fato de que a grande maioria dos utilizadores, não pensa sequer no impacto negativo e, às vezes irreparável que as suas publicações podem causar na vida de terceiros. E por isso vamos sendo cada vez mais alertados para estas difíceis questões, através de inúmeras campanhas de sensibilização que apelam não só à tolerância, mas também aos direitos, deveres, liberdades e diferenças de cada um. E se tomarmos como verdade de que o mundo virtual não é mais do que uma manifestação do que se passa na vida real, então o que vemos acontecer nas redes sociais deve preocupar-nos seriamente.

Os discursos de ódio e intolerância espreguiçam-se tranquilamente nas redes sociais e têm cada vez mais praticantes e seguidores. “O algoritmo descobriu os nossos segredos - e, depois, virou-nos uns contra os outros.”, (Harari, 2024).

3.2. Mentir é inconcebivelmente fácil

É hoje muito simples criar e partilhar verdades (*News*) e inverdades (*Fake News*) sobre cada um de nós e de todos ao mesmo tempo. É cada vez maior o terreno fértil para semear teorias da conspiração que em alguns casos resultam em verdadeiros movimentos e tendências altamente tóxicas, que lentamente vão contaminando sistemas livres e democráticos.

Há muitos anos que nos debatemos sobre o que é real. Os factos objetivos podem ser considerados notícias falsas e agora os vídeos objetivos serão considerados falsificações profundas, e as falsificações profundas serão tratadas como realidade”.(Farid, 2024).

Tome-se como o exemplo o que aconteceu no início do mais recente conflito Israelo-Árabe. Nas primeiras quarenta e oito horas após o ataque do Hamas a Israel, as redes sociais foram ferozmente inundadas por uma devastadora quantidade de desinformação e violentas imagens falsas – trabalhadas e manipuladas -, e misturadas com imagens reais de anteriores conflitos. Jogando com o fator surpresa e com o choque, e ainda com a incapacidade de resposta imediata – oficial e bélica -, de quem é brutalmente atacado, o invasor aproveita esse vazio temporal que permite uma gigantesca e avassaladora proliferação de todo o tipo de narrativas falsas,

há muito preparada pela máquina propagandista de quem atacou. O movimento anti vacina Covid-19, que emergiu durante o megaprocessamento nacional de vacinação, é igualmente bem representativo de como funciona uma (bem) organizada campanha de desinformação – e no caso desta, mesmo depois da Organização Mundial de Saúde (OMS)³¹ ter afirmado e comprovado de que as vacinas evitam cerca de dois a três milhões de mortes por ano. Sendo as redes sociais naturalmente divisionistas, os seus utilizadores tendem a adotar uma posição clara e por vezes extremista. Assistem aos mais diversos conteúdos e partilham-nos com a mesma facilidade com que se partilha um evento desportivo. E quando o fazem, quase sempre já decidiram se o que vêm é ou não verdade e, de que lado estão, esquecendo-se de que enquanto utilizadores ativos das redes sociais, quanto mais cansados se sentem, mais vulneráveis, e mais disponíveis estão – ainda que involuntariamente -, para validar e partilhar conteúdos falsos. A fadiga digital não é claramente sinónimo de pensamento reflexivo, e também por isso, o futuro parece não ser muito risonho.

Segundo o ensaio “ *The Supply of Disinformation Will Soon Be Infinite*” ³², de 2020 e assinado pela investigadora e escritora Renée DiResta, num futuro muito próximo, a propagação de mentiras nas redes e nos media, sejam elas texto, imagem ou vídeos, será um processo inconcebivelmente fácil. Tendo em conta a acutilância e a importância do ensaio, o mais surpreendente é que a autora assume que o escreveu com a colaboração do popular *Generative Pre-trained Transformer 3* (GPT – 3).

A caça às bruxas ilustra bem o lado negro de se criar uma esfera de informação. À semelhança das discussões rabínicas do Talmude das discussões escolásticas da Bíblia, a caça às bruxas foi alimentada por um mar de informação que não parou de se expandir e que, em vez de representar a realidade, criou uma realidade, (Harari, 2024, p.143).

Sem qualquer intenção de discutir a arquitetura das redes sociais, é hoje pacificamente aceite de que o seu desenho fomenta não só a instigação pura e crua da notícia falsa como ainda a premeia; partilhando-a.

³¹ Disponível em: <https://news.un.org/pt/story/2016/04/1548441>

³² Disponível em: <https://www.theatlantic.com/ideas/archive/2020/09/future-propaganda-will-be-computer-generated/616400/>

É também relativamente consensual, de que cada vez que alguém publica ou partilha algo, está não só a usar um enorme poder de influência, mas também e de alguma maneira, a escudar-se numa tranquilizadora evasão. As redes sociais – que atuam em contexto -, há muito que deixaram de ser ágoras digitais para se transformarem em verdadeiros coliseus de ódios e paixões, de raiva, de medo e de vaidade. Refletir e questionar sobre o que se vê e ouve, tende a transformar-se com relativa rapidez numa memória (quase consolidada), de um passado, ainda que recente. E perante esta ideia, qual será então o próximo passo?

Passo esse que segundo um grupo cada vez maior de investigadores, poderá vir a ser de uma relevância semelhante à do primeiro passo na Lua, dado pelo professor e astronauta norte-americano Neil Armstrong. Redesenhar e regulamentar as redes sociais em conjunto com as novas gerações, (independentemente da raça, do género e da religião destas), ou repensar a democracia? Convenção complexa e frágil (continuadamente ameaçada) e, sistematicamente condicionada pelas circunstâncias e costumes, mas também pelas instituições e líderes políticos mundiais. Por muito estáveis que possam aparentar ser, as democracias (enquanto regimes políticos), podem não resistir muito mais, perante um sistema onde cada vez mais a esfera pública tende a redesenhar-se com gente que grita (e mente com a sua verdade para um enorme vazio), que não está disponível quer para construir pontes solidárias (com várias e diferentes vias para o futuro), quer para se sentar e discutir democraticamente sólidos consensos sociais.

3.2.1. *Quem somos (e quem fomos)?*

Não é hoje difícil fundamentar com relativa segurança, de que um dos maiores desafios da humanidade estará muito provavelmente em reajustar-se a esta complexa, inevitável e irreversível rutura que a cada instante o universo digital vai provocando no mundo analógico. Rutura essa que como se sabe, vem provocando um desligamento de um infindável número de pessoas que não reúne (ainda) nem competências nem ferramentas que lhes permita ter acesso à digitalização do mundo. O sol quando nasce é efetivamente para todos, mas o mundo digital ainda não. Olhando para esta indesmentível constatação, eis que surge uma outra questão.

Não estará também a tão desejada e propalada inclusão digital a provocar uma auto segregação? Sendo a Internet o maior agregado de redes de comunicação à escala planetária, são diversos os estudos que mostram que quanto mais digitais nos tornamos, mais nos distanciamos do mundo real, correndo, o perigo (entre outros), de caminharmos a passos bem largos para uma vida muito menos sensível. Ou seja, com mais e melhor atitude digital, mas com muito menos disponibilidade para o envolvimento: para o compromisso com a causa humana - sem tempo analógico para estar olho no olho com outro. À boleia deste encantamento digital, o Instagram tornou-se na maior máquina de fazer celebridades, sem precisar sequer dos célebres quinze minutos há muito profetizados por Andy Warhol.³³ “O pensamento individual é reprimido e a tecnologia constitui um instrumento de uniformização cultural e de pensamento”, (Brandbury, 2022).

Mesmo que a percepção de quem somos, não passe de uma ilusão, não temos dúvidas de que em contexto de vida real há muito pouca coisa que conseguimos controlar.

Em contra-a-partida, em contexto de selfie conseguimos controlar e alterar quase tudo. E aos poucos, esta realidade começa a trazer para a luz, mais uma discussão que não se prevê nada fácil e que pode inclusivamente começar a ganhar contornos filosóficos. Afinal, quando um jovem ativo nas redes sociais decide expor-se e publicar conteúdos sobre o seu passado, está efetivamente a referir-se a que passado?

Ao da sua vida real, que pode ser muito pouco interessante para si e para os seus seguidores, ou ao que o próprio foi vibrantemente criando nas várias redes sociais? Se tivermos em conta de que a noção de quem somos (e quem fomos) é dinâmica e construída para nos servir num determinado momento da nossa vida, ambas as questões serão pertinentes. Quer para o (a) jovem que as publica, quer para quem vê as suas publicações. O que conta é o agora - o imediatismo e claro, o mediatismo. Se vemos, acreditamos, se não vemos duvidamos. “Uma imagem do mundo não significa uma imagem do mundo, mas o mundo concebido e entendido como uma imagem”, (Heidegger 1977, pp 115-154).

³³ Disponível em: <https://www.riseart.com/article/2396/andy-warhol-quotes>

Tomé, o incrédulo duvidava até ver - e esta é tendencialmente a cultura das redes sociais. O conceituado artista visual e professor nova iorquino Nicolas Mirzoeff defende que “mais do que acreditar, ver é hoje o grande modelo de negócio – mesmo para o que à partida não é em si visual”, (Mirzoeff, 2015).

Sabemos e vemos hoje tudo o que necessitamos de saber e de ver, mas é inegável de que também sabemos e vemos tudo o que provavelmente não queríamos ver nem saber. Talvez as redes sociais se estejam a tornar num lugar onde não queremos estar permanentemente, mas onde inevitavelmente acabamos por voltar.

3.2.2. “*Is This the Real Life?*”, (Queen, 1975).

Provavelmente, a frase da icónica canção da banda britânica Queen³⁴, seja hoje a verdadeira pergunta de um milhão de Bitcoins. De uma forma mais ou menos capeada, as redes sociais estão constantemente a atualizar um padrão comportamental de comunicação entre os seus utilizadores. Por muito solitário que se sinta, um (a) jovem (ou menos jovem) utilizador (a), está hoje ligado (a) através das redes sociais a outros (as) inúmeros (as) utilizadores (as), e aos mais variados sites: em todo o lado e ao mesmo tempo. A cada volta ao relógio que o ponteiro dos minutos completa, ele (a) pode estar num determinado país, a participar numa festa que está a acontecer na casa do vizinho do prédio da frente, e simultaneamente noutra, que se realiza num outro continente do planeta.

Ao mesmo tempo pode verificar rapidamente a meteorologia, o estado do trânsito e as notícias do dia. E tudo isto pode ser experienciado enquanto leva o irmão (a) mais novo (a) à escola ou passeia o cão no jardim, por entre introvertidos bons dias e velados olhares a quem passa. Durante este rápido e fantástico processo e, sem estruturar muito do que vê, ouve e lê, tende a partilhar inúmeras frases curtas (normalmente muito positivas) e “*memes*” com amigos (as) e, muito provavelmente com familiares.

³⁴ Disponível em: “A Night At The Opera” 1975, EMI

Este “frenesim digital” pode estar a tornar-se um enorme problema para grande parte das sociedades contemporâneas. É que de uma forma quase inabalável, os jovens tendem a validar a ideia de que a vida nas redes sociais, por oposição à vida mais real, é quase sempre fantástica, nada rotineira e cheia de pessoas interessantes; – cada vez mais semelhante à vida real, mas sem as partes mais maçadoras desta – de novo o desejo mimético.

3.2.3. *É obrigatório estar ligado*

Muito provavelmente a ligação digital imoderada, tende a seduzir os jovens, emprestando-lhes a falsa sensação de domínio e de autoconfiança física e emocional, a níveis nunca experimentados. Casualmente estas sensações (metamorfosadas) podem ser consequência de perceções erradas, que por sua vez, vão alterando conceitos como o amor, a intimidade, a amizade e a solidão entre outros, dando -lhes novos significados. Uma boa parte dos jovens defende de que esta nova aceção torna tudo menos assustador, mais leve e mais fácil de gerir. As tão populares ligações de intimidade entre os jovens estão a desobrigar o comprometimento e a cumplicidade tão necessária nas relações que nascem e se desenvolvem física e presencialmente.

Estar ligado, dá cada vez mais às pessoas a ilusão de estarem todo esse tempo acompanhadas por olhos e ouvidos e por diversas pessoas que simultaneamente estão ligadas, (Barbosa 2008).

Na sua grande maioria, os sites e as redes sociais empenham-se e concertam-se cada vez mais no facilitismo e na sedução dos seus utilizadores. O objetivo é proporcionar uma sensação de controle sobre as emoções, emprestando aos utilizadores o falso e inebriante poder que os leva a sentirem-se verdadeiros donos da razão e do sentir. Não é difícil conhecer pessoas que usam vários perfis. A justificação é de que o perfil familiar deve ser diferente do profissional e estes do perfil pessoal e, até do perfil ativista: este último, defendem alguns sociólogos, pode vir a tornar-se num novo opressor da democracia. Estes jovens sentem-se confortáveis com esta prática e como tal, vão assumindo essas várias identidades ao longo das suas vidas digitais.

Segundo Francisco Maria, jovem estudante universitário de 21 anos, morador em Lisboa e com 4 perfis ativos nas Redes Sociais,

Tudo se resume a criar um contexto virtual, mas que para mim é real, assim como o perfil com o qual estou a assumir nesse momento. Começo a interagir, e esse perfil passa instintivamente a ser real para mim e para os outros: é validado de forma imediata por quem interage comigo. Gosto desta sensação de liberdade, de livre-arbítrio. Ontem fui uma pessoa, hoje sou outra e amanhã logo se verá o que serei, e com quem irei interagir³⁵.

Perante esta realidade, estarão as novas relações (nascidas, alimentadas e experienciadas nas redes sociais), ancoradas em simulações do real? E estará o ser humano a escassos bits de distância de começar a aceitar de que a vida real pode afinal não ser muito mais do que um complexo Metaverso? - termo que surge pela primeira vez no livro "Snow Crash", (Neal, 1992). Investigadores do prestigiado Capgemini Research Institute, em Portugal, defendem que experiências como o "Second Life", lançado no mercado em 2003 e que simula a vida real do ser humanos através da interação entre avatares, deixou rapidamente de ser olhado e pensado como apenas um surpreendente jogo virtual.

Defendem ainda de que experiências imersivas como esse jogo, e outros semelhantes, que arrastaram consigo milhões de seguidores em todo o mundo, não se desenvolveram para um patamar superior pura e simplesmente porque as pessoas optaram pelas redes sociais. É seguro afirmar de que a partir de 2004, se começa a olhar efetivamente para o universo das redes sociais e, para a capacidade que estas têm, não só de proporcionar várias formas de construir uma versão 2.0 de nós próprios, mas também de fornecer as várias forças que permitem fazer pontes para eventualmente se chegar mais facilmente a alguns sonhos. Aprenderíamos também - e por vezes nem sempre da melhor maneira-, de que as redes sociais para além de venderem sonhos digitais, são também portadoras de discursos exacerbados, violentos e, de opiniões extremadas - quase sempre pouco correlacionados com os ideais de vida dos jovens.

³⁵ Francisco Maria, entrevista realizada a 2 de setembro de 2023

De forma mais ou menos próxima, somos hoje diariamente confrontados com esta realidade, já que a grande maioria dos jovens usa o *smartphone* – e a sua tecnologia -, quase exclusivamente para estar presente nas redes sociais; ser parte delas. É obrigatório estar ligado. E este comportamento, leva indubitavelmente a um dos mais negativos efeitos das redes sociais: a perniciosa dependência. Infelizmente todos nós conhecemos inúmeros casos de jovens adolescentes de que pelo simples fato de se esquecerem do telemóvel em casa – o maior dos dramas é perdê-lo -, sofrem verdadeiras crises de pânico e ansiedade, por vezes com consequências bastante danosas para a sua saúde.

3.2.4. *Solidão e isolamento social*

Convive-se hoje tranquilamente com uma das maiores ironias do século XXI – os enormes avanços tecnológicos que nos permitem comunicar e co - existir em rede, a uma escala jamais imaginada, podem também estar a ser os maiores causadores de um emergente desligamento emocional, que eventualmente nos pode estar a levar para um isolamento social, igualmente sem precedentes. Em tese, talvez já se consiga perceber que o que aí vem pode não ser bom, mas provavelmente ainda não se olha para as redes sociais como um eventual problema comum. "Somos cada vez mais solitários num mundo que parece oferecer mais conectividade do que nunca", (Galasinski, 2017). Sabe-se hoje que parte da solidão provocada pelas redes sociais (para além de desequilibrar seriamente uma boa parte da qualidade de vida, do bem estar e da satisfação para com os outros), poderá estar fortemente associada a inúmeros problemas de saúde, sejam ele somáticos ou mentais – e que têm enormes custos nos respetivos erários nacionais.

É certo que a solidão, longe de ser um fenómeno recente (até porque está intrinsecamente ligada à vida humana), é hoje objeto de grande reflexão nas chamadas sociedades modernas, tendo em conta não só as transformações tecnológicas que têm vindo a acontecer neste novo século, mas também as consequências que estas mesmas transformações estão a provocar nas vidas dos seres humanos.

Nomeadamente na forma como hoje estes se relacionam em sociedade , como tendem a comunicar entre si e, não menos importante, como o fazem de si para si. As “novas formas” de sociabilizar, seja nas redes sociais ou fora delas (a ordem é tendencialmente esta), são cada vez mais comunicações fugazes, interesseiras e às vezes quase mendigas e, eventualmente poderão estar a contribuir para o esvaziamento de alguns dos mais importantes princípios e valores, pelos quais as sociedades se regiam até há relativamente pouco tempo.

Ao olhar para alguns dos vários estudos disponíveis sobre a relação das redes sociais com a solidão, verifica-se de que esta, há muito que deixou de ser do campo do subjetivo e do individual, para se tornar num sentimento amplamente vivido e generalizado em algumas das mais populares redes sociais. Existem estudos publicados que nos mostram que estando o contexto tecnológico em constante desenvolvimento (chegando sempre a mais pessoas), a maneira como as pessoas se estão a ligar entre si, está a ser fortemente alterada e, conseqüentemente a ter um enorme impacto no comportamento humano e nas estruturas sociais.

A misteriosa fragilidade dos vínculos humanos, o sentimento de insegurança que ela inspira e os desejos conflitantes (estimulados por tal sentimento), de apertar os laços e ao mesmo tempo mantê-los frouxos, (Bauman, 2004, p.8).

Hoje, mais do que viver, acima de tudo corre-se em várias direções – muitas das vezes sem objetivos definidos -, a fim de corresponder às exigências e expectativas deste novo mundo digitalmente globalizado, formatado e, sempre vigilante. Tem-se no bolso o smartphone (objeto omnipresente na vida global)) ou na mochila o computador pessoal e com ambos, a ideia (falsa) de segurança, de rapidez e de facilidade na resolução de todos os problemas. Os espíritos mais otimistas sentem que conseguem contornar todos os obstáculos que possam surgir pela frente, e melhor ainda, acreditam piamente que se tiverem consigo o *smartphone*, conseguem cumprir os seus objetivos pessoais e profissionais antes de chegarem ao final da próxima rua. E um dos atuais e grandes problemas é esse mesmo.

É que nesta corrida contra qualquer coisa a que outrora se chamou tempo, nos dias de hoje corre-se sempre muito, mas sem perceber muito bem porque se corre ou para onde se corre. Não há espaço para a humanização (também ela tende a correr para parte incerta), e por isso o isolamento social vai-se instalando inflexivelmente e, talvez irreversivelmente. Segundo o Digital in Portugal – the Statistics You Need in 2021* (divulgado em fevereiro de 2021 e que mostra como as pessoas se relacionam com a Internet), o confinamento em Portugal, devido à COVID 19, elevou a presença online para níveis nunca atingidos. Os números indicam que durante o ano 2020, cerca de 5,8 milhões de portugueses, (pouco mais de metade da população nacional), estiveram ligados em média sete horas e vinte minutos por dia e, que dessas, duas horas e dezassete minutos foram dedicadas às redes sociais.

Sendo hoje possível no nosso país e não só, aferir o comportamento compulsivo de muitos dos jovens utilizadores e, o impacto desta utilização nas suas vidas, é possível afirmar de que em Portugal, o tempo dedicado às redes sociais tem vindo a aumentar desde o ano 2020. A comunicação e relação com os outros, o isolamento social, a dificuldade de concentração nos estudos e a pouca produtividade no trabalho, bem como a fraca qualidade das horas de descanso (dificuldades em dormir bem várias horas seguidas), são apenas alguns dos transtornos referenciados por professores, psicólogos e pais. O problema de diagnóstico e acompanhamento correto destes (as) jovens, torna-se ainda mais complexo porque, segundo alguns investigadores, (numa boa parte dos casos estudados), os (as) utilizadores (as) ativos nas redes sociais que experienciam sentimentos de solidão e de grande insatisfação, têm muitas das vezes relações presenciais bastante satisfatórias.

Ou seja, a dependência das redes sociais e a relação entre a solidão percebida é independente da satisfação nas relações com os amigos, família ou parceiros (as).

Tendo em conta de que um dos mais dramáticos fatores inerentes à solidão e ao isolamento social (exclusão das redes sociais por exemplo), é a sensação de que (caso seja necessário) não há ninguém a quem recorrer ou em quem confiar, logo, o estudo desta problemática, da relação redes sociais versus solidão torna-se ainda mais labiríntico e urgente.

