

O resgate educativo da atenção, enredada entre telas¹

Reclaiming attention in education, entangled amidst screens

El rescate educativo de la atención, enredada entre pantallas

Ángel Pérez Gómez²

1

Resumo: A deterioração mental da juventude e a deriva antidemocrática estão vinculadas à implosão das redes sociais? Essas plataformas constituem os cenários das novas gerações, guiados por algoritmos opacos, de cuja influência não somos conscientes. Oferecem oportunidades como espaços de relação, vitrines de identidade e ativismo político. Bilhões interagem com elas diariamente, embora poucos compreendam seu funcionamento. O artigo analisa componentes projetados para sequestrar a atenção e maximizar lucros: uma estrutura viciante e uma semântica neoliberal que normaliza a desinformação e a polarização. Destacam-se os efeitos na saúde mental dos adolescentes e na convivência democrática, avançando-se os desafios urgentes para uma transformação pedagógica verdadeiramente educativa, ao resgate da atenção.

Palavras-chave: Redes sociais. Saúde mental adolescente. Desinformação. Autorregulação digital.

Abstract: Are youth mental deterioration and anti-democratic shifts linked to the implosion of social media? These platforms constitute the landscapes inhabited by new generations, guided by opaque algorithms whose influence remains largely unacknowledged. They offer opportunities as relational spaces, identity showcases, and political activism hubs. Billions interact with them daily, yet few understand their inner workings. This article analyzes components designed to hijack attention and maximize profit: an addictive structure and a neoliberal semantics that normalizes misinformation and polarization. It highlights the effects on adolescent mental health and democratic coexistence, proposing urgent challenges for a truly educational pedagogical transformation aimed at the rescue of attention.

Keywords: Social media. Teenager mental health. Misinformation. Digital self-regulation.

Resumen: ¿Están vinculadas la deterioración mental juvenil y la deriva antidemocrática a la implosión de las redes sociales? Estas plataformas constituyen los escenarios de las nuevas generaciones, guiados por algoritmos opacos de cuya influencia no somos conscientes. Ofrecen oportunidades como espacios de relación, vitrinas de identidad y activismo político. Miles de millones interactúan con ellas diariamente, aunque pocos comprenden su funcionamiento. El artículo analiza componentes diseñados para secuestrar la atención y maximizar beneficios: una estructura adictiva y una semántica neoliberal que normaliza la desinformación y la polarización. Se destacan los efectos en la salud mental adolescente y la convivencia democrática, planteando desafíos urgentes para una transformación pedagógica educativa orientada al rescate de la atención.

Palabras-clave: Redes sociales. Salud mental adolescente. Desinformación. Autorregulación digital.

Submetido 02/06/2026

Aceito 08/08/2026

Publicado 12/08/2026

¹ Publicado originalmente em Espanhol na Márgenes: Pérez Gómez, A.I. (2025). El rescate educativo de la atención, enredada entre pantallas. Márgenes, Revista de Educación de la Universidad de Málaga. Vol. 6 Núm. 2 (2025). Postscriptum 8-26. Tradução: Profa. Dra. Juliana Cristina Faggion Bergmann, Universidade Federal de Santa Catarina (Brasil)

² Doutor em Pedagogia pela Universidad Complutense de Madrid. Catedrático de Didáctica y Organización Escolar da Universidad de Málaga. <https://orcid.org/0000-0001-8291-0849>. E-mail: apgomez@uma.es

O império dos oligopólios digitais

A foto da posse de Donald Trump em janeiro de 2025, cercado pelos multimilionários donos dos impérios digitais é obscena e eloquente. Representa o indisfarçável poder social, econômico e político na era digital do século XXI. No presente artigo proponho-me a analisar detidamente a potência e natureza da influência das redes e telas para sequestrar a atenção dos usuários, assim como as possibilidades de um resgate educativo dos processos cognitivos e emocionais implicados.

A influência das telas e redes sociais na vida social é muito mais decisiva e sutil do que normalmente supomos. Constituem as vias pelas quais (quase) todos nos deslocamos, guiados por algoritmos complexos e opacos. Bilhões de pessoas interagem com essas plataformas diariamente e poucos compreendem sua estrutura e funcionamento. Nas primeiras décadas do século XXI, emergiram com força como os espaços mais relevantes para a comunicação e interação social entre os seres humanos. Converteram-se na nova praça aberta, um mercado universal de produção, distribuição e consumo, sempre acessível, que oferece uma ampla gama de produtos, serviços e relações, cuja rápida evolução supera a capacidade social para seu controle e regulação democrática.