3.2.5. *Solidão 2.0*

No livro “O Século da Solidão – Como Restaurar as Ligações Humanas” (Temas e Debates, 2021), a economista e professora Noreena Hertz, insiste muito na questão dos múltiplos efeitos negativos de uma comunicação feita de falta de proximidade: de solidão na saúde mental e física. A autora britânica defende que,

As redes sociais estão a aumentar o sentimento de solidão entre os jovens”. Penso que devemos pensar a solidão de forma mais alargada, quer se fale do conceito marxista de alienação, do conceito de anomia de Durkheim (1858-1917), ou do seminal trabalho de Hannah Arendt (1906-1975), sobre as origens do totalitarismo, (Hertz, 2021).

A economista não tem dúvidas em afirmar de que,

Quando se olha para uma série de estudos e números disponíveis “online”, é muito fácil perceber de que é a partir de 2010, ano em que as redes sociais alastram de forma global, que se verifica um enorme crescimento da solidão, nomeadamente nos mais jovens, (Hertz, 2021).

Ainda que a solidão seja uma experiência individual e não uma condição de se estar fisicamente isolado, segundo Cacioppo et al, “sentir-se só ou sozinho não significa necessariamente estar sozinho, nem estar só significa necessariamente sentir-se só” (Cacioppo et al, 2015). Na verdade, embora a falta de interação social e o tempo passado a interagir sozinho nas redes sociais estejam relacionados com a solidão, são coisas diferentes. A propósito do recente confinamento obrigatório, causado pela pandemia da Covid 19, um estudo efetuado em Portugal, pela Fundação Francisco Manuel dos Santos³⁶ (cujos resultados foram conhecidos no verão de 2021), revelou que metade dos jovens entrevistados, com idades entre os 15 e os 20 anos, falam em alterações de peso, mas também das horas de sono que passaram a ser consideravelmente menos e do tempo à frente dos ecrãs que passou a ser claramente mais: admitem ainda que os índices de consumo de álcool e de tabaco subiram. O mesmo estudo revela igualmente de que 11% dos jovens inquiridos assumiu uma iniciação no consumo de fármacos psicotrópicos.

³⁶ Disponível em: <https://ffms.pt/sites/default/files/2022-07/os-jovens-em-portugal-hoje.pdf>

Nem nos piores dos seus pesadelos, os jovens adultos imaginariam que quanto mais tempo estão online (principalmente nas várias redes sociais disponíveis), maiores são as probabilidades de sentirem cada vez maior solidão – independentemente de manterem relações sociais saudáveis fora das redes; na vida mais real. Segundo o professor e investigador Rui Miguel Costa, do Instituto Universitário de Ciências Psicológicas, Sociais e da Vida (ISPA), “perceber exatamente a predominância do sentimento de solidão num mundo supra habitado de utilizadores – nunca foi tão fácil dizer olá -, é hoje um dos grandes desafios”, (Costa, 2024).

Os utilizadores das redes sociais, não estão mais protegidos de sentimentos de solidão. Inclusivamente, até estão mais em risco de se sentirem sós, principalmente se a utilização for muito frequente e compulsiva, (Bento, 2023).

Rui Miguel Costa, é um dos autores do estudo “Solidão e as Redes Sociais”, realizado em Portugal pelo (ISPA) e pelo Observatório (Espanhol) Social da Fundação La Caixa. Os resultados sustentam-se em inquéritos online, aos quais responderam cerca de cinco mil portugueses. A amostra final inclui uma proporção de participantes semelhante à população portuguesa, em termos de sexo, idade e área de residência. Apenas 218 (4,4%) dos inquiridos (as) não usam redes sociais. Para avaliar o nível de solidão foi usada a Escala de Solidão da Universidade de Los Angeles, nos Estados Unidos. A (UCLA – Loneliness Scale) ³⁷. é uma escala de hétero- avaliação, desenvolvida na década de 1990, e que tem por base um questionário com 20 questões (fechadas e neste caso com o foco na solidão). Existem 4 hipóteses de respostas para cada uma das perguntas, que variam entre nunca e frequentemente. O objetivo é avaliar (tanto quanto possível), a frequência com que uma pessoa se sente desligada ou excluída. Tendo em conta de que ainda existem algumas questões relacionados com o enquadramento da solidão, nomeadamente se esta deve ser encarada como traço de personalidade ou estado psicológico (e pensada de forma unidimensional ou multidimensional), esta Escala de Solidão tem vindo a ser revista, afinada e modernizada, de forma que os resultados obtidos estejam cada vez mais próximos da realidade.

³⁷ Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC2394670/>

Quando se olha para algumas das características das redes, percebe-se que todas têm em comum, o fato de porem as pessoas em permanente contato e entre si. E é precisamente esta comunicação, segundo o investigador Rui Miguel Costa,

que pode muitas vezes levar à solidão. Por exemplo, a longa exposição a conteúdos que podem fazer a pessoa sentir-se inferior, ou por outro lado, a enorme ânsia de ter a atenção dos outros que muitas das vezes não chega. As próprias características da comunicação online – não há contacto físico -, também são muito relevantes, (Costa, 2024).

Sempre que se ouve ou lê algo relacionado com a solidão, há uma tendência para se pensar nos avós, e na enorme quantidade de gente idosa que reside em casas de repouso e outras instituições semelhantes e o impacto que essa situação tem nos residentes, nos seus familiares e nas sociedades. Com mais ou menos razões para se pensar dessa forma, a verdade é que se está longe da realidade; já que ao falar-se de solidão, está-se a falar (sempre) de um sentimento.

Sendo (ainda) o ser humano naturalmente social e empático, o seu auto isolamento poderá estar a reforçar e a valorizar o ser individual; o ser desligado - sem pertença ao mundo e aos outros. “Amar a mim mesmo o bastante para não precisar de outras pessoas para me fazer feliz”, (Lipovetsky, 2005). Países como o Reino Unido e o Japão perceberam a urgência em criar um Ministério da Solidão, nomeadamente depois dos inúmeros casos diagnosticados nas gerações mais jovens. “A solidão, não se acompanha, nem se monitoriza apenas na perspetiva médica, mas também numa perspetiva social muito intensa”, (Carvalho, 2022).

E talvez esta perspetiva social “muito intensa”, nos ajude a perceber melhor se a solidão, diariamente diagnosticada nos utilizadores das redes sociais, é exclusivamente uma consequência das relações fracassadas, sejam elas familiares, de amizade ou amorosas. Os jovens utilizadores (mais recentes) das redes sociais, estão hoje automaticamente expostos não só a comparações sociais nefastas, mas também a grandes deceções devido à ausência de gostos e de comentários positivos às suas publicações. E de imediato podem surgir os primeiros sintomas de solidão. Com a agravante de que não há pessoas por perto, para ajudar o (a) jovem que começa a sentir-se um pouco só – mesmo que o não percecione de imediato.

A fase seguinte (independentemente do género e da faixa etária), será normalmente mais tempo de utilização nas redes e conseqüentemente maior sensação de solidão. A investigadora e psicanalista Sherry Turkle, que desenvolveu vários estudos relacionados com o impacto das redes sociais nas relações sociais, defende que estas estão a debilitar os laços humanos e, que o fato de estarmos sistematicamente ligados, paradoxalmente já implica uma certa sensação de solidão.

No seu livro “Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other”, de 2012, a autora defende que “os laços que formamos através da Internet não são, no final, os laços que nos unem, mas sim os laços que nos preocupam”, (Turkle 2012).

Os jovens adultos são a geração que frequentemente utiliza as redes sociais, sendo que 88% dos jovens entre os 18 e os 29 anos afirmam que utilizam as redes sociais de alguma maneira”, (Smith, 2015; Smith & Anderson, 2018).

Sendo um fato irrefutável de que está a aumentar o número de jovens que várias vezes ao longo das 24 horas, utilizam diferentes plataformas, é importante perceber de que forma e quais os objetivos – comunicar pode já não ser o principal -, que os motivam a utilizar as redes sociais com grande frequência; muito acima do que hoje é unanimemente razoável. Talvez tentar mitigar essa estranha sensação de solidão seja um deles. E serão muito provavelmente os jovens que mais estão a sofrer o nocivo impacto das redes, devido à incessante procura de uma satisfação imediata, do agora (ainda que breve), e da necessidade de ser ampla e socialmente influente. Serão talvez eles que mais desejam reafirmar-se e que mais reclamam a sua identidade de grupo. Alguns investigadores, defendem que o isolamento social ajeita de alguma maneira o utilizador para a solidão, e esta, pode por sua vez trazer problemas relacionados com a baixa autoestima, a insatisfação pessoal, a depressão e a hiperatividade. E perante este quadro, (mesmo que em contexto de probabilidades), é razoável reexaminar-se de que futuramente venha a existir muito pouco espaço e tempo para os afetos.

3.2.6. *Isolamento social 2.0*

É ponto mais do que assente, de que esta nova forma de comunicar (através das redes), trouxe enormes vantagens. Desde logo, a proximidade e rapidez (em tempo real), com que se consegue falar com alguém que está do outro lado da rua, ou do outro lado do mundo: mundo real, entenda-se. Mas será igualmente inegável de que o excesso de utilização das redes sociais, começa a afetar a saúde física e mental dos seus utilizadores, sendo o autoisolamento social, um dos maiores problemas em relação à realidade presente. A filosofia neoliberalista que hoje tenta conquistar as grandes economias mundiais “vende” a cada instante o “*believe in yourself*”, a valorização pessoal que eventualmente e de alguma forma vai contrariando a até agora insubstituível importância do pensamento coletivo – do bem comum. A obsessão com o eu e, com o tamanho do respetivo umbigo, começa a ser regra – sejamos influenciadores, seguidores, produtores ou apenas consumidores. O que conta são os passos dados , as calorias queimadas e a fantástica app descoberta - e de como esta irá trazer mais dinheiro e mais popularidade.

Corre-se cada vez mais em pistas próprias e individuais, que garantem uma assumida distância de segurança - tão propalada durante os recentes confinamentos. Durante esses períodos, foi-se percebendo (nem sempre da melhor maneira), de que talvez o pior isolamento seja o que apaga ou vai apagando socialmente o ser humano. Talvez desde a época de Émile Durkheim, que os grandes sociólogos – seus seguidores ou não -, não tinham grandes dúvidas acerca das nefastas consequências do chamado isolamento social. E alguns deles defendem que a interseção das redes sociais, com as ligações sociais, pode estar diretamente associada ao sentimento de isolamento social. Independentemente da dimensão, objetivos e resultados dos vários estudos realizados em Portugal e fora do país, sobre a eventual relação redes sociais e isolamento social, há pelo menos uma evidência. A de que na grande maioria das vezes este não é consciencializado e que por isso mesmo, os utilizadores sentem em regra, que precisam de mais interações online.

Alguns destes estudos, que por norma são feitos tendo por base quatro diferentes dimensões - dimensão da rede, o número de amizades próximas ou íntimas que se tem, a densidade e a composição da rede -, mostram que a não consciencialização do isolamento social, e a procura de mais e mais contactos, podem facilmente criar um círculo vicioso (de novo o efeito carrossel), que poderá vir a aumentar quer a dependência das redes sociais, o isolamento social, e o sentimento de solidão (igualmente não consciencializado). “Ter mais confidentes ou laços muito estreitos na própria rede, está geralmente associado a níveis mais baixos de solidão”, (Hawkey et al. 2008; van Tilburg 1990).

3.2.7. Adição

“Eu queria sentir agora e depressa”, a frase é de Carlos Veríssimo, morador em Lisboa e ex. consumidor de cocaína. Carlos é formador na área das novas tecnologias e vive hoje perfeitamente integrado na sociedade. Enquanto utilizador, usa duas redes sociais e a sua profissão obriga-o a estar diariamente com jovens nativos digitais.

Quando falo com adolescentes, sobre os eventuais perigos das redes sociais, uso muito o meu exemplo da adição à heroína. Quando comecei era tudo fantástico, estava sempre “on” e tudo era novo, bom e alegre. Quase todos os dias fazia novos amigos, e estes sorriam-me, abraçavam-me e faziam-me sentir importante na tribo. Nessa primeira fase, o produto (a internet) acaba sempre por aparecer, está disponível. Por isso o dia passa a correr e é feito de conversas, de partilha e de amizade, e os outros são sempre os culpados de tudo o que de mau nos acontece

Carlos gosta de lembrar várias vezes aos seus formandos de que o sentimento entre os companheiros das drogas serve-se muito da máxima,

se estiver feliz estamos todos felizes, se estiver triste não há grande problema porque sou imediatamente cercado e amparado pela sempre tão atenta e disponível tribo”, tal como a comunidade digital.

O gosto, o apaziguador comentário ou a solidária partilha, resolvem numa primeira instância o problema.

Fazia as minhas escolhas, expunha-me um pouco mais e sempre que me apetecia discutir, às vezes só porque sim, nada melhor do que tomar o partido de uns em detrimento de outros. Com o tempo, percebi que se dominar melhor algumas ferramentas consigo diferenciar-me no grupo e, eventualmente subir na hierarquia do mesmo – ganhar maior relevância.

Vício? Isso é para os outros.

Ao fim de algum tempo, ainda não temos a percepção de que vivemos um problema: um vício. Que dependemos de algo para que os dias fluam. Quero e preciso de mais. Se é para viver então que seja depressa e agora. Não me interessa de todo gente cheia de boas ideias, nem estou disponível para grandes reflexões sobre seja o que for. Basto eu e o grupo: a tribo. O meu amparo; onde sinto que sou importante.

Nesta fase, acrescenta Veríssimo,

a autoestima e a confiança já estão bastante lá para baixo, mas não se perde muito tempo a pensar nessas questões de que hoje tanto se fala. Com o passar do tempo surgem as dores no corpo e a incapacidade de pensar e de viver com clareza - os nativos digitais tendem a ser mais sedentários e sem atividade física e mental -, e começamos a perceber de que algo não está bem. Mas o cérebro é forte, felizmente para muitos de nós; com problemas. O cérebro é um órgão extraordinariamente resiliente (tal como as nossas veias), e criativo. Não nos preocupamos muito e, já a viver na rua, longe da família e dos amigos tentamos apenas sobreviver a mais um dia na tribo – na comunidade. Veríssimo reforça sempre aos seus alunos de que,

o mais importante, mas também o mais assustador é que quando decidimos parar e pedir ajuda para iniciar uma terapia ou uma cura, não devemos nunca esquecer de que estamos sempre a meio passo do sucesso, mas igualmente sempre a meio passo do insucesso; de regressar. Afinal, a rede social está ali mesmo, num *smartphone* perto de nós. E a droga também ³⁸.

Vera Romão, psicóloga e terapeuta mental, defende que,

ainda que as redes sociais possam não gerar diretamente transtornos ligados à saúde mental, “podem isso sim desencadear uma quantidade de detonadores que não são mais do que facilitadores de quadros clínicos como a ansiedade, depressões, a síndrome de “*burnout*” e, talvez a mais complexa de resolver: a percepção errada da nossa própria vida⁴⁰

A terapeuta mental relembra,

é hoje sabido de que as redes sociais são genialmente desenhadas para nos desassossegarem, para jogarem com as nossas vulnerabilidades, ao mesmo tempo de que vão cimentando nos seus utilizadores, a ideia de pertença: uma das mais básicas necessidades do ser humano.

E acrescenta,

por muito simples e inofensivo que nos pareça o botão gosto, ele é um grande detonador do sistema de gratificação do nosso cérebro, e o respetivo *feedback* positivo faz com que o mesmo liberte endorfinas; uma espécie de analgésico natural. Não seria grave se todo este processo não estivesse a cimentar uma forte adição às redes e como consequência (entre outras), um inevitável e profundo desencanto.

Segundo um estudo realizado em 2014 pela *Beijing Normal University*⁴⁰ em Pequim, e publicado no mesmo ano no Sanje Journals, uma publicação online, propriedade da californiana “Sange Publishing” - das áreas da psicologia e psiquiatria -, cerca de 5% dos jovens adolescentes britânicos são dependentes das redes sociais, sendo o poder dessa dependência muitas vezes superior à da adição do cigarro ou do álcool. O mesmo estudo revela ainda que tal como os jogos de apostas online e de algumas substâncias psicotrópicas, também a rede social *Facebook*, tem impacto numa determinada área do cérebro. Independentemente do nível de interação nas redes sociais, grande parte dos seus utilizadores são hoje indivíduos narcisistas que procuram de forma incessante o prazer e o sucesso rápidos (aceitação digital), afastando-se gradualmente dos conceitos e valores democráticos e, de cidadania coletiva.

E estes tempos de frágeis relações sociais, vínculos profissionais e compromissos emocionais ténues, jamais devem ser considerados fenómenos recentes, já que foram há muito anunciados na célebre modernidade líquida de Bauman, (1925 – 2017). “É certo que vivemos hoje uma hipermodernidade”, (Gilles, 2013), onde o individualismo e o hedonismo tendem a ser princípios, havendo cada vez menos espaço quer para o sentido histórico da humanidade e das coisas, quer para a construção sólida de um futuro melhor para o todo e não apenas para o singular. E, é atrás (da ilusória segurança) do ecrã que sem grande hesitação e, com mais ou menos cinismo se vão gerindo os sentimentos dos amigos e seguidores, e jogando com os seus gostos e preferências. Vai-se chegando ao (às) outro a(s) comunicando através de ecrãs, teclados e botões, num universo (que não para de engordar), onde se vai estando mais isolado socialmente e, muito provavelmente muito mais aditivo.

³⁸ Carlos Veríssimo, entrevista realizada a 30 de março, 2023

³⁹ Vera Romão, entrevista realizada a 30 de março, 2023

⁴⁰ Disponível em: https://us.sagepub.com/en-us/nam/product/Beijing%20Normal%20University?filter=im_field_classification%5C%3Afield_classification_group%3A341206

3.2.8. O fenómeno FOMO

Apesar de ainda pouco “olhado” em Portugal, o medo de ficar de fora – “*Fear of Missing Out*”, (FOMO) -, é um problema que tem vindo a desenvolver-se rapidamente nas sociedades modernas e que vai sendo cada vez mais objeto de estudo. O medo de ficar de fora significa isso mesmo, a perceção de que se estiver de fora, toda a gente se diverte mais de que o próprio, toda a gente é muito mais feliz e, muito provavelmente quase todos têm uma vida fantástica e muito melhor do que a vida de quem percebe esta (falsa) realidade. E esta perceção, segundo a (ainda) pouca literatura disponível, envolve desde logo uma baixa autoestima e um profundo sentimento de inveja. Mais do que o desejo de estar a fazer coisas mais gratificantes, o utilizador sente que está a perder eventos ou experiências fundamentais que todos os outros estão a viver, ou já viveram – e para os quais não foi convidado.

You ask yourself: Why didn't they invite me? Did they just forget to include me? And then, just as quickly, you're falling down a rabbit hole of trying to make sense of it all: Wondering what you did wrong, wishing you had been included, scrolling through their social media profiles to find clues for what made them leave you out in the first place. Ultimately, you're left simmering in sadness, guilt or shame because you've developed a fear of missing out, (Sullivan, 2021).

O fenómeno (FOMO)⁴¹ está a tornar -se cada vez mais comum, e por isso vão surgindo estudos e reflexões sobre o mesmo, que estão a permitir fundamentar melhor e com maior segurança e acerto (e no futuro antecipar), o impacto que este medo de ficar de fora está a ter nas vidas dos utilizadores, e de que forma pode causar danos com alguma gravidade.

A ideia de ficar de fora (seja de um grande evento ou de uma pequena festa privada), não sendo nem nova nem agradável, ganhou contornos inimagináveis. No entanto, só muito recentemente (devido ao impacto negativo do uso excessivo das redes sociais), começou a captar a atenção dos académicos e investigadores.

Em 1996, o norte-americano Dan Herman (Fundador da FOMO Authority Institute), assinou um ensaio definindo este fenómeno como o medo de não utilizar todas as possibilidades disponíveis, perdendo paralelamente a alegria associada ao esgotamento de todas essas possibilidades. sociais permitem que vivamos a nossa vida real e, os pontos altos e maravilhosos da vida dos outros.

Um estudo de 2021, do National Library of Medicine ⁴², uma publicação do National Center for Biotechnology Information (um website do governo norte-americano), revelou de que todas as pessoas, independentemente da idade ou género estão a ser afetadas por este fenómeno e de que o medo de ficar de fora está hoje diretamente associado ao binómio *smartphone*, redes sociais. O mesmo estudo mostra também de que a utilização exagerada do *smartphone* está cada vez mais associada não só a avaliações negativas (por parte dos outros), mas também a uma crescente ausência de humor por parte dos utilizadores mais ativos. Ao fazerem sistematicamente comparações com o que os amigos e outras pessoas estão a publicar, os mais jovens e os jovens adultos são os que ficam mais expostos ao medo de ficar de fora, tornando-se vítimas deles próprios, quando começam a sentir de que estão a perder algo importante que os seus pares estão a viver. Ainda que muito recente, este estudo, alerta também os profissionais de saúde para taxas de ansiedade (que não param de subir), de depressões e de baixa autoestima. Também a norte-americana Computers in Human Behaviour, uma edição académica publicada pela Elsevier Lda, publicou o resultado de um estudo sobre este medo de ficar de fora, que revela entre outras preocupações, que um enorme (e preocupante) número de utilizadores jovens, não sente qualquer tipo de motivação em satisfazer algumas necessidades que dizem respeito à vida em geral.

Por isso, o mesmo estudo revela que o *Fear of Missing Out* (FOMO), está fortemente associado a um sentimento (crescente) de necessidade de grande envolvimento nas redes sociais.

⁴¹ Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8283615/>

⁴² Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8283615/>

Significa isto que de alguma maneira, os hábitos dos utilizadores nas redes sociais associados ao medo de ficar fora, podem contribuir para ciclos negativos que se vão auto-perpetuando nas suas vidas. Para além do aumento de sentimentos menos benéficos, como por exemplo estados de infelicidade e de baixa auto-estima, o medo de ficar fora pode inclusive levar até a comportamentos bastante perigosos como por exemplo, o deficiente manuseamento de máquinas industriais ou a condução pouco responsável na estrada; pouco focada.

É hoje imperativo olhar para as redes sociais na perspectiva de se perceber antes demais, como estas se ligam entre si, como se ligam aos potenciais utilizadores e de como estes por sua vez se ligam às diversas redes disponíveis. Até porque do ponto de vista moral, emocional e até estético, continua a insistir-se no erro de tentar fazer das redes sociais algo que elas não são e nunca serão; pura e simplesmente porque nunca o foram. Será que os dois confinamentos que recentemente se viveram, fizeram as pessoas mais dependentes das redes e, mais receosas (sempre a cultura do medo) de ficar de fora; de não fazer parte?

3.1. Lockdown

Embora não existam ainda muitos números que possam responder com exatidão à pergunta, um estudo realizado pelo Laboratório Delete⁴³, da Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ), entre 1 de novembro de 2020 e 1 de janeiro de 2021, mostra que as 336 pessoas inquiridas a nível nacional assumiram que depois do “*lockdown*” passaram a estar muito mais tempo online, e que dessas, 62,5% usaram diariamente tecnologias (muito em particular redes sociais), em períodos superiores a três horas, subindo esses períodos de tempo para mais de quatro horas em 49,1% dos inquiridos, durante o isolamento social imposto pela pandemia Covid-19. Ainda que seja prematuro afirmar que somos hoje, depois do isolamento social, mais utilizadores e mais dependentes da Internet e das redes sociais, ou que durante o mesmo período o número de novos dependentes tenha subido exponencialmente, parece ser relativamente seguro constatar que de repente, uma boa parte da humanidade estava virtualizada (sob o domínio dos ecrãs) e as respetivas comunicações globalmente viralizadas.

A adaptação ao teletrabalho, (e respetivas aulas online, cursos de formação, reuniões de trabalho, sessões de ginásio e consultas médicas à distância), foi (e tem sido) um sucesso - mesmo que na altura e por força do “*Loockdown*”, essa adaptação tenha sido feita sem qualquer tipo de formação por parte de quem foi “forçado” a interagir através dos ecrãs.

Mas tal como o teletrabalho, os bem sucedidos confinamentos também fizeram as suas vítimas. Como primeira consequência, a pouca literacia digital criou desde logo, um número infundável de excluídos, que por força de dois confinamentos, já vinha perdendo a ligação à nova realidade. Foi ficando incomunicável: foi deixando de contar. Não sendo (ainda) muito claro de que as redes sociais são hoje um prolongamento da vida do utilizador, (haja mais ou menos consciência disso mesmo), será inegável de que foram efetivamente elas que de alguma maneira se impuseram (consequência da Covid – 19) e, acomodaram os seus utilizadores perante o global (e inimaginável) isolamento social.

Este inevitável novo modo de comunicar, de relacionamento, chegou, impôs-se e ficou. Mas então como é que o facto de as pessoas estarem como nunca ligadas umas às outras, se está a virar eventualmente contra as mesmas? Talvez ainda não se tenha ganho uma clara consciência de que se possa estar perante um caminho de eventual sentido único (de difícil antecipação), e de contornos para já difíceis de antever.

⁴³ Disponível em: <https://www.correiobraziliense.com.br/revista-do-correio/2021/02/4905199-isolamento-social-potencializa-dependencia-tecnologica.ht>

3.1.1. Unir o distante e afastar o próximo

Não é hoje necessário sair-se de casa (ou das respectivas bolhas digitais), para se constatar de que se por um lado, as diversas relações sociais, poderão estar a complicar-se e a ser intoxicadas indeterminadamente, por outro, há uma enorme tendência para as pessoas se sentirem cada vez mais seguras e confortáveis existindo nas várias redes sociais; e sem grande proximidade. Já durante o séc. XXI, o conceituado filósofo e sociólogo polaco Zygmunt Bauman vinha alertado,

No mundo líquido-moderno, a solidez das coisas, assim como a solidez dos vínculos humanos, é vista como uma ameaça: qualquer juramento de fidelidade, qualquer compromisso em longo prazo (e mais ainda por prazo indeterminado) prenuncia um futuro prenhe de obrigações que limitam a liberdade de movimento e a capacidade de perceber novas oportunidades (ainda desconhecidas) assim que (inevitavelmente) elas se apresentem. (...) A alegria de “livrar-se” de algo, o ato de descartar e jogar no lixo, esta é a verdadeira paixão do nosso mundo, (Bauman, 2010, p. 40-41).

E provavelmente, é perante esta realidade (que acarreta em si uma crescente vulnerabilidade e, porque não lhe chamar vulgaridade), que se vai instalando uma certa tendência para se aceitar como correto, de que à mínima insatisfação causada por um ou mais amigos digitais, se opte com alguma tranquilidade pelo “desligamento” destes e se procure novos amigos, ou mesmo novos amores que irão trazer com certeza novos interesses e novas narrativas. Tão simples quanto, partiu-se ou perdeu-se o “*smartphone*”? Compra-se um novo.

Fazem-se e desfazem contatos com imensa rapidez; vínculos estabelecidos são voláteis e atrelados a interesses momentâneos. Em tempos de consumo e sob a tese de que nada é feito para durar, relações virtuais intensificam comportamentos individualistas e narcisistas, (Ribeiro, 2021).

Alguns investigadores da área da saúde, defendem de que estas relações “pouco reais e por isso pouco duradoras” são cada vez mais sinónimo de estados de ansiedade, de níveis baixos de auto estima e, ainda de uma crescente incapacidade empática. Segundo estes profissionais, os jovens e jovens adultos que dedicam uma fatia grande das suas vidas às redes sociais, mais tarde ou mais cedo serão muito provavelmente vítimas de disforia, insónia e instabilidade emocional.

É um facto de que forçado o isolamento social (consequência da pandemia da Covid – 19), este acabou por acelerar a virtualização da vida – e consequentemente as relações digitais. Mas isso não significa que toda a gente ficou socialmente incapacitada, porque rapidamente e de forma simples, se instalou o hábito (sem reservas) de passar a viver subjugados a uma dependência tecnológica que de repente está a gerir o quotidiano das pessoas e as suas relações interpessoais.

A crescente dissonância entre as relações sociais online e presenciais, será muito provavelmente um dos maiores e mais preocupantes problemas que o ser humano tem entre mãos. Tome-se como exemplo, os alunos que entram na sala de aula antes do professor chegar.

É muito possível que estes fiquem em silêncio (não se relacionando entre si), completamente afundados nas “suas” redes sociais, através dos seus “*smartphones*”. Na realidade não passam de jovens adolescentes, que sendo muito populares e extrovertidos nas “suas” redes sociais, são exatamente o oposto nas relações de amizade e familiar, usando pouco mais do que monossílabos como sim e não, para comunicar em casa. Mas talvez os dois exemplos que têm tanto de inacreditável como de assustador, sejam (e não obrigatoriamente por esta ordem), o das famílias que habitando casas grandes, já optam por comunicar dentro das mesmas através de mensagens: arrisca-se dizer que nem o genial escritor Ray Bradbury lá chegaria.

O outro exemplo prende-se com o enorme e (talvez até incompreensível) número de vezes que as redes sociais são apontadas em tribunal, como a principal causa de divórcios.

Tende a verificar-se que sujeitos que passam mais tempo nas redes sociais expressam mais conflitos relacionais e apresentam maior propensão para a separação conjugal. Este uso frequente e por vezes excessivo das redes sociais conduz a problemas como diminuição do tempo compartilhado entre o casal, enfraquecendo a convivência familiar, o que se caracteriza como um fator de risco para o desenvolvimento da infidelidade. Desta forma, observa-se que ao mesmo tempo em que as redes sociais unem quem está longe, também podem afastar quem está perto fisicamente”, (Cooper, et al, 2003).

De alguma maneira começa a observar-se que o ser humano (utilizador ativo nas redes sociais), gere cada vez mais com maior dificuldade, o fato de estar num só lugar e focado no que está a fazer; seja a disfrutar de um café ao ar livre com o companheiro (a), ou colega, ou simplesmente a desfrutar de um boa peça de teatro.

3.2. O risco de deixar de ser

Ao invés de se saborear os bons momentos que a vida oferece, as pessoas tendem a preocupar-se em documentar compulsivamente tudo à sua volta e, se possível sempre com a melhor iluminação e com o melhor angulo. Há uma premente necessidade de aparecer perante os seguidores (o respetivo público), e de lhes mostrar onde se está, o que se está a fazer e, quase sempre, com um enorme sentimento de felicidade. Há que alimentar o “fluxo de informação”, porque não se quer deixar de fazer parte do mesmo, e como tal, contribui-se a todo o instante.

E ainda que nem sempre se tenha plena consciência de um potencial vicio altamente pernicioso, provavelmente quanto mais ligado e envolvido se está, talvez mais fracionado se vai estando e, em última instância, tende-se para um desligamento do próprio; correndo-se o risco de gradualmente ir deixando de ser. Por muito difícil que seja reconhecer, vem sendo cada vez mais claro de que mais do que envolver o mundo em relações superficiais e cobiçosas, as redes sociais foram ainda mais longe; fazendo dos seres humanos, os verdadeiros alimentadores das mesmas.

A preocupação (que começa a dar lugar à ansiedade), em estar ligado e “envolvido” com os gostos, os comentários e as partilhas é tal, que se continua a adiar o estudo real do impacto que esta ligação contínua terá a médio e a longo prazo na vida real. Apesar do cenário que se vai adivinhando, será talvez relevante manter uma atitude critica e reflexiva sobre o assunto. Provavelmente uma boa dose de otimismo ajude. E sempre que possível, será bom lembrar de que mesmo perante os maiores desafios, o engenho humano tem encontrado sempre as soluções mais ou menos adequadas

Apesar da urgência (que raramente é boa conselheira), com que cada vez mais se procura “o novo” e descarta o “menos novo”, vão felizmente surgindo em vários setores das sociedades, apelos no sentido de que não se deve em circunstância nenhuma, abdicar do maior talento do ser humano.

O talento de comunicar. Que permitiu desde sempre à humanidade relacionar-se socialmente e, com verdade: de forma autêntica. Afinal, de entre as pessoas com quem diariamente se comunica, estamos sempre nós: a sermos nós.

3.3. O valor supremo dos dados

Estamos a espiar toda a gente, em todo o lado e a todo o momento. Começamos a vigiar as pessoas mesmo antes de elas infringirem a lei. O grande problema não é a proteção de dados, é a recolha de dados”, (Snowden, 2019).

Se atentarmos nas palavras do analista de sistemas Edward Snowden e pensarmos nas redes sociais enquanto espaço mundial – talvez mesmo o único -, não será difícil imaginar-se a cada vez mais desenfreada monetização dos dados pessoais dos utilizadores.

Nos “*mass media*” e redes sociais, existe uma crescente preocupação do público com a perda de controlo em relação às suas informações e dados pessoais, muitas vezes causada pela ação deliberada de indivíduos ou organizações, especialmente governamentais e setor privado, que as usam para fins comerciais ou de monitorização e rastreamento (Livingstone et al., 2018).

Não é necessário ser grande conhecedor de redes sociais para entender não só o lugar destas no mundo atual, como também alguns dos seus principais objetivos. Como tal, há muito que deixou de ser utópico afirmar que o supremo sonho de quem gere as maiores e mais impactantes redes sociais é deter a maior base de dados de sempre, reunindo o maior número de informações de cada utilizador no planeta. Depois de desenhados os comportamentos padrões, rotinas e hábitos, os arcos familiares (de amigos e profissionais), e a estrutura genética de um cidadão, torna-se obviamente muito mais fácil arumar e condicionar não só a forma de pensar mas também de decidir sobre a vida de milhões de utilizadores das redes sociais como também sugerir e adequar caminhos futuros. “*Big (brother) data*” é poder.

Estes minuciosos perfis irão permitir desconstruir, reajustar ou reparar a personalidade – por muito vincada que esta seja -, de um cidadão livre. E quando se fala em personalidade, evidentemente que não se está a falar de perfil digital. Mas há mais. Imagine-se (ainda que por breves segundos), quanto pagará um estado autocrático por uma base de dados desta dimensão? Sem leis ou constituições que impeçam a venda, a compra e a proliferação destes verdadeiros cavalos de Troia da era tecnologicamente moderna, definitivamente as relações humanas não têm como não abanar.

E num futuro próximo isso será um problema? Pode arriscar-se uma resposta que remeta para o equilíbrio das forças em presença - sejam elas mais racionais ou mais emocionais -, e para quem domina as tecnologias. Inúmeros especialistas em direito digital, afirmam que a regulamentação das redes sociais começa (apesar de tudo), a dar passos importantes, tendo em conta a dimensão e complexidade da aldeia global e, que nos países mais desenvolvidos e livres vão surgindo novas pro- postas de Projetos de Lei⁴⁴, que são discutidos e votados nas várias assembleias e congressos democráticos. Até há relativamente pouco tempo, desconhecia-se a existência de pelo menos dois atores que diariamente trabalham na alteração de comportamentos e no controlo das emoções. São eles, os algoritmos e o tão popular Machine Learning. Significa isto (entre outras coisas) e, sem grandes alarmismos que será de bom senso estar mais do que nunca vigilante aos sinais que os tempos vão mostrando.

Segundo os defensores do dataísmo, o universo consiste num fluxo de dados, e o valor de qualquer fenómeno ou entidade, é determinado pela sua contribuição ao processamento de dados, (Noah, 2015). Num artigo que escreveu em 2016 para a revista norte-americana Wired, o historiador e escritor israelita, defende que se pode estar perante uma nova religião emergente, onde o fluxo de informação será “o valor supremo”. É certo que com o advento da Web 2.0, no início do novo milénio, a comunicação como até então era feita, adquiriu contornos inimagináveis.

⁴⁴ Disponível em: <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/PT/TXT/PDF/?uri=CELEX:32022R2065>

Sem grande tempo para assimilarem a inevitável transição, os cidadãos, através de tecnologias cada vez mais transparentes e aparentemente não intrusivas, podem em qualquer momento, comunicar e interagir com inúmeras pessoas, marcas e máquinas em praticamente todo o planeta, sem saírem dos seus lugares: das suas zonas de conforto.

While 36% have maintained the same level of engagement, nearly half of social media users are interacting with brands more on social media today than they were just six months ago. Brands' followers are more engaged than ever, so marketers should pay close attention to what's working and what's not on each platform, (Revis, 2024).

E podíamos nós prever até onde este (pouco) admirável frenesim comunicacional (qual caixa de Pandora) nos iria levar? Provavelmente não. Se pensarmos que até o todopoderoso Mark Zuckerberg perante o senado norte-americano, se declarou não só surpreendido mas igualmente incapaz de antecipar o impacto do Facebook quer na sociedade americana, quer inclusivamente nos resultados eleitorais no seu país em 2016.

Sinto muito por tudo o que vocês passaram. Ninguém deveria sofrer o que as vossas famílias sofreram e é por isso que investimos tanto e continuaremos a fazer esforços em toda a indústria para garantir que ninguém tenha de passar pelas coisas que as vossas famílias tiveram de sofrer, (Zuckerberg, 2024).

Não se pondo sequer em causa a grande importância, e o impacto das redes sociais na expansão quer da informação quer da comunicação à escala global, não deve este facto ser condição “sine qua non” para que as pessoas sejam cada vez mais dominadas e vigiadas pelas tecnologias. Numa altura em que tanto se discute os receios de um eventual domínio (ou poder) da Inteligência Artificial (IA), sobre o ser humano, parece ser igualmente de extrema importância não descurar a discussão da recolha, tratamento e divulgação de dados *online*.

3.4. Comunicação nano telegráfica

Independentemente do pedido de desculpas de Zuckerberg, as redes sociais foram concebidas, (e continuam a ser pensadas) de forma a provocarem respostas simples, impulsivas e bastante primitivas; talvez ardilosas até.

E um dos grandes problemas destas “respostas digitais” é que uma boa parte delas são menos emotivas e eventualmente menos reflexivas do que algumas reações dos mamíferos.

Os bilionários tecnológicos não são tão inteligentes quanto parecem. Não leem muito, a maioria abandona a universidade após o primeiro ano, como Mark Zuckerberg, que é muito imaturo. São pessoas muito poderosas, cuja educação cultural se limita a ter assistido a alguns filmes de zombies , (Rushkoff, 2020) .

O *Instagram* e o *Facebook* são parceiros que juntos, com os seus produtos, conteúdos e estratégias comunicacionais alinhadas, vão modulando o mundo numa poderosa e maciça escalada sem precedentes, sendo os jovens e os jovens adultos o alvo preferido. Qualquer utilizador (a), seja ou não ativo(a), pode hoje adequar a comunicação do seu perfil, do seu produto ou ainda dos seus ideais, a cada uma das plataformas que estão ao “seu dispor”. A saber; o *LinkedIn* para os modelos de negócio e emprego, o *Facebook* para os gostos e partilhas de publicações, o *Instagram* para conquistar seguidores, o *X* para os políticos “*repost*” e o *YouTube* para colecionar visualizações.

Olhando para este vastíssimo leque de opções, pode pensar-se de que questões como a empatia e as relações de proximidade por exemplo, não serão nunca uma prioridade das redes, tendo em conta de que estas contas digitais, sustentam em si, todo um mundo alicerçado em negócios e empregos, bem como em parcerias e estratégias comerciais conjuntas. “Valores capitalistas [tecnocráticos] estão deixando fora da equação coisas essencialmente humanas como a poesia e o amor”, (Rushkoff, 2019).

Desde tempos remotos, que a capacidade de adaptação do homem ao meio que o rodeia, tem sido sempre admirável - ainda que nem sempre com a consciência de que essa adaptabilidade é consequência das espantosas alterações do cérebro humano. Sabendo-se hoje, de que essas mudanças cognitivas e neurológicas vão ocorrendo ao longo da vida (tendo em conta os comportamentos e estímulos inerentes de cada indivíduo), há investigadores que defendem de que a aprendizagem e o uso das novas tecnologias de comunicação, causam tantas ou mais alterações no nosso cérebro, como as alterações causadas por exemplo, com a aprendizagem da alfabetização ou dos cálculos aritméticos.

A comunidade científica está hoje a olhar para as novas tecnologias de comunicação, à semelhança do que fez durante os anos 40 para a televisão, durante a proliferação desta. E também nessa altura, a grande questão era até que ponto “a caixa que estava a mudar o mundo”, podia estar simultaneamente a mudar também a mente humana e, mais do que isso, qual o impacto desta nos sistemas neurológico e cognitivo do ser humano?

Ao olhar para o passado recente, não haverá grandes dúvidas de que o tempo gasto pelos utilizadores na Internet e nas redes sociais tenderá a aumentar exponencialmente. O vertiginoso efeito de rede explana-se no grande mundo feito de cidades gigantes, cheias de luz e de entretenimento que está sistematicamente de portas abertas ao cidadão. Mais do que gerir as gratificações e pretensões, as redes começam a gerir de alguma maneira o modo de pensar e sentir dos seus utilizadores: e por arrastamento a linguagem destes, a família, os amigos, as imagens, as compras, as preferências, as pesquisas e, sim, também a solidão e o descontentamento. E por incrível que possa parecer, começa a gerir também a morte física de quem “vive” nas redes. E se há um vasto público (seguidores e espetadores) para a solidão e para o enfado de cada um, poderá alguém garantir de que num futuro muito próximo não haverá público para os homicídios e suicídios nos ecrãs: em direto?

Provavelmente não. Mas talvez se possa garantir que boas estratégias de contenção podem resultar em bons efeitos de anulação de contágio e de imitação. Segundo nos diz a história, o ser humano sentiu desde sempre necessidade de ter relações satisfatórias e se possível estáveis, com uma ou mais pessoas ou grupo de pessoas – não tem de ser um grupo grande -, que o faça sentir próximo e parte de algo maior. E, a realidade em que hoje se vive, pode levar as pessoas a pensarem de que nas redes sociais as coisas podem ser ainda mais gratificantes. Desde logo, porque há um garante com alguma certeza – dos amigos e dos colegas que utilizam as redes há mais tempo -, de que é fácil chegar rapidamente a muita gente. E não menos importante, a garantia destes, de que se irá conhecer facilmente muitas pessoas interessantes.

Capítulo IV

4.1. Mentalidade de rebanho

As pessoas movimentam-se hoje a uma velocidade digital e física, que podem correr o sério risco de num futuro próximo (que se teima em não se olhar de frente), tenderem a transformar-se em seres emocionalmente mais amnésicos e, artificialmente mais próximos uns dos outros: existindo orgulhosamente nas grandes comunidades digitais. Público, logo sou. Começa a sentir-se uma espécie de apagão coletivo, onde alguns dos pilares atenienses, como a moral, o pensamento livre e a igualdade cívica tendem a ser banalizadas; chegando mesmo a ser rotulados por algumas ideologias mais extremas, como verdadeiros constrangimentos à dita vida moderna.