Cabe destacar uma peculiaridade essencial: a comercialização e monetização de todos os dados trocados dentro dela se converteu no ouro branco do século XXI. Um valor agregado de extraordinária importância já que é essencial para a publicidade comercial, a propaganda política e o treinamento das Inteligências artificiais. Trata-se de um sistema inovador e opaco que gera imensos benefícios ao comercializar dados a qualquer preço, frequentemente em detrimento dos direitos humanos e dos direitos da natureza mais fundamentais (Cross, 2025; Rot, 2023; Hao, 2025).

Breve história das redes

Três ondas digitais irromperam e modificaram de maneira substancial o panorama mundial e a vida cotidiana nestes 25 anos do século XXI: Internet, os telefones inteligentes e a Inteligência artificial.

A onda da internet. As redes na internet iniciam-se no final dos anos 80 nos setores públicos, militar e acadêmico, abrindo um espaço esperançoso de intercâmbio horizontal. Em

1993, durante o mandato de Bill Clinton, seu desenvolvimento comercial e privado foi impulsionado. Apesar de Friendster (2002) e MySpace (2003) aparecerem antes, é o Facebook (2004) que cria uma rede universitária de contatos que se converte em rede global e que tem dominado o mercado, redefinindo a interação digital. YouTube em 2004 e Twitter em 2005 revolucionam o conteúdo multimídia e a comunicação audiovisual em tempo real.

A onda dos telefones inteligentes. No entanto, é o surgimento e a universalização vertiginosa dos telefones inteligentes (2009) que converteu as redes sociais na fórmula definitiva das relações sociais digitais, gerando uma web dinâmica, universal, permanente e viciante no bolso de cada usuário. Desde então, a participação nas redes sociais virtuais cresceu exponencialmente, tornando-se um cenário poderoso, inovador e versátil para a interação, criação de identidade e validação social. Neste contexto, os cidadãos em geral, mas especialmente os adolescentes e jovens, encontraram em plataformas como Instagram, Snapchat, YouTube, X, TikTok, Facebook e WhatsApp o meio decisivo para relacionar-se na segunda década do século XXI.

A preocupação mais premente, em minha opinião, é que esta praça virtual, privatizada e presente na maioria dos países, está monopolizada por um reduzido grupo de corporações privadas (Google, Amazon, Apple e Microsoft) de um só país, Estados Unidos. Este oligopólio tecnofeudal controla e canaliza 90% da interação humana no denominado mundo ocidental, na qual muitos usuários investem entre 6 e 8 horas diárias.

A onda das inteligências digitais. No final de 2022, eclode poderosa a inteligência artificial generativa (IA), oferecendo sistemas de conversação "natural". Submersas nas salas de máquinas de todas as redes e telas, as IAs provocam um salto qualitativo de extraordinária magnitude, que sem dúvida está modificando, em muito breve espaço de tempo e de maneira radical, as formas de viver, sentir e pensar dos seres humanos (Hao, 2025).

Qual é o truque de magia por trás do ChatGPT e das demais IAs generativas? Com certeza, imitar de maneira eficaz e perfeita a conversação humana. Alucinados com a sua magia podemos ir delegando nela nossas apreciadas funções linguísticas e reflexivas, até nos vermos, provavelmente, despojados das mesmas.

O aspecto mais preocupante é que essas IAs em mãos privadas começam a transitar no arriscado e temível caminho da autonomia funcional. Já são capazes de aprender por si mesmas,

utilizando os mesmos *mecanismos básicos* que nós: identificação de padrões, associação, condicionamento e reforço de conduta. São capazes de abarcar todos os espaços humanos: tecnologias, práticas, produtos e serviços em todos os campos do saber e fazer (ciências, humanidades e artes). Não são humanas, mas cada dia são mais perfeitas na imitação e simulação de nosso comportamento cognitivo e emocional, permitindo a personalização e a autêntica interação que supõe a conversação humana (Gawdat, 2024; Pérez Gómez, 2024; Marina, 2025).