Vida moderna essa que se vai fazendo (e vivendo) cada vez mais de imagens e de entretenimento e, das verdades que melhor encaixam nos determinados contextos de quem toma decisões. Os responsáveis pela rede Facebook, são os primeiros a reconhecer de que a tecnologia tem de ser obrigatoriamente melhorada, tendo em conta de que, qualquer transmissão “*live*” – em tempo real, só pode ser evitada através da combinação da inteligência artificial, de moderadores humanos e dos alertas dos utilizadores; assumindo de que nem sempre é possível fazer com que esta regra de três produza resultados rápidos e eficazes. “Manter o controlo sobre tecnologias poderosas, pode ser o desafio essencial da nossa era”. (Suleyman, 2023). Para os mais pessimistas (não é só a democracia que começa a perder forças, e a correr sérios riscos de se tornar uma memória ativa de um sistema político nascido algures no séc. V, a.C.), são também os olhos da justiça que de alguma maneira, começam a sentir cada vez maiores dificuldades em ver de forma imparcial, tendo em conta o abrasivo desgaste da venda que os envolve. E este desmoronamento de algumas das principais referências da civilização contemporânea, tem vindo a dar lugar não só a um vasto terreno fértil para os fanáticos religiosos, populistas e vendedores de sonhos (suportados pelos media e ferozmente coadjuvados pelas redes sociais), mas também a ferir de morte os mais belos e fundamentais ideais humanistas. Os arautos de uma única verdade (a sua), investem na apologia da mentalidade una, da mentalidade de rebanho.

Gritando diretamente para uma classe cansada, desinteressada e desinformada, sedenta de justiça própria (esquecendo-se de que a justiça das redes sociais começa a ser mais pesada e mais cruel do que a dos juízes), feita diariamente de forma desenfreada nas redes sociais: uma justiça digital que tende a desumanizar e a radicalizar.

Gosto de dizer, no entanto, por outro lado, e tendo dito isto, porque reconhecem um ponto de vista, mas também oferecem outro, prefaciam a apresentação de um contra-argumento estabilizador. Isto é algo que não é muito apreciado na nossa cultura contemporânea, e é impopular nas redes sociais que negocem principalmente numa moeda de indignação moral performativa. O tendo dito isto, é o inimigo incómodo e desanimador da polarização, da presunção, da intolerância e da arrogância, (Cave", 2022).

E se ainda ontem se apelava à clarividência e ao bom senso para distinguir os feiticeiros e os oportunistas, está-se hoje um pouco mais próximo (sem sequer questionar), de seguir uma fé cada vez mais autista. As tão populares e apelativas sociedades digitais, empenhadas em manter os seus utilizadores entretidos e juntos, concede-lhes a percepção de um mundo suportado pela produção e partilha de conteúdos, intermediados pelos media sociais e, a ilusão de fortes relações interpessoais ancoradas através das redes sociais. Ou seja, os (as) cidadãos (as) são demasiadas vezes seduzidos (as) a mediar as suas experiências, bem como as suas várias comunicações, sem efetivamente as viverem. Durante toda uma conversa ou produção e partilha de um conteúdo, o utilizador pode estar perante uma total ausência de experiência física dos atores: de experiência direta.

Num mundo ferido pela dúvida e pelo entorpecimento moral, como podem a confiança, a reverência e a generosidade florescer? Dado que cada vez mais indivíduos e instituições aderem à promessa digital da eficiência e da otimização, e a inteligência artificial se torna indistinguível da expressão humana, em breve nos encontraremos numa crise de humanidade simulada, (Simons, 2023).

4.2. A vida híper ligada ad aeternum

Através dos sites e redes sociais, a vida do ser humano está a transformar-se num gigantesco parque de diversões, cheio de algodão doce (coexistindo com montanhas-russas e comboios fantasmas), onde a verdade e a construção da mesma, coabitam tranquila e livremente.

Parques onde não faltam gigantescos palcos, animados a todo o instante por hábeis jovens políticos, (alguns deles verdadeiros potenciais vencedores de *Reality Shows*), desportistas e cantores bem sucedidos, magnatas digitais e, influenciadores (de vidas maravilhosas). Todos eles exímios profissionais na arte de bem sorrir para os ecrãs. De alguma maneira vai-se impondo a ideia de que a fantasia e a realidade são apenas duas faces do mesmo parque de diversões, que progressivamente vai escondendo e fazendo esquecer a importância do que está para lá dos muros.

E por isso vive-se hoje cada vez mais num universo intramuros (inter e intrarredes), onde qualquer um dos residentes pode dizer o que quer que seja, sobre o que quer que seja, refutando de imediato toda e qualquer opinião contrária. E assim uma boa parte da humanidade continuará orgulhosamente ligada (fazendo parte), e ilusoriamente feliz, , alimentando o lobo que há em si.

Mesmo sabendo que o ser humano não perde muito tempo à volta da questão de sobre existir nas redes sociais depois da sua morte, nunca fez tanto sentido afirmar de que sim, há vida – e que vida -, para além da morte física. Vai sendo consensual (ainda que veladamente), de que há uma certa tendência no ser humano para se sentir digitalmente imortal. A realidade das redes sociais não permite que se morra definitivamente e, por isso mesmo vai tornando o processo mais difícil, recuperando (anualmente) por exemplo, memórias de viagens e de convívio com os amigos ou (ainda mais bizarro), o dia de aniversário. Existem agora como nunca, condições para que o ser humano (utilizador de redes sociais), se torne profundamente determinista.

As pegadas digitais de alguém que morre fisicamente, vagueiam “ad aeternum” e sem rumo, reaparecendo de forma intempestiva aos olhos de todos os seus contatos. O destino de cada um de nós, está desenhado: tornar-nos-emos fantasmas digitais, permanentemente à disposição da posteridade e, por conseguinte involuntariamente capazes de viver para sempre, sem o nosso prévio consentimento, como testemunhas incómodas da passagem da morte e da impossibilidade contemporânea de desaparecer e de esquecer, (Sisto, 2023).

E se numa primeira leitura, as palavras do filósofo italiano convocam eventualmente alguma indignação, talvez seja bom lembrar de que hoje (março de 2024), a diferença entre estar online e offline não só se esbate cada vez mais, como tende a tornar-se irrelevante.

Sempre que um utilizador está online, quantas vezes a sua presença digital coincide com a sua presença física? “Dai que a figura de um gestor de morte, possa ser útil no presente e ainda mais no futuro”, (Sisto, 2023). Quem sabe se ainda durante a primeira metade deste novo século, a morte física passe a ser considerada (nas redes sociais) como apenas e só mais um estágio: uma passagem para uma espécie de “*Deep Sleep Mode*? Afinal, o que é a morte se não uma repentina interrupção do fluxo de toda a informação que fluía? Talvez no futuro se institucionalize online (depois da morte física), um avatar de olhos fechados, passando este a ser considerado a única prova válida de que efetivamente se existiu fisicamente num outro tempo. Ou seja, se o avatar “Post mortem” não aparecer em “*Deep Sleep Mode*” em pelo menos uma rede social, muito provavelmente não se existiu fisicamente.

4.3. A sexualidade digital

A forma de comunicar e de nos relacionarmos uns com os outros, está diariamente a ser redesenhada quer pelos vários contextos que vão surgindo, quer pelas novas possibilidades tecnológicas. A fluidez e a superficialidade das relações (sejam elas sociais, profissionais ou amorosas) entre os utilizadores das redes sociais, têm cada vez mais peso na dualidade dos discursos e dos comportamentos. Uma relação amorosa pode hoje ser terminada online com uma surpreendente e assustadora facilidade e, (aparentemente) sem prejuízos emocionais para os envolvidos. A propósito, Luigi Zoja⁴⁵, um conhecido psicanalista italiano analisou os dados divulgados em 2023 pela ANSA (a mais prestigiada agência de notícias italiana), que mostram um enorme desinteresse sexual, particularmente nos mais jovens.

Ao contrário do século XX, no século XXI muitos países reúnem dados sobre os comportamentos sexuais. Os dados mais completos vêm da Grã-Bretanha, que utiliza vastas amostras, de todas as idades e setores do país. Apesar de uma aceitação da homossexualidade, aqueles que se reconhecem nela, mal ultrapassam 1%; especialmente entre os mais jovens. Os relacionamentos diminuem, enquanto cresce fortemente a percentagem daqueles que pedem fidelidade no casal. Já na Alemanha, os números revelam quedas ainda acentuadas na sexualidade.

O American Journal of Medicine informa que, desde 2000, nos Estados Unidos, a inatividade sexual juvenil aumentou entre 55% e 100%, dependendo da idade.

Deveríamos, portanto, nos preocupar não pelos costumes excessivamente livres, mas por falsos preconceitos difundidos pelo populismo nacional e internacional?, (Soja, 2022).

No livro intitulado “Il Declínio Del Desiderio. Perché il mondo sta rinunciando al sesso”, editado em 2022, pela italiana Einaudi, Zoja revela que um em cada três jovens até aos 25 anos só experimentou o sexo virtual e que 1,600.000 jovens entre os 18 e os 35 anos nunca tiveram relações sexuais e, que não estão desesperados para se iniciarem. Olhando e refletindo a partir destes números, podemos ser levados a pensar que as tão populares aplicações que nos permitem encontrar um parceiro (a) sexual ao virar da esquina, como por exemplo o “Tinder” e o “Meetic” entre outras, podem afinal não ser a última e mais fantástica App do mundo digital. Ou não, já que nas populações adultas, o cenário altera-se. A norte-americana Shani Silver, escritora e apresentadora do “Podcast”, “A single Serving”⁴⁶, revelou à britânica BBC Sounds,

Muitas vezes as pessoas começam por pedir favores sexuais antes sequer de se cumprimentarem ou de dizerem o nome. (Silver,2021)

Talvez seja bom recordar de que a tão ambicionada liberdade sexual, (que tanto custou a conquistar durante os anos sessenta) e, durante a qual a pilula contraceptiva teve um papel fulcral, já não pertence a este século. Será que no tempo atual, existe um certo alinhamento (será exagero chamar-lhe doutrina) das novas gerações (nativos digitais mas não só), que tende a olhar para a liberdade sexual não só com distanciamento em relação à enorme presença verbal e imagética à volta do sexo nos ecrãs e fora deles, mas também como uma efetiva libertação das relações sexuais? Alguns especialistas mais atentos às questões da sexualidade entre os jovens (e às identidades de género que foram surgindo nos últimos anos), defendem de que a sexualidade no regime da realidade virtual, é hoje declinada preferencialmente na solidão.

Acho que elas trazem felicidade para muitas pessoas. Algumas até descobrem o amor ali. É fantástico se você é uma pessoa sociável, as redes também têm o poder de dividir e separar as pessoas. É um espetáculo de mágica, conjura espíritos. É uma extensão do nosso corpo, como a roda é uma extensão do nosso pé. Mas pode ser o último prego cravado no caixão da civilização. (Dylan, 2023)

⁴⁵ Disponível em: <https://www.ihu.unisinos.br/categorias/622909-quando-a-sexualidade-se-explicita-em-solidão-artigo-de-luigi-zoja>

⁴⁶ Disponível em: <https://open.spotify.com/show/0vVwbdT9RAppTSHeamR6S5>

4.4. Yes we canot

Quando as democracias chegaram às redes sociais, muito provavelmente o conjunto das liberdades, dos direitos, das garantias e dos deveres apresentava algumas feridas a precisarem de ser desinfetadas e cicatrizadas. Primeiro, o convincente liberalismo foi fazendo milhares de vítimas durante os séculos XIX e XX (dando espaço ao aparecimento de sistemas totalitaristas), depois o “moderno” e tão propalado neoliberalismo criou também milhares de vítimas abrindo caminho não só às chamadas “ideologias da moda”, mas igualmente ao capitalismo de vigilância: e, este foi-se instalando sem darmos por ele.

Em 2014, cerca de 20 anos depois da invenção da rede mundial de computadores, um extensivo estudo feito pelo “Pew Research” ⁴⁷ revelou que 87% dos americanos usavam a Internet. Destes, 76% revelaram ser “uma coisa boa para a sociedade” e cerca de 90%, afirmou ser “uma coisa boa para mim, (Zuboff, 2019).

Alguns conceituados politólogos como os norte-americanos Daniel Ziblatt e Jacob S. Hacker entre outros, defendem de que nos últimos 50 anos, as democracias (há muito estáveis – mesmo com todas as suas imperfeições), foram-se deixando contaminar pelo poder da banca, pelos grandes grupos económicos e pelos mercados. E não menos significativo, por uma ideologia do currículo académico, do sucesso fácil e imediato - a oligarquia da meritocracia: dos vencedores da positividade. Ideologia essa que a partir de 2009 apanhou uma enorme boleia do *slogan* do 44^o Presidente dos Estados Unidos Barack Obama: “*yes we can*”⁴⁸. Um modelo (que traz consigo uma dissimulada estratificação social), que tem vindo a criar enormes fissuras no estado social e nas grandes e até agora sólidas instituições, que por sua vez não conseguiram evitar que se chegasse ao tempo presente, com um número assustador de pessoas cansadas, polarizadas e, eventualmente mais desligadas entre si. As pessoas vivem hoje com um enorme sentimento de rejeição: sentem que a meritocracia não os contemplou.

⁴⁷ Disponível em: <https://mediatalks.uol.com.br/2021/04/28/estudo-do-pew-research-center-mostra-uso-de-redes-sociais-entre-norte-americanos-em-2021/>

⁴⁸ No original “Si, se puede”, frase da autoria da norte-americana Dolores Huerta, e lema desde 1972 da Associação Nacional dos Camponeses Norte-Americanos

As pessoas sem um diploma universitário, sentem-se menosprezadas pelas elites qualificadas, sentem que o trabalho que fazem e as contribuições que dão, não são valorizadas. Uma das fontes da polarização é o fosso crescente entre os que estão bem na vida, a classe média e os trabalhadores. Há a ideia de que os benefícios de quatro décadas de globalização neoliberal foram quase inteiramente para os que estão no topo, (Sandel, 2024).

E sabemos como as desigualdades afetam (e tendem a centralizar) a perspectiva de como os cidadãos, independentemente da sua nacionalidade, género, classe social e convicções, percebem quer as instituições, quer o poder político.

Diria que há uma profunda divisão cultural que impede as pessoas de ambos os lados de falarem, raciocinarem e debaterem umas com as outras, com civilidade e respeito mútuo. Esta divisão representa a maior ameaça para o futuro da democracia, porque ela exige que as pessoas sejam capazes de falar para além das suas diferenças. Faltam-nos fóruns e espaços públicos para um diálogo que reúna pessoas de diferentes origens e estilos de vida, de diferentes lados da divisão cultural. As redes sociais pioraram a situação, porque o seu modelo de negócio depende de captar e manter a atenção das pessoas durante o máximo de tempo possível”, (Sandel, pág.6).

Será então que as transformações sociais, económicas e culturais que as sociedades vão testemunhando (independentemente de as olharem com mais ou menos capacidade crítica), principalmente nas últimas décadas, estão definitivamente a contribuir (aceleradamente), para um irreversível desenvolvimento de infindáveis zonas inquinadas? Zonas feitas de desigualdades e de sombras e, que terão inevitavelmente consequências, com forte impacto quer num enorme desencantamento e cansaço da classe trabalhadora, quer na validação da vigilância digital e na afirmação de populismos extremos? Donald Trump⁴⁹, que recentemente incitou ataques russos a países europeus que não cumpram com as suas obrigações financeiras no quadro da Aliança Atlântica (NATO), enfrenta nos Estados Unidos acusações criminais por ter tentado alterar e anular o resultado de um ato eleitoral e por alegadamente ter incitado uma invasão ao Capitólio. No entanto, o Ex - Presidente dos Estados Unidos (e futuro candidato ao mesmo cargo), lidera as sondagens para as presidenciais de novembro de 2024.

⁴⁹ Disponível em: <https://cnnportugal.iol.pt/donald-trump/trump/trump-diz-que-encorajaria-vladimir-putin -a - invadir-paises-da-nato-que-nao-cumpram -obrigacoes -financeiras/20240211/65c8899bd34e371fc0bcf21e>

Diz-se que já não se fazem políticos como o Churchill, mas a genética humana não mudou nas últimas décadas. O que mudou foi a forma como os políticos interagem através da Internet e das redes sociais. Os políticos que temos, são fanáticos das suas próprias ideias, e pessoas com essa personalidade, são as únicas que aguentam a pressão da Internet, (Sigman, 2024).

Por outro lado, aproveitando a ansiedade e a agitação dos dias de hoje, os discursos anti democracia e de ódio contra os países hostis, vêm sendo a “bandeira nacional” que tem permitido aos regimes totalitários (asiáticos mas não só), quando confrontados com a intenção de manifestações de insatisfação por parte das classes trabalhadoras, não hesitar em chamar a si, o total controlo sobre os utilizadores (e respetivo tráfego) na Internet - bloqueando não só as redes sociais mas também os sites de informação mais populares. Evitando desde logo, uma rápida e eficaz comunicação entre os descontentes, e a convocação por parte destes de encontros ou manifestações. E acima de tudo, impedir a disseminação de imagens dos protestos, se estes acontecerem. E é sabido que não existindo imagens, provavelmente não aconteceu. “O crime de pensar não implica a morte. O crime de pensar é a própria morte”, (Orwell, 2007, pág. 409). Mais do que contarmos com a proteção dos governos, devemos é proteger-nos dos governos, que podem usar dados privados como mais ninguém”, (Jarvis, 2012).

4.5. “O mais desconcertante enigma dos nossos tempos...”

A enorme alteração do paradigma dos meios de comunicação de massas e para as massas trouxe grandes mudanças (nas práticas mediáticas), para o cidadão (cada vez menos anónimo), para o consumidor (igualmente produtor) e para o produtor (igualmente consumidor). E por isso os novos desafios surgem diariamente, quer estes sejam teóricos, metodológicos ou práticos. Os espaços públicos (ditos tradicionais, estão a dar lugar a outras formas de socialização (outra informação, novas formas de debate de ideias), que por sua vez usam outros tantos canais de propagação. “Acho que no mundo moderno, os adeptos são manipulados pelas redes sociais”, (Mourinho, 2024). Esta (já não tão nova) realidade, está a levantar questões de vária ordem, como por exemplo; existirá na esfera pública digital, condições para ligar vontades, argumentos comuns e consensos?

Provavelmente não. Tendo em conta de que há quem defenda de que o fluxo livre de ideias e informações está a ser danoso para a democracia.

Os novos Media e as redes sociais são aclamadas como veículos para dar voz aos que não têm voz. São também vistos como uma forma de superar os meios de comunicação e os conteúdos controlados pelo Estado, especialmente no mundo em desenvolvimento , (Bartlett, Birdwell, & Littler, 2011).

No entanto, as plataformas de redes sociais também estão a ser cada vez mais utilizadas como meio de capacitar vozes, mensagens ou ideologias disruptivas (por exemplo, xenofobia, neonazismo, anti -imigração/globalização, homogeneidade cultural, etc., (Cook, Waugh, Abdipanah, Hashemi e Rahman, 2014).

Um dos indicadores de uma sociedade informacional passa também pela relação entre essa sociedade e os seus media, no que toca à liberdade dos meios de comunicação expressarem livremente as notícias e as opiniões mas também à relação entre os fruidores e produtores de informação, (Castells, 2005).

Segundo a escritora e ativista indiana Arundhati Roy, Prémio Nobel da Literatura,

a informação está hoje cada vez mais nas mãos das empresas de tecnologia, sejam elas nacionais ou internacionais e não sob o controle dos media. E provavelmente esta realidade estará a contribuir para o crescimento do mais desconcertante enigma do nosso tempo, que é o fato das pessoas estarem a vo- tar, com base na informação que lhes chega (através da tecnologia) e que tem como consequência maior, estarem todos a votar para ficarem sem poder, (Roy, 2024).

Pense-se numa empresa como a Meta por exemplo. Será razoável afirmar de que é possível determinar o impacto (o seu poder) no quotidiano da esfera global? O Facebook, o Instagram e o WhatsApp (todas sob o domínio do todo-poderoso Mark Zuckerberg), reúnem hoje mais de três mil milhões de utilizadores (as), sendo cada um (a) deles (as), um empreendedor (a) de si mesmo: “O novo Homo Oeconomicus”, (Foucault, 2008, p. 366). Mesmo confrontados com estes números impressionantes, não há como não reconhecer igualmente as enormes potencialidades de difusão e partilha de conhecimento quer através da Internet, quer através das redes sociais. As histórias com finais felizes que vão acontecendo um pouco por todo o mundo, a promoção e divulgação da cultura fora do circuito “*mainstream*”, e a Wikipédia⁵⁰, serviço sem fins lucrativos e sem publicidade, (já é o 10º site mais visitado do ciberespaço), são apenas três bons exemplos.

Mas sendo hoje a nova ordem, tecnológica e digital, a democracia (a sociedade civil com direitos e deveres, sistema histórico e relativamente sólido, sempre aberto às transformações e aos desafios de várias ordens nas sociedades), pode estar a sentir algumas dificuldades. Nomeadamente, na compreensão e assimilação não só de fenómenos recentes e de novos atores, como também na leitura do impacto tecnológico e, a velocidade a que este tem vindo a “oferecer” novos mundos, quer à sociedade civil, quer ao estado. Talvez por isso, seja precipitado defender a ideia de que as redes sociais serão hoje o principal “*agent provocateur*” de um certo desligamento emocional que se vai percecionando entre os milhões de utilizadores.