O confuso e mutável panorama atual

A partir de 2010, a vida social dos adolescentes transferiu-se em grande medida aos smartphones, passando da noite para o dia, em menos de cinco anos, de uma vida sem redes sociais virtuais a uma dependência viciante das mesmas. Tornaram-se a fonte principal de informação e interação cotidiana da maioria dos cidadãos e especialmente dos jovens. Parecem oferecer um ambiente informativo mais vivo e atraente que a imprensa, a televisão ou o rádio e impõem suas próprias regras e códigos, frequentemente, passando por cima das leis de cada país. Ganham dos meios de comunicação tradicionais a batalha da atenção, obrigando-os a usar as manchetes, as formas e a linguagem próprias das redes, com posições cada vez mais extremas.

Apesar de suas semelhanças, as redes apresentam certa especialização temática, e comportamental, assim como viés ideológico. Na apreciação de Jonathan Haidt (2025), Netflix explora a preguiça, X a ira, Instagram o ego, LinkedIn a vaidade, Amazon a gula, Pinterest a inveja e Pornhub a luxúria. YouTube, polifacética, evoluiu até representar uma atraente oferta polivalente ao mesmo tempo que facilitou posições radicais, propiciando o fenômeno conhecido como a "toca do coelho". Ou seja, em três cliques, seguindo suas recomendações, você pode se encontrar em uma página tóxica não desejada. É essencial reconhecer a polivalência e multifuncionalidade dessas redes e plataformas, as quais atuam como buscadores, espaços de relacionamento, centros comerciais, praças públicas, vitrines de identidade e plataformas de ativismo político. Até o momento, nenhum sistema de informação conseguiu a penetração social e a capilaridade doméstica que exibem as redes, operando mediante mecanismos quase impunes e carecendo de regulação legal adequada.

Um aspecto inovador, de singular relevância, é a notável eficácia da comunicação digital. As redes sociais empregam inteligência artificial e vastos arquivos de dados para criar perfis psicológicos detalhados e completos de cada usuário, o que lhes permite identificar os aspectos mais vulneráveis de sua personalidade: desejos, medos, fraquezas, sonhos e propósitos, tanto conscientes como subconscientes. Algumas de nossas características ou disposições podem ser previstas com uma precisão de até 90% (Youyou et al., 2015). Estes sistemas operam com uma eficácia implacável: não descansam, não esquecem e aperfeiçoam seu controle através da aprendizagem constante; quanto melhor te conhecem, mais te controlam (Cross, 2025; DiResta, 2024). Seu objetivo não é o bem-estar do usuário, mas maximizar o tempo de tela (Rivera, 2025), gerando ciclos de intensa dependência psicológica.

Sendo tão determinantes na vida cotidiana da população global, parece-me imprescindível analisar com mais detalhe sua natureza, sentido e funcionamento. Dois são, a meu entender, os componentes mais substanciais e mutuamente interdependentes que analisaremos separadamente para facilitar sua compreensão: sua *configuração sintática* e sua *orientação semântica*, cuidadosamente projetadas e alimentadas para capturar os usuários e maximizar o benefício econômico de seus proprietários.

Uma sintaxe atrativa e pegajosa

Com o propósito de capturar a atenção, as redes e plataformas projetam uma sintaxe complexa, atrativa e mutável na qual podemos distinguir os seguintes aspectos substanciais:

A natureza viciante da validação instantânea. Apoiando-se no conhecimento de que a conduta humana mais básica se molda por suas consequências, as redes sociais operam como uma "*caixa de Skinner digital*", onde *likes*, *selfies*, *emoticons* e *scroll infinito* atuam como reforçadores comportamentais. Aproveitando os princípios da psicologia persuasiva, essas plataformas condicionam atitudes mediante *um reforço de razão variável*: oferecem recompensas imediatas mas intermitentes, irresistíveis e variáveis — o sistema das máquinas caça-níqueis — que maximizam seu potencial viciante. Utilizam táticas clássicas de propaganda — como a repetição, simplificação, personalização e apelo emocional — para aproveitar os vieses cognitivos mais comuns (Rivera, 2025). Neste sentido, DiResta (2024) assinala que a exposição reiterada a uma mensagem, combinada com a percepção de aceitação

social, incrementa sua aparente veracidade, já que nosso cérebro associa a frequência com a verdade, recordando que "uma mentira repetida mil vezes...".

A primazia audiovisual. Espetacularidade, velocidade e brevidade. A interação deve incorporar formas, cores, movimentos, imagens e sons que capturem, surpreendam e comovam. Sacrifica-se a elegância para captar a atenção a qualquer preço, inclusive mediante uma linguagem vulgar e uma estética perturbadora. Como afirma reiteradamente Cross (2025), a reflexão não mantém ninguém na tela; em troca, a emoção rápida, os vídeos incendiários, as formas surpreendentes e as manchetes alarmistas, sim. No ecossistema digital, o meme e os *emojis* se consolidaram como o paradigma de eficácia comunicativa, graças à sua brevidade, precisão e impacto. Assim, a comunicação em redes se nutre cada vez mais de slogans simples e atrativos, junto com criações audiovisuais breves e contundentes. Este predomínio da linguagem audiovisual e de mensagens concisas está deteriorando a capacidade de leitura atenta e a concentração em textos e discursos mais extensos (Desmurget, 2024). As redes acostumam os usuários a basear sua interação em intuições emocionais em lugar de raciocínios deliberativos. Tudo deve ser breve, visualmente atrativo, emocional e adaptado aos vieses cognitivos, ativando o conhecimento intuitivo e automático do sistema 1 de Kahneman. A rapidez no olhar e a velocidade da escuta se normalizaram, de tal modo que é comum reproduzir conteúdos em velocidade dupla para economizar tempo. Os jovens e adolescentes são os que mais aceleram a comunicação online, se transformando em uma geração que presta atenção a cada tela durante uma média de apenas oito segundos (Haidt, 2024).

Distração, multitarefa e scroll infinito. A distração constante, causada por notificações, sons, luzes e alarmes, inunda o ambiente e os dispositivos, debilitando nossa capacidade de concentração, de pensamento repousado e diálogo atento. Esta multiplicidade de alertas e tarefas alimenta a ansiedade, dando lugar ao Efeito FOMO (medo de perder algo), que se traduz em uma oscilação perpétua entre tensão e alívio, marcada pelo temor de perder oportunidades e a esperança de descobrir novidades.

Merece menção especial o *scroll* — deslocamento — infinito, que representa um *loop* interminável de consumo cativante. Seu inventor, Ada Raskin, se arrependeu de tê-lo criado ao comprovar seus efeitos, qualificando-o de "cocaína comportamental". Além disso, o *scroll* infinito explora sem reservas o viés de confirmação, já que os algoritmos que o sustentam

adaptam-se às nossas preferências. O *scroll* infinito supõe, com facilidade, a sequência infinita (Hari, 2023; Alter, 2018).

Filtros de beleza, narcisismo e falsificação da realidade. Outro aspecto distintivo da sintaxe das redes sociais é a promoção narcisista da própria imagem, mediante filtros sofisticados, em busca de validação e aprovação social externa da identidade corporal. As *selfies* transformam-se em uma maneira compulsiva de se autorretratar. Diz-se que as crianças de hoje em dia aprendem antes a olhar para a câmera do que a ler e escrever, o que favorece a formação de um narcisismo ostensivo, assumido como conduta normalizada. A adulteração da realidade se torna um fenômeno aceitável e fácil de gerar, não só para a própria imagem, mas também para os objetos, conteúdos, produções e propostas que desejamos destacar. Outra peculiaridade das redes é a tendência a exibir apenas os sucessos, alterando ou inclusive falsificando a realidade. Na cultura do Instagram, por exemplo, há pouco espaço para os medos, dúvidas, imperfeições, dilemas e perdas; tudo é sucesso e aparência.

Uma semântica neoliberal, polivalente, invisível e extrema

As redes e plataformas, projetadas com esta sintaxe tão viciante e peculiar, oferecem aos usuários a oportunidade do melhor e do pior. Criam-se como espaços ilimitados de informação, expressão, projeção e interação social que oferecem oportunidades extraordinárias para potenciar a identidade individual, grupal e coletiva. No entanto, também fomentam o viés de confirmação, o narcisismo, os processos de desinformação, a pós-verdade, a polarização política e social, assim como o consumo compulsivo de conteúdos sexuais, de ódio e crueldade. Apoiam-se no convencimento de que nossas emoções são a mercadoria que se comercializa e através da qual a internet opera, porque nos constituímos sempre em interação. Entre os traços mais definidores da semântica que se comunica através das redes de maneira prioritária, vou destacar os seguintes:

Construção de relatos: o conteúdo semântico que triunfa nas redes não são os dados, nem as ideias, nem os fatos isolados, mas os relatos atrativos, sugestivos e relevantes. O relato é uma sequência emocional, uma narrativa moral, que pretende dotar de sentido os dados e os fatos. Um relato não informa: seleciona, oculta, prioriza, embeleza ou demoniza, em função

dos interesses do emissor (Cross, 2025). Exige mais lealdade emocional que compreensão intelectual.