Ainda que segundo os mais recentes relatórios da “We are social” e da “Meltwater”, em conjunto com a Kepios,⁵¹, (empresas que operam na área dos comportamentos sociais e da cultura *online*), cerca de 62% da população mundial está hoje presente nas redes sociais.

4.6. A fragilização da classe trabalhadora

E também vós, para quem a vida é furioso trabalho e desassossego: não estais muito cansados da vida? Não estais maduros para a pregação da morte?”, (Nietzsche, 2013). Os mais recentes números revelam de que os cidadãos (apesar de insistentemente seduzidos), participam cada vez menos na vida política dos seus países e das suas comunidades, seja através dos atos eleitorais, seja nas respetivas assembleias municipais. Embora aparentemente descontextualizado, as reuniões de condomínio são um exemplo da enorme dificuldade em criar pontes de entendimento e do crescente desinteresse pelo bem comum: “vivemos cada vez mais num verdadeiro “*disengagement*”, (Sandel, 2024).

⁵⁰ Disponível em: <https://pt.wikipedia.org/wiki/Wikip%C3%A9dia>

⁵¹ Disponível em: <https://ecommercenews.pt/662-da-populacao-mundial-ja-esta-conectada-a-internet-o-que-e-que-isto-significa-para-a-publicidade/>

A par da poderosa erosão num dos principais pilares da sociedade, a confiança, (seja ela na classe política ou nas grandes instituições sociais), estão a surgir novas formas de fazer política, novos "*players*" e novas organizações. E por isso, a maneira como os cidadãos (e nomeadamente a classe trabalhadora e os mais jovens) se posicionam enquanto eleitores perante o ato eleitoral, quer também a forma como as forças partidárias se apresentam em escrutínio, está a alterar-se significativamente.

E esta nova realidade, tem vindo a contribuir para que as discussões sociais e políticas que se faziam nos cafés e nas coletividades (que teimam em existir) e, nos hemiciclos, estejam (em parte), a migrar para as redes sociais. Neste novo tempo, depois de apurados os resultados dos atos eleitorais e, negociadas as eventuais coligações dos partidos mais votados (caso nenhum atinja números relevantes), podem surgir coligações inusitadas, com políticas surpreendentemente instagramáveis (mas instáveis), que por sua vez, irão ter forte impacto na vida de todos os cidadãos. Estas novas realidades políticas e sociais, bem como as novas políticas comportamentais, têm vindo a contribuir fortemente para uma enorme indiferença e, para um cansaço generalizado nas já bastante desencantadas classes trabalhadoras.

Desencantados com os seus empregos, com os seus salários e com a classe política (que supostamente os deveria representar), recusam-se a alinhar por uma difundida sensação de que "não apenas o capitalismo é o único sistema político e económico viável, mas também de que agora é impossível até mesmo imaginar uma alternativa coerente a ele, (Fisher, 2009). Há hoje um enorme pudor na classe média; as pessoas acreditam cada vez menos e vão cedendo (vão sendo afastadas/desligadas), enquanto atores participativos.

As pessoas queixam-se de que as suas vozes não são realmente ouvidas em Bruxelas e de que Bruxelas está a emitir regulamentação que as pessoas julgam não refletir os seus valores e interesses. As decisões estão a ser tomadas por tecnocratas e burocratas distantes, (Sandel, 2024).

A classe trabalhadora estará definitivamente a perder espaço no admirável e glamoroso mundo neoliberal. Narcísico e exibicionista, este novo mundo, suportado pelas redes sociais vem construindo uma nova visão de si próprio: onde todos (as) são jovens urbanos (as), bem sucedidos (as) e, globalmente ligados (as). E quem não está alinhado (a) é fortemente afetado (a) quer em termos pessoais, quer em termos familiares e sociais. E são estes “desalinhados (as)” que estão continuamente a deixar de ter voz, e que de alguma maneira estão a ser descontinuados (as): em nome da nova ordem. Na perspectiva do filósofo e ensaísta Byung - Chul Han, há como que uma cedência do lugar que ocupavam na hierarquia de classes; no enxame.

As pessoas rendem-se silenciosamente cada vez mais à sedução do sistema, ao desaparecimento do erotismo. O narcisismo e exibicionismo que atualmente proliferam, por exemplo nas redes sociais, e a obsessão por si mesmas, faz com que os outros desapareçam e o mundo seja cada vez mais um reflexo dessas pessoas, (Han, 2021).

Segundo um estudo realizado em 2023 pela OXFAM⁵², uma prestigiada organização humanitária britânica -, cerca de 1% de super-ricos detêm tanta riqueza quanto os restantes 99%. As cinco pessoas mais ricas do planeta ganham cerca de 13 milhões de euros por cada hora que passa. O mesmo estudo revela ainda que desde 2020, ano do “*lockdown*”, a fortuna dos milionários aumentou cerca de três vezes mais rápido do que a taxa de inflação, e que nesse mesmo período, cinco mil milhões de pessoas ficaram mais pobres. Mais atores que diariamente deixam de o ser, vítimas deste gigante rolo compressor.

Criamos um sistema que canaliza tudo para uma classe dominante, e para um número muito pequeno de pessoas incrivelmente ricas, (oligarcas que sejam). Inevitavelmente a enorme massa de pessoas comuns não consegue viver. Eu vivo em Nova York onde é impossível ganhar um salário digno. Para qual-quer pessoa que não faça parte dessas pequenas classes dominantes é muito difícil ter uma vida digna. E sabemos que com estas realidades é muito fácil manipular as pessoas que estão altamente descontentes em direção à extrema-direita, (Waters, 2023).

⁵² Disponível em: <https://sicnoticias.pt/economia/2023-01-16-Parcela-1-mais-rica-do-mundo-acumula-quase-o-dobro-da-riqueza-de-todo-o-resto-do-mundo-2a62345e>

4.7. Colonialismo digital

Mas nesta nova e cada vez maior classe descontente, que está a ser empurrada para níveis muito baixos de subsistência, podem estar os novos atores. Os atores que vêm sendo descontinuados, e que independentemente de passarem a ter uma espécie de existência sem identidade, perceberam a enorme importância dos apoios sociais e outros (e usam-nos social e politicamente), por comparação à menor importância do emprego e do respetivo vencimento mensal. Até porque os gigantes (e bilionários) proprietários das tecnologias (que têm cada vez mais a capacidade e o poder de as impor ao mundo), sabem que a grande maioria dos cerca de 62% da população mundial que está ativa nas redes sociais, (janeiro 2024), usa com bastante facilidade e entusiasmo os recursos tecnológicos, mas ao mesmo tempo carece de uma boa literacia digital. E perante esta realidade, talvez não seja exagerado reconhecer a existência de um certo colonialismo digital, tendo em conta a corporação das empresas que transformam em dados quantificados, as capturas realizadas a todo o instante, com o objetivo de estes gerarem lucros.

Somos desprogramados através dos novos media, sem que possamos compreender inteiramente essa mudança radical de paradigma. Arrastamo-nos atrás dos media digitais, que aquém da decisão consciente, transformam decisivamente o nosso comportamento, a nossa perceção, as nossas sensações, o nosso pensamento e a nossa vida em comum: um exame digital. Embriagamo-nos com os media digitais, sem que possamos avaliar inteiramente as consequências dessa embriaguez. A crise atual deve muito a essa cegueira e à estupidez conjunta, (Han, 2016).

Independentemente do lugar de cada um no exame, estes não param de crescer. E por isso vão surgindo um pouco por todo o mundo, uma série de “apicultores” que se propõe a salvar a espécie. E, Abascal, Erdogan, Le Pen, Milei e Trump são apenas alguns deles, que através dos Média e das redes sociais, alimentam habilmente não só o culto da personalidade (quase de uma forma messiânica), mas também o uso do discurso do ódio e da vitimização, para irem beliscando forte e cruelmente as democracias existentes. Os ricos canalizaram 1,5 mil milhões de dólares para o Partido Popular Indiano (BJP),⁵³ o partido de extrema-direita no poder na Índia. A degradação da maior democracia do mundo não teria sido possível sem os multimilionários”, (Mukherjee, 2024)⁵⁴.

Perante o “exame digital” de Byung - Chul Han, talvez a consciencialização da nossa existência , bem como a capacidade de reflexão que o ser humano ainda vai tendo, contribuam fundamentalmente para pelo menos se tentar ponderar sobre quem se quer ser, ou quem se vai ser no exame. Se as rainhas, que são o centro e a vida - que representam a preservação da espécie e a arquitetura da colmeia, o futuro e as ideias, se os zangões, que não se lhes exige trabalho físico ou intelectual, mas que são sacrificados em nome da ordem (digital), ou ainda se as operárias (as fazedoras), que em modo automático -, trabalham ininterruptamente de forma condicionada e, (sempre) sem questionar. A “ embriaguez”, segundo Byung Chul Han.

Paralelamente a esta escalada, a identidade individual, social e política vai -se esbatendo progressivamente, resultando daqui uma imensa multidão anónima (clandestinidade social), que acima de tudo ainda sonha com o reconhecimento: com o regresso aos tempos em que a classe média educava, governava e contava. Hoje, no final de cada dia, torna-se mais difícil perceber se o lugar que se ocupa no exame terá sido uma escolha individual e livre ou se pelo contrário, esse lugar foi uma decisão de terceiros ou pura e simplesmente uma escolha algorítmica.

Vivemos hoje obcecados não com as coisas, e sim com informações e dados, ou seja, não coisas. Hoje somos todos infômanos. O smartphone é o artigo de culto da dominação digital, já não pedimos desculpa, mas sim que nos prestem atenção. A sociedade do cansaço, em que vivemos esgotados e deprimidos pelas inapeláveis exigências da existência, precisa que a informação se cale”, (Han, 2021).
Investigadores e académicos têm estado na linha da frente, quando a questão é defender de que a perda de privacidade (que não se esgota no cidadão singular mas que pode e deve começar por este), tende a restringir os valores coletivos e o exercício democrático de cidadania. Tentar ser particular, será cada vez mais um ato de resistência e, por isso, pode tornar-se perigoso o fato de ser muito mais fácil abdicar de uma identidade própria (eventualmente mais saudável), para pertencer a um coletivo. Para fazer parte da colmeia: da bolha digital.

⁵³ Disponível em: <https://www.bbc.com/portuguese/articles/cgrr1k91dweo>

⁵⁴ Disponível em: <https://www.publico.pt/2024/03/29/mundo/cronica/voto-protesto-pobres-comprado-ricos->

Neste tempo perigoso e urgente, salvam-nos os artistas, os criadores de beleza. Estes são tempos perigosos e não é hora de nos sentarmos a lamentar sobre a condição do mundo. Deixemos isso para os habitantes arrogantes desse espaço mais morbidamente neurótico, as redes sociais, (Cave, 2024).

A União Europeia criou em março de 2021, a Bussola Digital ⁵⁵, um importante documento que apresenta uma visão estratégica e, define metas para promover a digitalização na EU até 2030, em áreas como a segurança, a liberdade de escolha, a solidariedade e a inclusão, a prioridade dos direitos dos cidadãos e a sustentabilidade entre outros. Mas perante esta boa decisão, talvez fosse necessário querer mais; talvez se conseguisse ir mais longe. Começa a sentir-se uma certa urgência em passar a mensagem de que é imperioso criar o direito à informação inacessível. Fazendo-se um esforço grande de sensibilização, no sentido de as instituições e os cidadãos serem um pouco mais ambiciosos e contrariarem a máxima de que “informação é poder”, por uma outra onde o poder seja cada vez mais a “privacidade”?

Estarão então as redes sociais (e o que nelas acontece), a par de outras transformações sociais e políticas, a contribuir para uma perniciosa aceleração da indiferença global? E será que ninguém percebeu de que antes da chegada e implementação das redes sociais, já existiam variadíssimos sinais de descontentamento e uma certa indiferença (quijá até rejeição) a essa mesma globalização de parte do mundo? É muito provável de que no mundo *online*, a próxima grande revolução cultural esteja já em andamento e, é sabido, de que todas as revoluções sem exceção, têm sempre um custo enorme em termos económicos e sociais. Para já, “o novo normal” tende a recomendar que não obstante o lugar que cada cidadão ocupa no enxame, será necessário continuar a alimentar a máquina. É obrigatório estar ligado e, sistematicamente a produzir conteúdo: porque o futuro (muito provavelmente), ao digital pertence. Entretanto e, apenas para quem eventualmente possa sentir-se um pouco desajustado, será sempre de grande relevância lembrar de que continua a existir vida para além das redes sociais: é tudo uma questão de engenho para encontrar a ligação certa.

⁵⁵ Disponível em: <https://bussola.gov.pt/SitePages/B%3%BAssola-Digital-2030--onde-est%C3%A3o-inscritas-as-metas-e-os-meios-para-alcan%C3%A7ar-as-ambi%C3%A7%C3%B5es.aspx>

Conclusão

A presente dissertação teve como objetivo principal, elaborar uma reflexão (rigorosa tanto quanto possível), sobre a presumível relação (causa efeito), entre as redes sociais e um eventual desligamento emocional (uma certa falência empática), que parece estar a desenvolver-se entre os seus milhões de utilizadores. Sem perder o foco nesta presumível relação, decidiu-se olhar igualmente não só para o modo como as redes sociais estão organizadas e de como estão sistematicamente a ser reorganizadas (tendo como objetivos algo que já vai muito para além da rápida e eficaz comunicação global), mas também para algum estado da arte relacionado com a forma como hoje se pensa e debate a Internet e, as redes sociais. E se estas por sua vez, poderão de alguma maneira estar a contribuir para uma certa globalização da indiferença, que se vem percecionando nos tempos mais recentes.

No âmbito do Capítulo I, verificou-se (através das várias fontes consultadas) de que com o advento das primeiras redes sociais, a primeira grande conquista destas perante o ser humano, foi quando começaram a permitir aos primeiros utilizadores a interação *online*, em tempo real e gratuitamente com os amigos, com a família e, com desconhecidos. E talvez esta fantástica novidade tenha sido, o ponto de partida para um certo encantamento do próprio pelo próprio. Circunstância essa que viria a atingir o seu auge durante o “*lockdown*” de 2020, chegando mesmo a ganhar contornos de obsessão. Surgiram então os primeiros alertas. Alguns investigadores através de vários canais de comunicação, começaram a chamar a atenção para o crescimento de uma ainda pouco transparente nova ordem – a que hoje se chama cancelamento -, nas redes sociais, resultante de uma desenfreada ligação global – que estava a criar verdadeiros enxames digitais e de como estes, podiam de alguma maneira estar a espelhar uma certa inflexibilidade e intolerância (embora numa fase inicial ainda muito camuflada por exemplo, com simpáticos emojis) para com a diferença e para com o pensamento crítico. O grande dilúvio estava a caminho, mas para os milhões de utilizadores e curiosos - potenciais utilizadores -, estava-se perante um novo e admirável mundo: o mundo das redes sociais.

Por esta altura, e também tendo em conta as fontes consultadas, foi possível verificar de que para a grande maioria das pessoas (independentemente dos vaticínios de alguns académicos mais atentos), era fundamental dialogar o mais possível e com o maior número de amigos e novos amigos, e como tal, não era ainda possível antever o que de alguma maneira começava a desenhar-se. Já no âmbito dos capítulos seguintes, e de alguma da bibliografia lida, foi possível verificar que durante os primeiros anos das redes sociais, (quer devido ao impacto da originalidade e capacidade transformadora destas, quer também devido à prática da descoberta das mesmas), os utilizadores foram-se mantendo ocupados e entretidos, com pouca ou nenhuma consciência de que estavam a tornar-se tendencialmente alheios a uma enorme surdez e afasia comunicacional que paralelamente começava a impor-se e por sua vez, a sobrepor-se à tradicional, cooperante e democrata comunicação interpares à escala global. . “As redes sociais não ensinam a dialogar, porque é muito fácil evitar a controvérsia”. (Bauman, 2016).

Constatou-se também, que não foi possível aferir com clareza se entre o aparecimento das primeiras redes sociais, designadas como tal (década de 90) e as mais recentes (anos 2000), teria sido possível antever a chegada a estas, de um conjunto de fenómenos, tais como os discursos de ódio, os populismos (muitas das vezes sem rosto), e a “nova e letal ordem” cultura de cancelamento, entre outros.

No entanto, foi possível apurar de que a cada rede social que surgia, (mesmo tendo em conta os estados mais ou menos democráticos onde estas se foram espelhando), a identidade de grupo não só se atingia muito rapidamente, como se humanizava digitalmente e, sem grande demora. “Nós pensamos muito e sentimos pouco. Mais do que máquinas, precisamos de humanidade”, (Chaplin, 1940). Foi igualmente possível verificar de que as redes sociais tinham uma vertente capciosa (e mimética) – estavam a tornar-se generosas e muito sedutoras. Convidavam os seus utilizadores a comunicar mais e durante mais tempo (e cada vez mais de forma transparente) entre si, sempre com uma distância (aparentemente) segura, e sem fronteiras geográficas. E como se não bastasse, estas maravilhas da comunicação ainda garantiam o anonimato e uma popularidade nunca experienciada.

Não havendo bela sem se não, foi possível verificar que as redes encerram em si, o êxtase da comunicação repentina: do agora. Ainda no capítulo II, foi igualmente possível verificar não só de que os novos *Média* criaram uma das mais influentes profissões do séc. XX - o *Influencer*, (uma espécie de novo super-herói) -, mas também de que os portugueses apesar de despenderem largo tempo na internet e nas redes sociais, não aparecem nas dez primeiras posições dos países europeus “mais viciados” nas redes sociais.

Nos capítulos III e IV, tentou-se mostrar de que considerando as fantásticas capacidades das redes sociais, talvez a empatia - uma das maiores características do ser humano -, tenha começado a perder importância, cedendo à vertiginosa vontade dos seus utilizadores de ser relevante; de fazer parte de algo que continua a tornar-se imenso. Não tendo sido possível obter uma resposta precisa e devidamente suportada (sobre um eventual crescimento de apatia social provocado pelas redes sociais), foi possível verificar ao longo da investigação, o desenfreado aparecimento de enormes bolhas e inúmeros ecossistemas digitais que relacionando-se entre si, vão “tecendo” uma (quase inviolável) apologia de identidade una, enfraquecendo o direito de cada um, à individualidade de ser singular.

Pensem, por exemplo, no contexto de pandemia, como o trabalho dos médicos e enfermeiros seria terrivelmente enfraquecido se os homens do lixo não recolhessem esse mesmo lixo. Em última análise a saúde pública sucumbiria. Enfim, é preciso furar as bolhas, ligar de novo e reconstruir uma base democrática., compartilhada e proporcionar a troca cívica entre os que na corrida da vida correm de ténis e os que correm descalços, sem arrogância no sucesso e se amargura na derrota. O fracasso de um ser humano é de todos, como também o é a felicidade, (Sanders, 2024).

Ainda que (segundo os factos da história), as transições culturais e sociais mais relevantes, estejam sempre (e, de alguma maneira) ligadas à linguagem e à escrita, foi possível apurar durante a vigorosa e gratificante pesquisa bibliográfica, de que existem vários e excelentes trabalhos publicados que indicam de que as redes sociais estarão efetivamente a alterar o modo como as pessoas hoje se ligam e comunicam entre si.

E do quanto estas ligações (quase espontâneas e por isso sem grande compromisso), estarão a tornar-se intrusivas, provocando um enorme e pernicioso impacto não só na vida privada das mesmas, mormente na maneira como se olha no presente para os vários pilares da democracia e para a importância do pensamento crítico e livre. Durante o desenvolvimento da presente dissertação, foi também ficando perceptível de que o cada vez maior “poder de fogo” dos impérios tecnológicos, constituídos pela Google, Apple, Facebook, Amazon e Microsoft (GAFAM)⁵⁶, a disseminação das “*fakenews*” e os fenómenos populistas, estarão a abanar fortemente os sistemas democráticos e conseqüentemente, o equilíbrio emocional dos cidadãos. O comportamento e a mente dos indivíduos quando estão em grupo é absolutamente distinto do seu comportamento quando agem e pensam isoladamente”, (Gustave Le Bon, 1841 – 1931).

Para além do enorme impacto das redes sociais nas vidas e nas comunicações de milhões de pessoas, foi igualmente possível verificar de que algumas das questões mais prementes e igualmente mais complexas de resolver (ou pelo menos de apaziguar), prendem-se não só, com a atual (e assustadora) tendência dos mais jovens para o isolamento, para a solidão e, para a adição, mas também com o fato das classes trabalhadoras, começarem a sentir-se incapacitadas para distinguir a verdade dos factos e a inverdade das construções.

Para além destas duas questões, conseguiu-se (graças à excelência de algumas das fontes), ir mais além e perceber de que o cansaço e o desencanto que tem vindo a instalar-se nas classes mais desfavorecidas, o respetivo desligamento destas – constata-se uma certa indiferença e uma conseqüente complacência para com os fenómenos populistas -, perante o predominante neoliberalismo, começa a ser uma preocupação para as comunidades científicas e académicas.