O relato aproveita a vulnerabilidade de nosso cérebro. Em princípio, somos seres emocionais que às vezes raciocinam; mais que buscar a verdade, nos conformamos com sentir-nos bem, embora seja apenas a curto prazo. Por isso, o que sentimos é o que acreditamos e defendemos. Porque o sistema límbico, e não o córtex pré-frontal, decide com antecipação a versão do mundo que considera conveniente. Os estímulos antes de chegar ao córtex recaem no hipocampo, a amígdala, o sistema límbico, onde se colorem de poderosos aromas emocionais.

A semântica das redes apela às *emoções como o fator determinante* da conduta habitual dos seres humanos e, de maneira mais potente, nos mais jovens. O paradoxo é que, ao saturar as interações com mensagens emocionalmente carregadas, condicionam as decisões sob a aparência de livre arbítrio, de vontade própria.

Nas redes, transformadas em plataformas privilegiadas de comunicação horizontal, o passado é reescrito, o presente é interpretado e o futuro é proposto, com os materiais e conteúdos nelas dominantes. Podem ser considerados cenários mediadores e constitutivos de nossa identidade e sentido de comunidade. O Google, por exemplo, não é só um mecanismo de busca, tornou-se o *factótum* da informação; seus algoritmos de recomendação decidem o que você encontra, em qual ordem, com qual ênfase. Além disso, com aparência de neutralidade, conecta pessoas, desperta e distribui emoções, reforça crenças e confere sentimento de pertencimento e comunidade. De forma imperceptível, os relatos dominantes nas redes vão moldando a percepção individual e coletiva dos usuários (Rivera, 2025).

Uma das consequências desse predomínio da narrativa e de seu componente emocional é a *Banalização como traço epistêmico* do conteúdo que se troca nas redes. O predomínio das emoções sobre a razão, das opiniões sobre os fatos e do espetáculo sobre o debate rigoroso, conformam uma cultura pouco propícia ao desenvolvimento do conhecimento crítico, reflexivo, argumentado e contrastado. As redes se inundam de afirmações sem nuances, opiniões sem evidências e generalizações abusivas. Nas redes se consome pensamento pré-cozido, espetacular, chamativo, capaz de capturar a atenção independentemente de seu valor ético ou epistêmico. Cross (2025) considera que Google, YouTube, TikTok, Instagram e Amazon não são simples plataformas: são arquitetos do *pensamento superficial*. Já não são simples meios,

constituem mapas mentais que se difundem urbi et orbi, que condicionam e orientam nossas percepções, sonhos e desejos imediatos (Rot, 2023).

Sabendo que o que nos move são os afetos e com mais intensidade os associados à defesa e ataque, as redes liberam as emoções primárias como o medo, a raiva ou a tristeza, pois ativam zonas cerebrais associadas à sobrevivência. Com este propósito, as redes fomentam, em muitas ocasiões, a criação de contextos caóticos, deteriorados, onde os sujeitos humanos sintam-se vulneráveis e confusos. Quando um relato toca o coração antes que a mente, já não é uma simples informação. Nossas emoções são um terreno fértil onde o sistema semeia sua narrativa. Nestes cenários, a emoção substituiu a lógica, a percepção suplantou a análise (Cross, 2025). Todos somos suscetíveis a esta lógica de sobrevivência, em que o medo e o ódio mobilizam com mais eficácia do que o debate racional. Nas guerras emocionais há pouco espaço para o pensamento crítico. Por estas razões, não se deve esquecer que os telefones celulares inteligentes são ferramentas poderosas que potencializam nossas capacidades, ao mesmo tempo que estimulam de maneira constante nossos desejos e emoções mais primárias (Alter, 2018; Rivera, 2025; Rot, 2023).

Por outro lado, o loop de retroalimentação por validação social e necessidade de pertencimento, que fomentam as redes, isola intelectualmente os usuários em *bolhas ideológicas e culturais*, que reforçam nossas crenças e empobrecem nossos horizontes intelectuais. Como já analisou detidamente Pariser em 2017, com muita frequência as bolhas se tornam espelhos disfarçados de janelas, aproveitando nossos *vieses de confirmação e familiaridade*. Poderia afirmar-se que as redes te doutrinam com tuas próprias ideias, porque repetem o que você crê.

Os gigantes tecnológicos, diante do uso abusivo dos *algoritmos de recomendação*, nos oferecem opções tão personalizadas que se tornam irresistíveis, habituando-nos a desenvolver uma mente que não busca a verdade, mas a validação. Quanto mais interagimos com o sistema, mais os nossos próprios vieses são reforçados, disfarçados sob a aparência de liberdade de escolha. Na neolíngua das redes, este engano costuma se camuflar sob os eufemismos de que não há censura, mas filtragem; não é manipulação, é recomendação personalizada (Rivera, 2025; Cross, 2025).

Além disso, aproveitando o vínculo emocional e a necessidade humana de identidade e pertencimento, essas bolhas se convertem em um terreno fértil propício para o sectarismo, a *polarização e o tribalismo extremista* (Gutiérrez-Rubí, 2025; Estapé, 2024). Neste magma social é fácil compreender a polarização irresistível do panorama político no mundo atual entre um "nós" e um "eles", que libera e amplifica os instintos de ódio e violência. Pra cima deles, ôô, ôô, ôô!, em uma sequência perigosa e difícil de parar, de polarização, ódio, violência e tragédia. Para alguns, o ódio se tornou a gasolina das redes sociais, que funcionam como fazendas e celeiros de ressentimento e vingança. Quanto mais ódio se transfere na rede, mais audiência e mais lucro (Cross, 2025; Gutiérrez-Rubí, 2025).

É evidente que nas redes circula todo tipo de ideologias e posições políticas, mas para surpresa de muitos, a tendência majoritária é a difusão de posições ultraconservadoras. Em prol do benefício, as plataformas e as redes primam não apenas pelas formas espetaculares e atrativas, mas também pelos conteúdos extremos que removem as emoções mais sensíveis do ser humano. A psicologia da persuasão domina o território virtual, como propõe Cialdini (2025), sussurrando e difundindo *a doutrina invisível do neo ou ultraliberalismo*, um coquetel de posições ultraliberais no econômico, ultradireitistas no político e reacionários no social (Monbiot e Hutchison, 2025). O perverso é que agora todos, em certa medida e no nosso cotidiano, somos neoliberais, invadidos pela ideologia onipresente encarnada, enraizada em hábitos de *consumismo e competitividade*, com a promessa ou ilusão impossível de que qualquer um pode se tornar o número um. Na lacuna que se abre entre grandes expectativas e resultados parcos, as redes onipresentes expandem e exploram a frustração e o ressentimento dos perdedores da globalização, favorecendo o atual triunfo dos demagogos antidemocráticos e autoritários (Trump, Milei, Bolsonaro, Orbán...). Os *influencers*, *think tanks* e departamentos acadêmicos da Internacional Neoliberal alimentam e inundam as redes, a mídia, as telas e as plataformas com essa doutrina invisível, cada vez menos dissimulada.

Merece menção especial, a meu entender, a *semântica de gênero e relações sexuais* que se difunde nas redes e telas. Aplicativos, redes e plataformas, impulsionados por inteligência artificial, estão transformando as interações amorosas e sexuais, porque exibem habilidades sociais e conversas que soam inquietantemente autênticas, como se pode comprovar em *Bumble* e *Badoo*, dois dos apps de paquera mais populares. Como estão se desenvolvendo as atitudes e

disposições amorosas e sexuais na adolescência e juventude que cresceu entre o enxame das redes sociais?

Laura Bates, em seu sugestivo e perturbador livro *Os homens que odeiam as mulheres* (2023), apresenta uma análise demolidora de uma cultura subterrânea que invade a mente dos adolescentes mais vulneráveis, produzindo vícios e disposições patológicas compartilhadas em grupos como a *cultura Incels*, os artistas da sedução ou o movimento dos homens ressentidos que aparecem na vida cotidiana, refletida na série "*Adolescência*". É lamentável que os algoritmos de recomendação contribuam para que, também os menores, acessem com facilidade a páginas de pornografia, saturadas de Deepfakes sexuais, alteração da imagem corporal, pornografia infantil ou conteúdo violento, em um território sem lei, onde prolifera o *uso compulsivo do conteúdo sexual* (Rivera, 2025).