⁵⁶ Disponível em: <https://gafam.theglassroom.org/>

Finalmente, parece ser possível afirmar de que um pouco por todo o mundo se está a instalar uma certa adoração tecnológica (partindo do princípio de que a história não aceita o vazio, a empatia parece ter o futuro assegurado), podendo a Inteligência Artificial (IA) tornar-se na próxima grande utopia do ser humano – que eventualmente poderá levar o mesmo a desejar como nunca (contra tudo e contra todos), a beleza e, a juventude eternas.

À guisa de conclusão, talvez a grande questão, cuja resposta não surgiu durante o desenvolvimento da presente dissertação (e considerando esta nova condição civilizacional), esteja no facto de o ser humano ser (ou não) capaz, de rejeitar emoções a baixo preço e, simultaneamente conseguir manter a faculdade de sentir: de sentir a emoção alheia como se fosse sua.

Notas Finais

Em jeito de notas finais, pareceu relevante afirmar de que durante a elaboração da presente dissertação, (processo que viria a tornar-se uma agradável experiência académica e emocional), percebeu-se desde muito cedo de que o trabalho, mesmo sob a orientação do seu orientador, Professor Doutor Jacinto Godinho, seguiria claramente em duas direcções - para o exterior e para o interior do seu autor.

A pesquisa bibliográfica e documental e respetiva execução do trabalho, foi revelando um vasto mundo de conhecimento e de pensamento crítico, na maior parte das vezes, extraordinariamente bem fundamentado. Quando confrontados quer com dias menos profícuos, quer com vários constrangimentos que foram surgindo (de vários níveis de dificuldade), foi de algum modo encorajador constatar que se reagiu sempre de forma adequada, conseguindo numa boa parte das vezes (e sempre que ultrapassados os mesmos), uma verdadeira gratificação. Considera-se igualmente que foi de extrema importância a chamada ao trabalho presente, de extraordinários investigadores, filósofos e docentes; verdadeiros guardiões do conhecimento, como Byung - Chul Han, Michael J. Sandel, Zygmunt Baumann e Yuval Harari, entre tantos outros, igualmente extraordinários.

Saliente-se também a enorme importância de que muito provavelmente, a principal conquista desta dissertação é a enorme contribuição da mesma, para que o seu autor constate de que à data de hoje é melhor pessoa, mais conhecedora da matéria aqui desenvolvida (e de outras), mais curioso e porque não, bastante mais completo. E por isso considera-se igualmente importante evidenciar de que a cada capítulo concluído, o autor talvez já não fosse bem o mesmo. Porque a sua perspetiva e o seu ângulo de análise foram mudando, tal como a escrita e a capacidade de pensar as coisas, que por sua vez, se foram tornando menos artificiais, logo, mais seguras, e mais válidas.

E, como tal (e de forma consciente), o autor foi-se revelando ao longo do trabalho, acreditando efetivamente de que quanto mais próximo foi estando da conclusão do mesmo, mais conhecimento foi tendo de si próprio.

E uma vez que a tempestade acabe, tu não te vais recordar como conseguiste atravessá-la, e como fizeste para sobreviver. Nem vais ter a certeza se, de facto, a tempestade acabou realmente. Mas uma coisa é certa. Quando saíres da tempestade, não serás a mesma pessoa que entrou, (Murakami, 20026).

Afigura-se igualmente revelar de que algumas das ideias que aparentemente encerravam em si menos expectativas, tornaram-se por vezes nas mais surpreendentes. A verdadeira discussão do impacto das redes sociais na empatia (ou na falta dela) entre os seres humanos pode até ainda nem sequer ter começado – há aliás quem defenda de que no presente, qualquer ideia que se escreva sobre esta matéria, e que tenha mais de cinquenta páginas, corre o risco de ficar desatualizado no dia seguinte. E talvez por isso, seja de extrema importância questionar (é sempre de extrema importância questionar), se faz sentido querer perceber para onde estão as redes sociais a levar o ser humano, antes de tentar entender quer os mais recentes fenómenos políticos e sociais, quer o ressurgimento de outros (infelizmente) bem conhecidos, bem como o impacto destes nas cansadas e desiludidas classes trabalhadoras.

Questionar por exemplo, se será possível humanizar o capitalismo e porque não, refletir sobre os prós e os contras de efetivar a democratização (à escala mundial) das tecnologias? Refletir seriamente sobre se uma melhor e maior literacia digital (com mais e melhores recursos), contribuirá para uma atitude mais esclarecida e mais bem preparada para identificar por exemplo, as diferenças entre o que deve ser público e o que deve ser privado, e o que é verdadeiro e o que pode ser uma construção sob a construção?

No sentido de tornar mais fácil a compreensão de algumas questões referidas neste trabalho, relacionadas por exemplo com a adição, a ansiedade e a solidão, a ideia de que urge chamar os mais jovens para grupos de reflexão e de trabalho, foi ganhando força, ao longo da presente dissertação. Finalmente e, a propósito da temática tratada, deseja-se a boa produção de estudos, teses, ensaios e outros trabalhos verosímeis (sejam eles fruto da maior ou menor experiência dos seus autores), no sentido de continuar a alimentar o conhecimento; tentando sempre não perder a extraordinária capacidade (apesar de todas as diferenças que possam “distanciar” os seres humanos), de construir.

Concluídas estas notas finais, considerou-se igualmente de enorme importância, revelar que independentemente da qualidade da dissertação presente, fica a certeza de que efetivamente se pensou sobre a verdade do argumento.

Referências

Aubin L. (2022). Teoria Mimética: Principais Conceitos de uma Antropologia Morfogenética. (Ensaio). Universidade Federal de Pernambuco, Recife, PE, Brasil
Disponível em: <https://periodicos.ufrn.br/vivencia/article/view/31175>
(Consultado a 20 de janeiro, 2021)

American Society of Plastic Surgeons, (2088). Plastic Surgery Statistics Report
Disponível em: <https://www.apple.com/pt/app-store/>
(Consultado a 16 de março, 2022)

Andrade, J. (2024). “Construir a tecnologia com o fim de desempenhar o papel de deus seria um equívoco”
Disponível em: <https://www.dn.pt/1388927748/construir-a-tecnologia-com-o-fim-de-desempenhar-o-papel-de-deus-seria-um-equivoco/>
(Consultado 16 de março, 2022)

Andrade, M. (2010). A banalidade do mal e as possibilidades da educação moral: contribuições arendtianas
<https://www.scielo.br/j/rbedu/a/ByLpxkpQTJk4LGSR4SgHhVr/#>
(Consultado a 17 de abril, 2022)

App Store, (2024). “As apps da sua vida. De fonte segura”
Disponível em: <https://www.plasticsurgery.org/documents/News/Statistics/2018/plastic-surgery-statistics-full-report-2018.pdf>
(Consultado a 19 de junho, 2021)

Aryal, J. (2024).”Plastic Sugery Marketing Statistics – Unlock your Practtice’s Potencial”
Disponível em: <https://www.digitalspotlight.com/plastic-surgery-marketing-statistics/>
(Consultado a 9 de maio, 2022)

Beatriz, C. (2024). “Trump diz que encorajaria Putin a invadir países da NATO que não cumpram obrigações financeiras”
Disponível em: <https://cnnportugal.iol.pt/donald-trump/trump/trump-diz-que-encorajaria-vladimir-putin-a-invadir-paises-da-nato-que-nao-cumpram-obrigacoes-financeiras/20240211/65c8899bd34e371fc0bcf21e>
(Consultada a 20 de março, 2024)

Barros, C.(2023). *BlueSky?*
Disponível em: <https://expresso.pt/sociedade/tecnologia/2023-08-22-O-que-e-a-Bluesky--Uma-rede-social-que-e--quase--um-clone-do-Twitter-explicada-em-quatro-perguntas-d3f1476f>
(Consultado a 10 de abril, 2021)

Bello, M.M. (2020). Social media, Privacidade e dados Online: Implicações para a comunicação e marketing (Tese de Mestrado). Faculdade de Ciências Humanas da Universidade Católica Portuguesa
Disponível em: <https://repositorio.ucp.pt/bitstream/10400.14/37272/1/202731553.pdf>
(Consultado a 10 de abril, 2023)

Blanco, L. (2023). “Os bilionários da tecnologia estão a preparar-se para a catástrofe que eles mesmos provocaram”
Disponível em: <https://www.ihu.unisinos.br/categorias/632350-os-bilionarios-da-tecnologia-estao-se-preparando-para-a-catastrofe-que-eles-propios-provocaram-entrevista-com-douglas-rushkoff>
(Consultado a 12 de setembro, 2023)

Blasco, P. G. (2023). “Byung-Chul Han : No enxame- Perspetivas do digital”
Disponível em: <https://pablogonzalezblasco.com.br/2023/12/24/byung-chul-han-no-enxame-perspectivas-do-digital/>
(Consultado a 14 de março, 2024)

Brailowskaia, J., Margraf, J. (2024). From fear of missing out (FOMO) to addictive social media use: The role of social media flow and mindfulness Ddisponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0747563223003357>.
Consultado a 23 de fevereiro, 2024)

Brandão, Vera. (2020). Sobre a Solidão. Longeviver. Disponível em: <file:///C:/Users/DELL/Downloads/819-1307-1-SM.pdf>
(Consultado a 10 julho, 2023)

Bor, A., Bang, M., (2021). The Psychology of Online Political Hostility: A Comprehensive, Cross-National Test of the Mismatch Hypothesis. Disponível em: <https://www.cambridge.org/core/journals/american-political-science-review/article/abs/psychology-of-online-political-hostility-a-comprehensive-crossnational-test-of-the-mismatch-hypothesis/C721597EEB77CC8F494710ED631916E4>
(Consultado a 20 de junho, 2022)

Bowie, D. (1999) O que aí vem é inimaginável. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=fib-l6IMXJc>

(Consultado a 22 de setembro, 2021)

Bowie, D. *Diamond Dogs*. UK: RCA, 1974

Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=OTIsnYPG4IU>

(Consultado a 23 de setembro, 2021)

Brandão, L. (2020). “A hipermodernidade de Gilles Lipovestky”
Disponível em: <https://comunidadeculturaearte.com/a-hipermodernidade-de-gilles-lipovetsky/>
(Consultado a 21 de fevereiro, 2024)

Cardoso, K. (2021) O impacto das redes sociais na autoestima
Disponível em: <https://psicologakarlacardozo.com.br/blog/o-impacto-das-redes-sociais-na-autoestima/>
(Consultado a 4 de janeiro, 2023)

Carvalho, J.Q., Ferreira, E.S. (2020). Hate and Intolerance in Digital Social Networks
<https://www.proquest.com/openview/9bc3df69e091c6978493f44c586b1695/1?pq-origsite=gscholar&cbl=2040298>
(Consultado a 7 de outubro, 2021)

Rodrigues, L. P. (2018). As redes sociais estão mais fortes do que nunca
<https://www.lprcomunicacao.com/manuel-castells-as-redes-sociais-estao-mais-fortes-do-que-nunca>
(Consultado a 22 de maio, 2022)

Castells, M. (2005). A sociedade em Rede / Do Conhecimento à Ação Política
Disponível em: <https://citacoes.in/citacoes/2026539-manuel-castells-um-dos-indicadores-de-uma-sociedade-informacional/>
(Consultado a 19 de novembro, 2023)

Cardoso, M. E. (2024). “Gosto imenso de ti”
Disponível em: <https://www.publico.pt/2024/10/30/opiniao/opiniao/gosto-imenso-2109873>
(Consultado a 30 de outubro, 2024)

Cavalcante, T. (2023). “A saúde mental dos criadores importa aos seus seguidores?”
Disponível em: <https://www.promoview.com.br/conteudo-especial/saude-mental-criadores-seguidores/>
(Consultado a 18 de março, 2023)

Cave, N. (2023). “Issue #267 The Red hand Files”
Disponível em: <https://www.theredhandfiles.com/three-single-words-that-you-like/>
(Consultado a 15 agosto, 2023)

Cave, N. (2024). “Issue #274 The Red Hand Files”
Disponível em: <https://www.theredhandfiles.com/ever-felt-alien-to-yourself/>
(Consultado a 15 de agosto, 2024)

Collins, A. (2020). The True Cost of Cheap Botox Disponível em: <https://www.saveface.co.uk/en/blog/post/the-true-cost-of-cheap-botox> (Consultado a 22 de outubro, 2023)

DiResta, D. (2020). The Supply of Disinformation Will Soon Be Infinite. The Atlantic. Disponível em: <https://www.theatlantic.com/ideas/archive/2020/09/future-propaganda-will-be-computer-generated/616400/> (Consultado a 2 de fevereiro, 2022)

Cordeiro, F. (2018). “A teoria não são só palavras numa página, mas também coisas que fazem”.

Disponível em: <https://www.buala.org/pt/cara-a-cara/a-teoria-nao-sao-so-palavras-numa-pagina-mas-tambem-coisas-que-se-fazem-entrevista-com-n> (Consultado a 30 de julho, 2024)

Costa, J.N. (2015). O vazio da era hipermoderna. Faculdade Anhanguera de Jacareí – SP Disponível em: <https://portalintercom.org.br/anais/sudeste2015/resumos/R48-0258-1.pdf> (Consultado a 15 agosto, 2023)

Costa, R.M., Pimenta, F., Valente, A.V., Patrão, I., Centro de Investigação William James. ISPA – Instituto Universitário, Lisboa, Portugal. (2020). A Solidão e as redes sociais: porque nos sentimos tão sós nos locais mais apinhados de gente Disponível em: <https://observatoriosocial.fundacaolacaixa.pt/pt/-/a-solidao-e-as-redes-sociais-por-que-nos-sentimos-tao-sos-nos-locais-do-mundo-mais-apinhados-de-gente> (Consultado a 22 de setembro, 2022)

Cramer, S., Inkster, B. (2017). Social media and young people's mental health and wellbeing. RSPH Vision, Voice and Practice Disponível em: <https://www.rsph.org.uk/static/uploaded/d125b27c-0b62-41c5-a2c0155a8887cd01.pdf> (Consultado a 10 de março, 2023)

Curgel, L. (2021). “Estabilidade do uso de redes sociais nos EUA e avanço do YouTube Disponível em: <https://mediatalks.uol.com.br/2021/04/28/estudo-do-pew-research-center-mostra-uso-de-redes-sociais-entre-norte-americanos-em-2021/> (Consultado a 12 de janeiro, 2022)

Dia Mundial da Língua Portuguesa

Disponível em: <https://secretariadoexecutivo.cplp.org/media/24ta4izx/discurso-do-secret%C3%A1rio-executivo-da-cplp-dia-mundial-da-l%C3%ADngua-ano-de-2023.pdf> (Consultado a 14 de janeiro, 2022)

Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5-TR)

Disponível em: <https://www.psychiatry.org/psychiatrists/practice/dsm>
(Consultado a 29 de agosto, 2024)

Di Resta, D. (2020). The Supply of Disinformation Will Soon Be Infinite

Disponível em: <https://www.theatlantic.com/ideas/archive/2020/09/future-propaganda-will-be-computer-generated/616400/>
(Consultado a 2 de novembro, 2022)

Dossier da Intolerância nas Redes Sociais, (2016)

Disponível em: <https://www.comunicaquemuda.com.br/dossie/intolerancia-nas-redes/>
(Consultado a 12 de janeiro, 2024)

Eco, U. (2022). A biblioteca do mundo: RTP

Disponível em: <https://www.rtp.pt/play/p3093/e714024/a-grande-ilusao>
(Consultado a 6 de maio, 2023)

Eede, C. (2021). "Snoop Dogg releases new album, 'The Algorithm': Listen

Disponível em: <https://dijmag.com/news/snoop-dogg-releases-new-album-algorithm>
(Consultado a 4 de maio, 2022)

Expresso. (2023), "Fortunas dos cinco mais ricos aumentaram 114% desde 2020:Oxfam defende intervenção estatal para controlar concentração de riqueza

Disponível em: <https://expresso.pt/economia/2024-01-15-Fortunas-dos-cinco-mais-ricos-aumentaram-114-desde-2020-Oxfam-defende-intervencao-estatal-para-controlar-concentracao-de-riqueza-0ac92aff>
(Consultado a 15 de dezembro, 2022)

Farid, H. 2021. "What?, So What?, Now What?". Youtube, 00:05:08

Disponível em: <https://cltc.berkeley.edu/publication/what-so-what-now-what-episode-3-a-video-on-deepfakes-featuring-prof-hany-farid/>
(Consultado a 4 de maio, 2023)

Fernandes, F. (1998, dezembro 9). (*As Formas do Saber*), 9/12

Disponível em: <https://www1.folha.uol.com.br/fsp/ilustrad/fq09129806.htm>
(Consultado a 15 de fevereiro, 2021)

Fernandes, R. (2024). "Não posso esperar 70 minutos por uma conferência"

Disponível em: <https://www.abola.pt/futebol/noticias/mourinho-fala-em-falta-de-respeito-nao-posso-esperar-70-minutos-por-uma-conferencia-2024092510204202727>
(Consultado a 28 de julho, 2022)

Floyd, P. Keep Talking. UK. EMI Records, (1994)

Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=HJ7zbzJZsjs>
(Consultado a 2 de agosto, 2023)

Frances Haugen. (2024). Facebook Whistleblower Frances Haugen. 60 Minutes
Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=Lx5VmAdZSI>
(Consultado a 15 de junho, 2023)

Franco, E. (2021). “Primeira “Digital Nomad Village” da Madeira abre amanhã na Ponta do Do Sol”
Disponível em: <https://www.dnoticias.pt/2021/2/17/251071-primeira-digital-nomad-village-da-madeira-abre-amanha-na-ponta-do-sol/#>
(Consultado a 8 de agosto, 2022)

Freitas, S. (). “A influência das Redes Sociais na Infidelidade dos Casais”
Disponível em: <https://www.psi-prof.pt/storage/article/file/dra-slvia-freitasa-influncia-das-redes-sociais-na-infidelidade-dos-casais2017-03-11-1554031489247643.PDF>
(Consultado a 22 de fevereiro, 2022)

Frier, S. (2020). A decade of Instagram
<https://www.theverge.com/2020/10/7/21506016/instagram-10-year-anniversary-sarah-frier-interview>
(Consultado a 4 de janeiro, 2024)

Frier, S. (2020). Episode #24 – No Filter
Disponível em: <https://podcasters.spotify.com/pod/show/instagramstories/episodes/Episode-24---No-Filter-The-Inside-Story-of-Instagram-with-Sarah-Frier-e1to0df>
(Consultado a 25 de agosto, 2022)

Gallardo, A. M. (2019). “A tecnologia digital está nos desconectando da nossa alma”
Disponível em: <https://www.ihu.unisinos.br/categorias/588458-a-tecnologia-digital-esta-nos-desconectando-de-nossa-alma-entrevista-com-douglas-rushkoff>
(Consultado a 12 de agosto, 2023)

Generative Pretrained Transformer – 3
Disponível em: <https://pianalytix.com/generative-pre-trained-transformer-3-gpt-3/>
(Consultado a 12 de janeiro, 2024)

Guedes, C. (2006). Sociabilidade e sociedade de risco: um estudo sobre relações na modernidade. Physis.
Disponível em: <https://www.scielo.br/j/physis/a/VCCz8xTv7HYsnJpW6VfXYbj/>
(Consultado a 30 de novembro, 2023)

Gupta, M., Sharma, A. (2021). "Fear of missing out: A brief overview of origin, theoretical underpinnings and relationship with mental health"

Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8283615/>

(Consultado a 13 de setembro, 2023)

Hall, G., (2023). Remote Portugal

Disponível em: <https://remote.com/news/209113-introducing-the-2021-remote-influencer-report>

(Consultado a 15 de maio, 2023)

Harari, Y. N. (2024). O que acontece quando os bots competem pelo nosso amor

Disponível em: <https://expresso.pt/semanario/ideias/2024-09-19-o-que-acontece-quando-os-bots-comecam-a-competir-pelo-nosso-amor--por-yuval-noah-harari-e156ac20>

(Consultado a 29 de setembro, 2024)

Harari, Y. N. (2016). Homo sapiens is na obsolete algorithm': Yuval Noah Harari on how data could eat the world.

<https://www.wired.com/story/yuval-noah-harari-dataism/>

(Consultado a 4 de novembro, 2023)

Hashimoto, C. C. S. (2019). Dataísmo, a religião do século XXI e sua manifestação do sagrado no filme I Am Mother (2019)

Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/epigrafe/article/view/167193>

(Consultado a 23 de setembro, 2022)

Heidegger, M. (1977). The Question Concerning Technology and Other Essays. Tradução para inglês de Lovitt, W.

Disponível em: <https://www2.hawaii.edu/~freeman/courses/phil394/The%20Question%20Concerning%20Technology.pdf>

(Consultado a 27 de abril, 2023)

Henriques, J. G. (2012). "Gostaria de convencer as pessoas a escolher a exposição pública"

Disponível em: <https://www.publico.pt/2012/11/23/tecnologia/entrevista/gostava-de-convencer-as-pessoas-a-escolherem-a-exposicao-publica-1573436>

(Consultado em: 12 de março, 2022)

Hiadt, J. 2024. "Are smartphones Ruining Childhood?". Youtube, 00:38:14 Disponível em:

https://www.ted.com/talks/jonathan_haidt_are_smartphones_ruining_childhood?subtitle=en (Consultado a 10 de março, 2024)

How Portugal's Madeira Island became a Digital Nomad Hotspot with Gonçalo Hall
Disponível em: <https://www.theremotenomad.com/blog/how-portugals-madeira-island-became-a-digital-nomad-hotspot-with-gonalo-hall>
(Consultado a 15 de maio, 2023)

Instituto Português do Mar e da Atmosfera (IPMA)
<https://www.ipma.pt/pt/index.html>
(Consultado a 28 de julho, 2023)

Karlovitch, S. (2024). "Consumers still ally with brands on social: Here's what the numbers say"
Disponível em: <https://www.marketingdive.com/news/consumers-continue-use-social-media-connect-with-brands/729205/>
(Consultado a 2 de abril, 2024)

Kemp, S. (2024). Digital 2024: Global Overview Report
Disponível em: <https://datareportal.com/reports/digital-2024-global-overview-report>
(Consultado a 17 de agosto, 2023)

Kovacks, B., Caplan, N., King, M., Grob, S. (2020, dezembro). (*Social Networks and Loneliness During the COVID-19 Pandemic*), 12
Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/347388316_Social_Networks_and_Loneliness_During_the_COVID-19_Pandemic
(Consultado a 23 de agosto, 2023)

Lévi, P. (2012). A automatização dos empregos
Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=3PoGmCuG_kc
(Consultado a 13 de outubro, 2022)

Lucca, N. (2021). Migalhas de IA e proteção de dados
Disponível em: <https://www.migalhas.com.br/coluna/migalhas-de-protecao-de-dados/346519/yuval-noah-harari-e-sua-visao-dos-dados-pessoais-de-cada-um-de-nos>
(Consultado a 12 de abril, 2024)

Matos, K.A., Godinho, M.O.D. (2024). A influência do uso excessivo das redes sociais na saúde mental de adolescentes: uma revisão. FOCO.
Disponível em: [file:///C:/Users/DELL/Downloads/FOCO+035%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/DELL/Downloads/FOCO+035%20(1).pdf)
(Consultado a 12 de maio, 2024)

Markttest. (2022). "Disponível edição 2022 do estudo Os Portugueses e as Redes Sociais"
Disponível em: <https://www.markttest.com/wap/a/n/id~2909.aspx>
(Consultado a 2 de maio, 2022)

Martins, C. (2019). “A imensa solidão das redes sociais: falta pele, olho, temperatura”
Disponível em: <https://expresso.pt/sociedade/2019-04-07-A-imensa-solidao-das-redes-sociais-falta-pele-olho-temperatura>
(Consultado a 27 de novembro, 2022)

Medium. 2016. “Discurso de Chaplin em “O Grande Ditador”, 1940”
Disponível em: <https://aterrademozar.medium.com/discurso-de-chaplin-em-o-grande-ditador-1940-66a18ea7d9cc>
(Consultado a 25 de setembro, 2022)

Miranda, P. (2020). A tirania do mérito
Disponível em: <https://ionline.sapo.pt/2020/11/03/michael-sandel-a-tirania-do-merito/>
(Consultado a 12 de junho, 2024)

Moura, F. (2023). As primeiras redes sociais
Disponível em: <https://www.unisuam.edu.br/noticias/nota-10/historia-das-redes-sociais/>
(Consultado a 9 de junho, 2022)

Mukherjee, A. (2023). “Billionaire Raj’s is Pushing India Toward Autocracy”
Disponível em: <https://www.bloomberg.com/opinion/articles/2024-03-25/india-election-billionaire-raj-is-backing-modi-and-leading-to-autocracy>
(Consultado a 7 de abril, 2023)

Nascimento, K. L., Silva, A. D. M. (2019). A Sociedade Líquida e o Conceito de Felicidade em “A Arte da Vida” de Zygmunt Bauman
Disponível em: <file:///C:/Users/DELL/Downloads/10912-Texto%20do%20artigo-34602-1-10-20190602.pdf>
(Consultado a 22 de outubro, 2022)

Netflix. 2019. “A Era dos Dados”. Youtube, 00:47
Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=h5HzqLP6gBA>
(Consultado a 2 de agosto, 2022)

Netflix. 2016. “Cambridge Analytica”. Youtube, 01:54
Disponível em: <https://www.justwatch.com/br/filme/privacidade-hackeada>
(Consultado a 15 de agosto, 2022)

Netflix. 2020. “Social Dilema”. Youtube, 01:34
Disponível em: <https://www.justwatch.com/br/filme/the-social-dilemma>
(Consultado a 27 de agosto, 2023)

Observador. (2023). “Estudo revela que 86% dos jovens portugueses estão viciados nas redes sociais”
Disponível em: <https://observador.pt/2023/05/30/estudo-revela-que-86-dos-jovens-portugueses-estao-viciados-nas-redes-sociais/>
(Consultado a 23 de julho, 2023)

Olaniran, B., Williams, I. (2020). Social Media Effects: Hijacking Democracy and Civility in Civic Engagement

Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7343248/>
(Consultado a 24 de maio, 2022)

Oliveira, L. (1998). Comunidade e Sociedade: notas sobre a atualidade do pensamento de Ferdinand Tonnies: Recife. (1998)

Disponível em: <https://periodicos.fundaj.gov.br/CAD/article/view/1039>
(Consultado a 19 de julho, 2023)

Oliveira, M. 2024. Nova ferramenta, remover com inteligência artificial do Lightroom. Youtube, 00:14:07

Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=QOdjRovTYXc>
(Consultado a 23 de abril, 2024)

OXFAM. (2023). Richest 1% Grab Nearly Twice as Much New Wealth as Rest of The World Put Together

Disponível em: <https://www.oxfam.org.uk/media/press-releases/richest-1-grab-nearly-twice-as-much-new-wealth-as-rest-of-the-world-put-together/>
(Consultado a 23 abril, 2023)

Palihapitiyo, C. (2017). As redes sociais estão a destruir a sociedade

Disponível em: <https://observador.pt/2017/12/12/ex-facebook-as-redes-sociais-estao-a-destruir-a-sociedade/>
(Consultado a 23 de novembro, 2022)

Parente, F.E. (2021). “Do sacrifício sagrado à eliminação do BBB: novas interpretações da cultura do consumo”

Disponível em: <https://offlattes.com/archives/8415>
(Consultado a 21 de julho, 2022)

Peixoto. A. C. (2019). “Edward Snowden: privacidade dos dados: e uma geração que já não é dona de nada”.

Disponível em: <https://observador.pt/2019/11/04/edward-snowden-a-privacidade-dos-dados-e-uma-geracao-que-ja-nao-e-dona-de-nada/>
(Consultado a 14 de maio, 2023)

Pequenino, K. (2023). “Os políticos que temos são fanáticos das suas próprias ideias”

Disponível em: <https://www.publico.pt/2024/02/14/culturaipsilon/entrevista/mariano-sigman-politicos-sao-fanaticos-proprias-ideias-2080185>
(Consultado a 12 de junho, 2024)

Pequenino, K., Monteiro, R. (2023). O *smartphone* é uma prisão
Disponível em: <https://www.publico.pt/2023/08/04/culturaipsilon/entrevista/byungchul-han-smartphone-prisao-2054604>
(Consultado a 30 de outubro, 2023)

Público. (2022). “Portugal deveria criar Secretaria de Estado da Solidão”
Disponível em: <https://www.publico.pt/2022/02/13/impar/noticia/portugal-criar-secretaria-estado-solidao-defende-perito-1995304>
(Consultado a 29 de setembro, 2023)

Pusseti, C. (2022). É um problema muito sério. Aplicação “low cost” de botox ameaça os mais vulneráveis
Disponível em: <https://cnnportugal.iol.pt/botox/low-cost/e-um-problema-muito-serio-aplicacao-low-cost-de-botox-ameaca-os-mais-vulneraveis/20220914/632173d50cf2ea367d4e12dd>
(Consultado a 12 de julho, 2023)

Querol, R. (2016). “As redes sociais são uma armadilha”
Disponível em: https://brasil.elpais.com/brasil/2015/12/30/cultura/1451504427_675885.html
(Consultado a 22 de setembro, 2022)

Rajanala, S., Maymone, M.B.C., Yashi, N.A. (2018). Selfies-Living in the Era of Filtered Photographs. *Jama Facial Plastic Surgery*.
Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30073294/>
(Consultado a 15 março, 2023)

Ribeiro, R., Silva, T. (2021). “Isolamento Social Potencializa dependência tecnológica”
Disponível em: <https://www.correiobraziliense.com.br/revista-do-correio/2021/02/4905199-isolamento-social-potencializa-dependencia-tecnologica.html>
(Consultado a 29 de agosto, 2023)

Rios, P. (2024). A inteligência artificial pode significar o fim da democracia
Disponível em: <https://www.publico.pt/2024/09/20/culturaipsilon/entrevista/yuval-noah-harari-entrevista-inteligencia-artificial-significar-fim-democracia-2103360>
(Consultado a 22 de setembro, 2024)

Rios, P. (2024, janeiro 5). “Somos cada vez menos capazes de nos ouvirmos uns aos outros”, 5/1
Disponível em: <https://www.publico.pt/2024/01/05/culturaipsilon/entrevista/michael-sandel-menos-capazes-ouvirmos-2074906>
(Consultado a 2 de maio, 2024)

Rios, P. (2024, janeiro 5). “Somos cada vez menos capazes de nos ouvirmos uns aos outros”, 5/1

Disponível em: <https://www.publico.pt/2024/01/05/culturaipsilon/entrevista/michael-sandel-menos-capazes-ouvirmos-2074906>

(Consultado a 20 de abril, 2024)

Rios, P. (2024, janeiro 5). “Somos cada vez menos capazes de nos ouvirmos uns aos outros”, 5/1

Disponível em: <https://www.publico.pt/2024/01/05/culturaipsilon/entrevista/michael-sandel-menos-capazes-ouvirmos-2074906>

(Consultado a 14 de março, 2024)

Rodrigues, S. (2019). “Facebook spent \$20 million last year on Zuckerberg’s personal security, up 4 times from 2016”

Disponível em: <https://www.cnbc.com/2019/04/12/facebook-spent-20-million-last-year-on-zuckerberg-security.html>

(Consultado a 27 de fevereiro, 2022)

Roda, V. (2023). A meritocracia

Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=UAI3jB5wkkI>

(Consultado a 26 de agosto, 2023)

Guimón, P. (2020, setembro 12). “Quem faz sucesso tende a achar que é graças a si mesmo”. 12/9

Disponível em: <https://brasil.elpais.com/brasil/2020-09-12/michael-j-sandel-quem-faz-sucesso-tende-a-achar-que-e-gracas-a-si-mesmo.html>

(Consultado a 19 de julho, 2023)

Seromenho, M. T., (2024). “Redes sociais são lugar de construção de uma Igreja de escuta”

Disponível em: <https://agencia.ecclesia.pt/portal/igreja-media-redes-sociais-sao-lugar-de-construcao-de-uma-igreja-de-escuta-maria-teresa-seromenho/>

(Consultado a 13 de maio, 2023)

Silva, A. S., (2019). Regulação das redes sociais

Disponível em: <https://rr.sapo.pt/noticia/pais/2023/01/26/santos-silva-quer-regulacao-das-redes-sociais-que-estao-a-enfraquecer-instituicoes/317582/>

(Consultado a 12 de outubro, 2022)

Silver, S. 2022. “A Single Serving Podcast”.

Disponível em: <https://open.spotify.com/show/0vVwbdT9RApTSHeamR6S5>

(Consultado a 10 de agosto, 2022)

Simões, P. (2023). Facebook atinge os três mil milhões de utilizadores
Disponível em: https://pplware.sapo.pt/redes_sociais/facebook-chega-aos-3-mil-milhoes-de-utilizadores-e-torna-se-a-rede-social-mais-popular-da-internet/
(Consultado a 28 de novembro, 2023)

Simons, J. (202). “O que nos torna humanos”
Disponível em: <https://www.publico.pt/2023/12/15/culturaipilon/cronica/torna-humanos-2072379>
(Consultado a 2 de fevereiro, 2024)

Stigert, B. (2020, setembro 23). (*Polarização, mérito e uma alternativa possível*), 23/9
Disponível em: <https://tribunademinas.com.br/colunas/fieldabalanca/23-09-2020/polarizacao-merito-e-uma-alternativa-possivel.html>
(Consultado a 22 de outubro, 2022)

André, M. R. (2021). Facebook papers: as revelações que ameaçam Zuckerberg e o seu império
Disponível em: <https://shifter.pt/2021/10/facebook-files-facebook-papers/>
(Consultado a 10 de julho, 2022)

Rocha, T. F. M. (2020). A Era Digital e o Estado de Direito Democrático na União Europeia. (Tese de Mestrado). Faculdade de Direito da Universidade do Porto
Disponível em: <https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/131465/2/436195.pdf>
(Consultado a 23 de setembro, 2022)

Rodrigues, J. O. (2016). “O hábito como guia da vida”
Disponível em: <https://encenasaudemental.com/post-destaque/o-habito-como-guia-da-vida/>
(Consultado a 29 novembro, 2022)

Rolim, M. (2021). “A ilusão das redes sociais: conexões líquidas e pessoas descartáveis”
Disponível em: <https://medium.com/aq%C3%AAncia-comunit%C3%A1ria-de-not%C3%ADcias/a-ilus%C3%A3o-das-redes-sociais-conex%C3%B5es-l%C3%ADquidas-e-pessoas-descart%C3%A1veis-21b90dfecd67>
(Consultado a 25 de julho , 2023)

Romero, P. (2017). “Breve estudo sobre Lev Vygosty e o sociointeracionismo”
Disponível em: <https://educacaopublica.cecierj.edu.br/artigos/15/8/breve-estudo-sobre-lev-vygotsky-e-o-sociointeracionismo>
(Consultado a 21 de outubro, 2023)

Russo, D., (2021). Telegramas de uma Guerra Digital. Revista Expresso
Disponível em: <https://www.srslegal.pt/xms/files/Arquivo/2022-06-16/91185707.pdf>
(Consultado a 22 de março, 2023)

Santille, A. (2001). O impacto da destruição criadora da Internet na lealdade às máquinas
Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/rad/article/view/885>
(Consultado a 29 abril, 2022)

Santos, M.A., Silva, M.T.M., (2013). Ódio e intolerância nas redes
Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rk/a/3LNyLswf9rkhDStZ9v4YT3H/?lang=pt>
(Consultado a 26 de fevereiro, 2023)

Simon. K. (2022). Digital Portugal: 2022
Disponível em: <https://datareportal.com/reports/digital-2022-portugal>
(Consultado a 19 de julho, 2023)

Saraiva, J.L. (2020). O Impacto das Redes Sociais no Quotidiano de Diferentes Gerações,(Tese Mestrado).Faculdade de Ciências Humanas da Universidade Católica Portuguesa
Disponível em: <https://repositorio.ucp.pt/bitstream/10400.14/37241/1/202731618.pdf>
(Consulado a 23 de janeiro, 2021)

Arundhati, A. (2023). *Speech at a ceremony held in Thiruvananthapuram, in the Indian state of Kerala. Hammer&Hope.*
Disponível em: <https://hammerandhope.org/article/arundhati-roy-palestine-gaza>
(Consultado a 22 de junho, 2024)

Sila, I. M., Grobe, S. (2021). “A Comissão Europeia deseja que pelo menos 80% dos adultos adquiram competências digitais básicas até 2030”
Disponível em: https://commission.europa.eu/strategy-and-policy/priorities-2019-2024/europe-fit-digital-age/europes-digital-decade-digital-targets-2030_en
(Consultado a 15 de novembro, 2022)

Simon, K. (2021). “Digital Portugal: 2021”
Disponível em: <https://datareportal.com/reports/digital-2021-portugal>
(Consultado a 28 de agosto, 2022)

Smith, A., Olmstead, K. (2018). “Declining Majority of Online Adults Say the Internet Has Been Good for Society”
Disponível em: <https://www.pewresearch.org/internet/2018/04/30/declining-majority-of-online-adults-say-the-internet-has-been-good-for-society/>
(Consultado a 26 de março, 2022)

Soja, L. (2022). “Quando a sexualidade se explicita em solidão”
Disponível em: <https://www.ihu.unisinos.br/categorias/622909-quando-a-sexualidade-se-explicita-em-solidao-artigo-de-luigi-zoja>
(Consultado a 29 de maio, 2023)

Sullivan, A. (2023). "FOMO is Real: How the Fear of Missing Out Affects Your Health"
Disponível em: <https://health.clevelandclinic.org/understanding-fomo>
(Consultado a 22 de setembro, 2023)

Tactical Tech. (2022). "The gafam Empire"
Disponível em: <https://gafam.theglassroom.org/>
(Consultado a 12 de maio, 2023)

Tang, L., Omar, S. Z., Zawawi, J. W. M. (2021). "Social Media Use Among Young People in China: A Systematic Literature Review."
Disponível em: <https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/21582440211016421>
(Consultado a 19 de outubro, 2022)

Tardivel, E. (2021). Fahrenheit 451: Transposition in our Modern Society. (Tese de Mestrado). _Faculté des Lettres et Sciences Humaines – Université de La Réunion
Disponível em: <https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-03325090v1/document>
(Consultado a 26 de julho, 2022)

Thandhani, J. (2023). "The emergence of Virtual Influencers"
Disponível em: <https://www.grandviewresearch.com/research-insights/emergence-of-virtual-influencers>
(Consultado a 22 de outubro, 2023)

Thynus. (2013). Dos pregadores da morte
Disponível em: <https://divagacoesligeiras.blogs.sapo.pt/294010.html>
(Consultado a 23 agosto, 2022)

Vasconcelos, V. D. (2015). O Empreendedorismo de si e o novo Homo Oeconomicus: discussões sobre Trabalho, Subjetividade e Clínica (Trabalho de conclusão do curso de Psicologia). Instituto de Psicologia da Universidade Federal do Rio Grande
Disponível em: <https://lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/135411/000988568.pdf?sequence=1>
(Consultado a 10 de julho, 2023)

Vieira, C. (2022). Sociedade do cansaço: reflexo da sociedade capitalista de razão neoliberal
Disponível em: <https://acrobat.adobe.com/id/urn:aaid:sc:EU:47f7c7de-40ee-400a-ac67-35f846424cb2>
(Consultado a 23 de janeiro, 2023)

Waters, R. 2023. "Inevitavelmente, a massa de pessoas comuns não consegue viver". YouTube, 00:00:57
Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=LLujQn_5-xA
(Consultado a 20 de janeiro, 2023)

Wiesel, E. 1999. “Os Perigos da Indiferença”. Youtube, 00.04:22
Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=IOzY829FOJQ>
(Consultado a 11 de janeiro, 2023)

Wesler, M. (2024). “How to fight loneliness in na ever – connected world”
Disponível em: <https://humantold.com/blog/how-to-fight-loneliness-in-an-ever-connected-world/>
(Consultado a 11 de maio, 2024)

Wetherell, C. (2019). É como entregar uma arma a uma criança de quatro anos
Disponível em: <https://insider.dn.pt/em-rede/criador-do-retweet-no-twitter-avisa-e-como-entregar-uma-arma-a-um-miudo-de-4-anos/20622/>
(Consultado a 24 de julho, 2023)

RUN – Repositório Universidade NOVA

<https://run.unl.pt/>

Biblioteca FCSH NOVA

<https://www.fcsh.unl.pt/faculdade/bibliotecas/>

Discovery, NOVA School Of Business & Economics

<https://library.novasbe.unl.pt/external-users/>

Bibliografia

Benjamim, W. Sobre Arte, Técnica, Linguagem e Política. Portugal: Relógio D'Água, (2021). ISBN 9789896412708

<https://www.wook.pt/livro/sobre-arte-tecnica-linguagem-e-politica-walter-benjamin/12445591?srsltid=AfmBOorFAKaZNdJMs6aKKKvvyZZBvoQyf4ayHzcvYh3uERkNAxe13sbm>

Fisher, M. Realismo Capitalista. São Paulo: Autonomia Literária, (2020). ISBN 9786587233093

https://temascontemporaneosdotorg.wordpress.com/wp-content/uploads/2021/01/fisher_mark_realismo-capitalista.pdf

Frasquilho, M. A. Burnout. Portugal: Manuscristo Editora, (2015). ISBN 9789899181083

https://www.wook.pt/livro/burnout-maria-antonia-frasquilho/29961479?gad_source=1&qclid=CjwKCAjwg-24BhB_EiwA1ZOx8s8vSe_2uS_TQb1CNoRXT2fnvn1dovPh9Q3x7KnXEgM2bv-RvdKmRoC9PoQAvD_BwE

Haidt, J. A geração Ansiosa. Portugal: Dom Quixote, (2024). ISBN 9789722082785

https://www.wook.pt/livro/a-geracao-ansiosa-jonathan-haidt/30118842?srsltid=AfmBOoptszT5ffsROxrhG8_4iacWj1ll49jqFEzofwQIRG3t5RrWCkIkb

Han, C.H. No Enxame. Petrópolis, RJ: Vozes, (2018). ISBN 9788532659774

https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/8412742/mod_resource/content/1/HAN_No%20enxame.pdf

Han, C. H. The Burnout Society, UK: Stanford University Press, (2015). ISBN 9780804795098

<https://www.bertrand.pt/livro/the-burnout-society-byung-chul-han/19213863?srsltid=AfmBOopxeo1gadY4Fdtau-XFDru7Nx3KyVwmvpwaafAVql-bJS4zyMNJ>