Outra das manifestações mais corrosivas da guinada extrema da doutrina invisível ultraliberal é a normalização da *Desinformação e pós-verdade*. O termo pós-verdade tornou-se viral porque incorpora a intencionalidade decidida de enganar, utilizando verdades, meias verdades, boatos, mentiras e calúnias. Para o sucesso desta estratégia de engano é necessária a normalização da desinformação à qual contribuem as redes de maneira exemplar. Como já repetimos sem parar, o propósito das redes é capturar a atenção dos usuários, não difundir a verdade. Na era da pós-verdade, já não importa se algo é verdadeiro ou não. Com frequência, os dados são secundários, as provas irrelevantes e o raciocínio um estorvo. A internet e as redes sociais não premiam a verdade, mas o número de seguidores e a necessidade de reafirmar nosso pertencimento a grupos sociais que validam de fora nossa identidade (Fisher, 2023; Cross, 2025; Rivera, 2025). Não se trata só de falsificar uma notícia, trata-se de difundir a confusão, destruir o próprio conceito de certeza. Quando a pós-verdade é normalizada, prepara-se o terreno para a desordem, a incerteza e a confusão cognitiva permanente, nos indivíduos e na coletividade. Especialmente quando a perfeição das falsificações audiovisuais impossibilita diferenciá-las da realidade (*Veo3* do Google), o que fazer frente a essa possibilidade tão fácil e acessível de produzir gravações falsas com imagens e áudios hiper-realistas? Ver para crer? A imagem e o áudio já não servem como prova de veracidade.

A polarização planejada não busca apenas ganhar uma discussão a qualquer preço, busca que a discussão nunca termine, misturando terrorismo informativo e gestão emocional, para

provocar uma atmosfera irrespirável de desinformação, falsidade e indignação que conduza ao desencanto da política. Diante de tanto ruído que satura o sinal, muitos cidadãos, cansados e esgotados, se desconectam, se afastam da ação política ou votam desesperadamente contra seus próprios interesses (Van der Linden e Roozenbeek, 2024; Rivera, 2025). Neste clima de normalização da pós-verdade como estratégia política, o alvo dos centros de poder se concentra nos poucos redutos da sociedade onde se pode cultivar o pensamento crítico, livre e reflexivo: o jornalismo profissional, a educação, a ciência, a cultura, as artes e as universidades... Como defendeu Steve Bannon, em várias ocasiões, a forma de lidar com os redutos do pensamento crítico é debilitar seu financiamento, promover sua privatização e inundar o território de merda.

Estima-se que cinquenta por cento da informação que circula pela internet é defeituosa, "falsa". No entanto, é replicada com velocidade exponencial e escasso contraste. Se tudo pode ser falso, confuso ou mesmo desprezível, tudo vale. A única coisa que parecerá verdadeira será aquilo que se repetir mais vezes, inundando o cenário. Frente a esse panorama simplista e radical do tudo vale, não é fácil que nas redes triunfem discursos complexos e matizados que argumentem de forma ponderada, que a recusa das verdades absolutas não impede a busca das verdades relativas, que constituem o fundamento da ciência e da convivência humana. Porque nem todas as opiniões são respeitáveis; respeitáveis são as pessoas, as opiniões devem ser debatidas.

O paradoxo contemporâneo é que as posições mais extremas de extrema-direita se apresentam como os rebeldes e os irreverentes do século XXI, politicamente incorretos e sem papas na língua. Defendem uma concepção de liberdade como ação sem restrições na lei da selva, uma rebeldia oferecida como bala ao alcance dos jovens perdedores, indignados com as deficiências da sociedade atual, com sua precariedade, confusão e falta de horizontes. Servem-lhes as mentiras, os slogans e as teorias da conspiração, desde que envolvidos numa narrativa que reduz a incerteza e proporciona senso de pertencimento a um grupo e a uma tribo que lhes oferece identidade (Mounk, 2024; Sánchez, 2024). Propõem explicações e soluções simples para problemas complexos e são imunes às evidências, porque se baseiam em crenças incomparáveis, onde não há espaço nem para o verificacionismo nem para o falseacionismo (Ariely, 2023). Nessas águas turvas triunfam figuras como Trump, um demagogo

extremamente astuto na arte de transformar a frustração de milhões de cidadãos numa hipócrita e sedutora narrativa antipolítica de rebeldia, ódio e hostilidade.

Em resumo, a semântica que as redes sociais difundem de maneira majoritária é a semântica dominante no cenário neoliberal contemporâneo — volátil, incerto, complexo, polarizado e projetado para persuadir —, mas potencializada de maneira exponencial por seu poder digital. Os proprietários das poderosas redes e plataformas digitais, que defendem na atualidade a doutrina invisível do neoliberalismo mais selvagem, tecnofeudalismo, e que se posicionam na extrema direita do arco ideológico, têm muito claro que há um poder hoje mais decisivo que o poder institucional e midiático e é o poder silencioso dos influxos digitais que disseminam as redes e plataformas e que impactam de maneira tão decisiva no comportamento social e político dos cidadãos (Monbiot e Hutchison, 2025).