Harari, Y. Nexus. Portugal: Elsinore, (2024). ISBN 9789897878886

https://www.wook.pt/livro/nexus-yuval-noah-harari/30010057?srsltid=AfmBOorVKbrz7Wv0EPjpDcXTXQQrqcYPWT7T_AOzfezkoxIxVOBp32GG

Hertz, H. O Século da Solidão. Portugal:Temas e Debates, (2021). ISBN 9789896445881

<https://noreena.com/book/the-lonely-century/>

Huizinga, Johan, Homo Ludens, Monteiro, J. Paulo, 5ª Edição 2001, São Paulo, Perspectiva, (2007). ISBN 978-85-273-0075-9

https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/4184246/mod_resource/content/0/homo_ludens_huizinga.pdf

Huxley, A. Admirável Mundo Novo. Portugal: Antígona, (2013). ISBN 9789726082422
<https://www.wook.pt/livro/admiravel-mundo-novo-aldous-huxley/15294750?srsltid=AfmBOorfJsQOIk8krtjWjCoN4jNbCWui-LTF6O0bbUrChIMtcq843D3m>

Le Bon, G. A Psicologia das Massas A Arte de Influenciar Pessoas e Dominar Multidões. Portugal: Alma dos Livros, (2023). ISBN 9789895700790
<https://www.wook.pt/livro/a-psicologia-das-massas-gustave-le-bon/28041446>

Lessa, E. Santos, M. Música Discurso Poder. Portugal: Edições Humus, 2012. ISBN 9789898549181
<https://www.wook.pt/livro/musica-discurso-poder-elisa-maria-lessa/14121147?srsltid=AfmBOoq7V61rrTh14ZWqPecqUGUO6Ywx5OPy8fEmd8jDHwTi0UOVrkH#details>

Lévy, P. Cibercultura. Portugal: Editora 34,1999. EAN 9788573261264
<https://revistas.pucsp.br/index.php/teccogs/article/view/52997/34765>

Mirzoeff, N. How to See the World. UK: Penguin Books LTD, (2015). ISBN 9780141977479
<://www.wook.pt/livro/how-to-see-the-world-nicholas-mirzoeff/15336613?srsltid=AfmBOorhkmEYDRC8Ej3UMWNtA-BNz-oQ-nU56VaaX6OxsMFgMXuHCJbH>

Monteiro, N., Jalali, C. Impactos da pandemia de COVID 19 em Portugal. Portugal: Fundação Francisco Manuel dos Santos, (2020). ISBN 9789899118102
<https://ffms.pt/sites/default/files/2022-08/resumo-do-estudo-um-novo-normal-impactos-e-licoes-de-dois-anos-de-pandemia-em-portugal.pdf>

Murakami, H. Kafka à Beira – Mar. Portugal: Casa das Letras, (2006).ISBN 9789724616469
<https://www.wook.pt/livro/kafka-a-beira-mar-haruki-murakami/178281?srsltid=AfmBOopLB7e4YUDjy5kNCuHLXtk8hMmpv-064436GmGaWaztjDigP0Ax>

Sisto, D. Fantasmas Digitais. Portugal: Livros Zigate, (2023), ISBN 9789893564763
https://www.wook.pt/livro/fantasmas-digitais-davide-sisto/28400387?srsltid=AfmBOoq-PvwMDT-iZr5sj--p92wAFA_2Nn3gVCKBXzQV_AjAg0h_gEJ

Soja, L. Il declínio del desidrio. Perché il mondo sta rinunciando all sesso”. Italia: Einaudi, (2022). ISBN 9788806251734
<https://www.einaudi.it/catalogo-libri/scienze-sociali/sociologia/il-declino-del-desiderio-luigi-zoja-9788806251734/>

Stephen, sonN. Snow Crash. UK: Penguin Books LTD, (2011). ISBN 9780241953181
https://www.wook.pt/livro/snow-crash-neal-stephenson/10959637?srsltid=AfmBOor3xTfs4aheg2lAdyZZAdSwQLgfmi33d0DLCjUxJs6_liz98Ypr

Turkle, S. Alone Together. EUA. Basic Books, (2017), ISBN 15835464
https://www.libristo.pt/pt/livro/alone-together-3-e-15835464?gad_source=1&qclid=Cj0KCQjw7Py4BhCbARIsAMMx-K5KTRvCc0OA_lyqJjBvF9fFg33LP47aoBdwmlMnO-KYRtXyLv_zvcaAn-oEALw_wcB

Voxx, B. Surrender. Portugal: Objectiva, (2022). ISBN 9789897846267
https://www.wook.pt/livro/surrenderbono/27032302?srsltid=AfmBOorl2pnr8cPlk9My7Lp6STwMC0tZXFZnZ_ELgHmUFDSj4_Ye3fY8

Entrevistas

Carlos Veríssimo - entrevista realizada a 30 de março, 2023

Francisco Maria - entrevista realizada a 2 de setembro, 2023

Gonçalo Hall - entrevista realizada a 8 de setembro, 2023

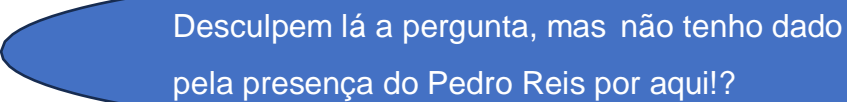
Luís Vicente - entrevista realizada a 30 de setembro, 2023

Sandra Cristóvão – entrevista realizada a 12 de setembro, 2023

Vera Romão - entrevista realizada a 30 de março, 2023

Anexos

Grupo WhatsApp “Degraus da Igreja”, constituído por 21 amigos de infância.

Marco  Desculpem lá a pergunta, mas não tenho dado pela presença do Pedro Reis por aqui!?

- E depois outra


António  Sim, tens razão

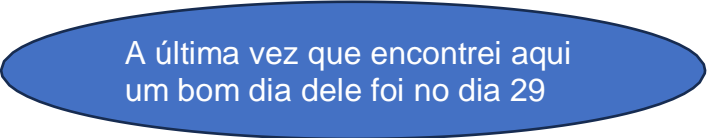
- E uma outra

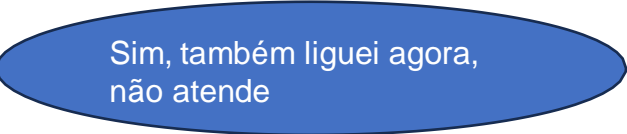
Fernandinho  Confere...

- Silêncio...e depois várias, quase em simultâneo

Marco  A última publicação dele no FB foi sobre o Maradona no dia 28...

António  Enviei agora mensagem e liguei, ninguém atendeu

Marco  A última vez que encontrei aqui um bom dia dele foi no dia 29

Ricardo  Sim, também liguei agora, não atende

- E depois a mensagem que ninguém queria ter lido

Berto

Amigos soube agora, o Pedro faleceu

(silêncio enorme)

Berto

A Mena viu no Facebook da filha, Soraia Reis

Quase uma semana depois desta violenta noite de sexta-feira, a filha do nosso amigo Pedro (através do smartphone do pai) entrou no grupo “Degraus da Igreja”.

Boa tarde a todos. Sou a Soraia Reis, filha do Pedro Reis. Vi que alguns de vocês presentes neste grupo, enviaram mensagem para o meu pai estes dias. Ele faleceu dia 1 de dezembro. A nossa família colocou as informações todas sobre o funeral. O meu pai falava muito em vocês. Nos vossos jantares antes da pandemia e eu sei que ele estava em constante contacto através deste grupo. Um beijinho

O Pedro era um dos que mais interagía no nosso “Degraus da Igreja”. Tinha também páginas pessoais no Facebook e no Instagram. Partiu sem aviso prévio no dia 1 de dezembro de 2020. E nós, os amigos de infância, os amigos de sempre; soubemos dez dias depois: através das Redes Sociais

Jornalistas

“É assim a era das redes sociais, ninguém consegue conter-se, todos têm de vomitar ali, por trás da segurança intocável de um ecrã, os seus egos. Sempre os egos acima e tudo”

João Pimpim, jornalista (2024)

“Os termos ”rage bait” e “rage farming” interessam particularmente à ciência política, dado que desde 2022 se consolidou na Academia que esta é a forma usada, organizada pela extrema – direita, para atrair apoiantes para a causa e para o ativismo nas “câmaras de eco” (uma espécie de bolha de internet onde só ouvimos e lemos o que os da nossa tribo dizem).

É uma forma de manipulação usada para gerar uma resposta irada e provocar uma amplificação do “tweet” ou do clip de modo a aumentar o nível de raiva e gerar um clima de retórica de ódio em relação aos oponentes. Há uma fúria criada, inventada e alimentada nas redes.

As plataformas fingem estar preocupadas em ser usadas de forma deliberada para manipular a sociedade através da raiva (e da mentira), mas necessitam do tráfego associado. Recebemos algoritmos e raiva e indignação empacotados impactantes o suficiente para merecerem respostas. Uma raiva que longe e ser catártica, pede sempre mais”

Luís Pedro Nunes, jornalista e comentador (2024)

“Aconteceu há bocadinho. Sai-me. Estava a trocar mails com um amigo, e a achar graça ao que me dizia, quando me entrou na cabeça, furando a conversa: “Gosto imenso de ti!”. Assim, sem mais nada. No mar de abraço em que diariamente nos afogamos, quase todos falsos; na multidão de emojis que nos cercam e assaltam, fulminando-nos com aqueles sorrisos de caraça, apalpando-nos o peito, à procura do coração (e, às vezes, da carteira); no fosso fundo de palavreado onde nos enfiaram, em que as palavras vêm os seus significados dissolvidos em mentiras e manipulações verbais; há uma grande vantagem nas palavras simples, nos sentimentos simples, como se vê, no sentimento simples destas simples palavras: “Gosto imenso de ti.” O exagero, o drama, o enaltecimento escusado mas necessário, está no “imenso”. “Imenso” é imenso: chega e sobra para o maior dos amores. Falar com simplicidade é tirar partido da cacofonia, da inflação de coraçõezinhos, da leviandade imperdoável com que se diz “amo” e “amor” pelas coisas mais frias e corriqueiras que há.

Dizer “gosto de ti” é, como agora se diz muito desarmante. Até parece uma confissão de amor. Mas é só gostar. E gostar de alguém é coisa que qualquer pessoa consegue fazer. “Gostas de nozes?”, perguntei a “quem parecia hesitar antes de abri-las. E ela respondeu: “Não, não gosto de nozes: amo nozes!”. Ama nozes, mas não sabia usar um quebra-nozes. Ama nozes, mas “não está habituada a lidar com nozes inteira. Fui transportado para os meus primeiros anos de escola, em que gostar era um verbo que fazia tremer as paredes do coração. Lembrei-me do calor que fazia perguntar: “Gostas de mim?” E da coragem. E do êxtase de ouvir que sim, e da profundidade do poço em que se caía quando alguém, menino ou menina, dizia que não. As palavras simples furam a inflação repimpada do balão da falsidade: as expressões maquinais caem todas por terra. A palavra “gostar” é muito poderosa – mas só quando é usada com simplicidade.”

Miguel Esteves Cardoso, jornalista e escritor, (2024)

Margrethe Vestager, Comissária Europeia para a Concorrência

No arranque da presidência portuguesa da União Europeia, Margareth Vestager veio a Lisboa incluída no colégio de comissários que ajustou estratégias para os próximos seis meses. Na pele de comissária da Concorrência, a dinamarquesa batalhou por práticas justas de fiscalidade e respeito pela concorrência por parte das grandes companhias digitais. Em entrevista à Renascença explica outra frente de trabalho, com a implementação das novas Leis de Serviços e Mercados Digitais e a defesa de uma cidadania digital europeia.

Acha que o cidadão europeu tem uma ideia dos seus próprios direitos digitais?

Receio que não. Porque vemos que muitas pessoas sentem que é muito difícil fazer valer seus direitos digitais. Parece algo muito técnico, muito tecnológico e que leva muito tempo. Uma das razões pode ser porque não temos a nossa própria presença. Sabe que por vezes se eu quiser fazer um perfil nalgum lugar, não posso ser "Margrethevestager" porque alguém já usou isso. Então terei que ser "Margrethevestager2347".

Essa não sou realmente eu! Penso que quando conseguirmos a nossa própria identidade digital - e vamos propor isso nos próximos seis meses - quando eu puder identificar-me de forma única, essa serei eu, e não outra pessoa. Acho que isso também dá uma sensação mais forte de presença e de propriedade sobre o que realmente está a acontecer por aí.

Qual é o objetivo dessa iniciativa?

O objetivo básico é criar confiança. Por exemplo, uma das minhas paixões é porcelana antiga - não importa que esteja completamente desatualizada e talvez não esteja inteira, mas bonita porque foi feita há muito tempo - e eu quero saber com quem estou a lidar numa plataforma. Eu não quero lidar com alguém que se autodenomina como "egghead237". Eu quero lidar com alguém que se autodenomina, sei lá, Elisa Ferreira! E acho que essa confiança de conhecer com quem estou a lidar e em que você sabe que está a lidar comigo, isso criará um mundo diferente por aí fora. Porque quando você conhece as pessoas, é como olhar nos olhos delas e criar um sentimento fundamental de confiança e também pertencer à parte digital deste mundo em que vivemos.

Um cidadão europeu pode perguntar: porque não cobram mais impostos aos gigantes digitais? Mas é apenas uma questão de cobrar mais impostos. Qual é a sua meta para os próximos meses a este respeito?

Para mim é muito simples, porque é uma questão de justiça fiscal. A grande maioria das empresas trabalham arduamente para obter lucro e com esse lucro pagam os seus impostos. Essa é a regra geral, a maioria das empresas é assim. Têm que olhar para outras empresas que são seus concorrentes em termos de funcionários qualificados, de pessoas inteligentes, de clientes de capital.

Empresas que não pagam os seus impostos ao mesmo nível, que não contribuem para a sociedade onde fazem os seus negócios. Portanto, quero poder dizer a todas essas muitas, muitas, muitas empresas que pagaram os seus impostos, que tenham certeza de que os seus concorrentes pagam também os seus impostos.

E podemos contar com essas receitas para essa recuperação económica de que precisamos na Europa?

Sabe, para mim a questão da tributação é sempre demasiado lenta. A direção está certa, não sei quando é que isso vai acontecer, mas pode ter a certeza de que faremos a nossa parte para que isso aconteça.

No Teu Deserto Quase Romance (pág. 36)

“Os jovens têm terror do silêncio e da solidão e vivem a bombardear-se de telefonemas, mensagens escritas, mails e contatos no Facebook e nas redes sociais da Net, de se oferecem como amigos a quem nunca viram na vida. Em vez do silêncio, falam sem cessar; em vez de se encontrarem, contactam-se, para não perder tempo; em vez de se descobrirem, expõem-se logo por inteiro: fotografias deles e dos filhos, das férias na neve e das festas de amigos em casa, a biografia das suas vidas, com amores antigos e atuais. E todos são bonitos, jovens, divertidos, “leves”, disponíveis, sensíveis e interessantes. E por isso é que vivem esta estranha vida: porque muito embora julguem ter o mundo aos pés, não aguentam nem um dia de solidão. Eis porque já não há ninguém para atravessar o deserto. Ninguém capaz de atravessar toda aquela solidão.”, (Tavares, 2016).

Tavares, M. S. No Teu Deserto. Lisboa: Clube do Autor, (2016). ISBN 9789897243097
<https://www.wook.pt/livro/no-teu-deserto-miguel-sousa-tavares/24149340?srsId=AfmBOoobttj5RaImfUL-xk2aMQImOSs5xvherdFjptQluDsKg1BFGc1q>

Poema anti redes com mais de 20 milhões de partilhas

I have 422 friends, yet I am lonely.
I speak to all of them everyday,
yet none of them really know me

The problem I have
sits in the spaces between
looking into their eyes
or at a name into a screen.

I took a step back and opened my eyes.
I looked around and realized.
there's media we call social is anything but
when we open up our computers
and it's our doors we shut.

All this technology we have
it's just an illusion,
community companionship
a sense of inclusion.

Yet when you step away
from this device of delusion
you awaken to see.
a world of confusion.
A world where we're slaves.
to technology we master,
where information gets sold
by some rich greedy bastards.

A world of self-interest,
self-image, self promotion,
where we all share our best bits,
but leave out the emotion.

We're at our most happy.
when each experience we share,
but is it the same if no one is there?

Be there for your friends.
and they'll be there too,
but no one will be.
if a group message will do.

We edit and exaggerate,
crave adulation,
we pretend not to notice.
the social isolation.

We put our words into order.
until our lives are glistening.
we don't even know.
if anyone is listening.

Being alone isn't the problem.
Let me just emphasize:
we read a book,
paint a picture or do some exercise,
you're being productive and present,
not reserved and recluse,
you'll be awake and attentive.
and putting your time to good use.

So, when you're in public.
and you start to feel alone,
put your hands behind your head,
step away from the phone!

You don't need.
to stare at your menu
or your contact list,
just talk to one another,
learn to coexist

I can't stand to hear the silence.
of a busy commuter train
where no one wants to talk.
for the fear of looking insane

We're becoming unsocial,
it no longer satisfies.
to engage with one another
and look into someone's eyes.

We're surrounded by children.
who, since they were born,
have watched us living like robots.
and think it's the norm.

It's not very likely that you'll make.
the world's greatest Dad
if you can't entertain a child
without using an iPad.

When I was a child
I'd never be home,
I'd be out with my friends.
on our bikes we would roam.

I'd wear holes in my trainers.
and graze up my knees,
we'd build our own club house.
high up in the trees.

Now the park is so quiet.
that it gives me a chill
see no children outside.
and the swings hanging still.

There's no skipping, no hopscotch,
no church and no steeple.
we're a generation of idiots,
smart phones and dumb people.

So, look up from your phone,
shut down the display,
take in your surroundings,
make the most of today.

Just one real connection
is all it can take?
to show you the difference
that being there can make.

Be there in the moment.
that she gives you the look
that you remember forever,
that's when love overtook.

The time she first held your hand.
or first kissed your lips,
the time you first disagreed.
but still loved her to bits.

The time you don't have.
to tell hundreds of what
you've just done,
because you want
to share this moment
with just this one.

The time you sell your computer,
so, you can buy a ring
for the girl of your dreams
who is now the real thing.

The time you want to start a family.
and the moment when
you first hold your little girl.
and get to fall in love again.

The time she keeps you up at night.
and all you want is rest,
the time you wipe away the tears.
as your baby flees the nest.

The time your baby girl returns.
with her boy for you to hold,
the time he calls you granddad.
and makes you feel really old.

The time you take in all you've made.
just by giving life attention.
and how you're glad you didn't waste.
it by looking down in some invention.

The time you hold your wife's hand,
sit down beside her bed,
you tell her that you love her,
lay a kiss upon her head.

She then whispers to you quietly,
as her heart gives a final beat,
that's she's lucky that she got stopped.
by that lost boy in the street.

But none of these times ever happened,
you never had any of this.
when you're too busy looking down,
you don't see the chances you miss.

So, look up from your phone,
shut down those displays,
we have a finite existence,
a set number of days.

Don't waste your life.
getting caught in the net,
as when the end comes.
nothing's worse than regret.

I'm guilty too of being.
part of this machine,
this digital world,
we are heard but not seen.

Where we type as we talk
and we read as we chat,
where we spend hours together
without making eye contact.
So, don't give into a life,
where you follow the hype,
give people your love,
don't give them your like.

Disconnect from the need.
to be heard and defined,
go out into the world,
leave distractions behind.

Look up from your phone,
shut down that display,
stop watching this video,
live life the real way!

Unknown author

Disponível em: <https://spoilbrat.quora.com/I-have-422-friends-yet-I-am-lonely>

Choose Life

“Choose a life. Choose a job. Choose a career. Choose a family. Choose a fucking big television. Choose washing machines, cars, compact disc players and electrical tin openers... Choose DSY and wondering who the fuck you are on a Sunday morning. Choose sitting on that couch watching mind-numbing, spirit crushing game shows, sticking junk food into your mouth. Choose rotting away in the end of it all, pishing your last in a miserable home, nothing more than an embarrassment to the selfish, fucked up brats you spawned to replace yourself, choose your future. Choose life”.

(Welsh, 1993)

Thegarostudios. 2020. “Choose Life”. YouTube 00:02:14

Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=YNh7QW23wx0>



The Red Hand Files

ISSUE #270 / JANUARY 2024



HOUSE IN AASGAARDSTRAND BY EDVARD MUNCH, 1905

Not a question at all.

On Sat the 30 December my beautiful 16yo son Murray took his own life. He was contacted online by what he believed was a girl he knew. He was extorted and then panicked, hanging himself. He was a wonderful guy who drew beautifully, played guitar and was a straight A student. He was private

person and hated being the centre of attention. His world would have crashed around him at the thought of sexual pictures with his peer group. Our hearts are broken, literally agony.

The song we have chosen for the reflection piece at his funeral on Friday in the Cathedral is Distant Sky. In that space it should sound magnificent. I certainly hope so.

In writing this it helps to feel the reality of where we are as a family. We will keep going but fuck me it's hard.

MARK, SCOTLAND

Email sent by Scotland Mark, (Nick cave fan), 2024

Disponível em: <https://www.theredhandfiles.com/not-a-question-at-all/>

Are U a replicant?

<https://www2.bfi.org.uk/are-you-a-replicant/>