Efeitos sociais

Como vimos em páginas anteriores, as redes, pela natureza complexa e singular de sua estrutura sintática e semântica, atuam como uma poderosa caixa de ressonância, amplificada, da condição humana, refletindo tanto aspectos positivos como negativos e gerando efeitos, ainda desconhecidos, muito diferentes nos diversos contextos, grupos e indivíduos humanos.

A meu entender são dois os efeitos mais preocupantes de seu desenvolvimento atual: a deterioração da saúde mental dos adolescentes e a erosão progressiva da convivência social, da cultura e das instituições democráticas.

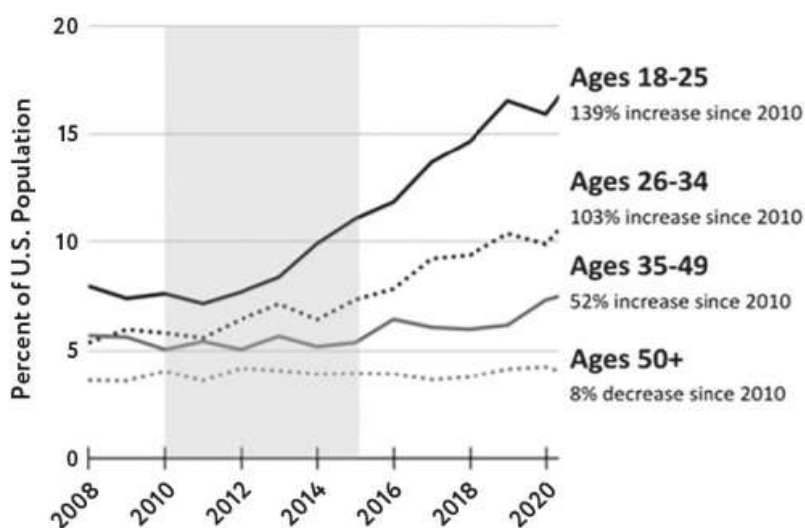
A vertiginosa deterioração da saúde mental dos jovens, lamentavelmente, encontra-se bem documentada por uma esmagadora quantidade de pesquisas que convergem em conclusões similares (Murthys, 2021; Hauguen, 2023; Haidt, 2024; Fisher, 2023; Desmurget, 2020, 2025; Jarvis, 2024; Rojas Estapé, 2024; Bates, 2023).

A adolescência, por seu estado de desenvolvimento em formação, aparece como a etapa humana mais vulnerável à influência das redes digitais, sofrendo de maneira muito especial transtornos de ansiedade, estresse, depressão e vícios que modificam seus delicados sistemas de recompensa. Dois são os fenômenos que desgraçadamente convergem para intensificar o problema: constituem o grupo social que mais tempo se expõe à influência das redes e telas

(Rojas Estapé, 2024) e não dispõem ainda do desenvolvimento suficiente do córtex pré-frontal para exercer a capacidade de controle executivo sobre seus impulsos emocionais (Fisher, 2023).

O gráfico seguinte, por exemplo, é bastante eloquente quanto à evolução do acelerado e singular declínio mental dos jovens. Em uma década, o declínio da saúde mental da geração de 18 a 25 anos cresceu 139%, enquanto entre os maiores de 50 anos o crescimento foi de apenas 8% (Fisher, 2023).

Gráfico 1: Evolução mental dos jovens



Fonte: Fisher (2023).

A este respeito, Fisher (2023) e Haidt (2024) advertem que a superproteção no mundo real e a infraproteção no virtual são as principais razões pelas quais a geração Z, nascida a partir de 1995, se transformou na geração mais ansiosa. Sem referentes adultos próximos e competentes neste ambiente inovador, mais do que nativos digitais, eles deveriam se considerar órfãos digitais. Foi a primeira geração da história que atravessou a puberdade com um celular em seus bolsos, precisamente na etapa durante a qual constroem as bases de sua identidade pessoal e social (Haidt, 2024; Goleman, 2025). O prestigioso Psiquiatra francês Desmurget (2024) se atreve a afirmar, apoiado em dados, que é a primeira geração que não supera o quociente intelectual de seus progenitores.

Segundo outro estudo publicado pelo Cyber Guardians em 2024³, os problemas de saúde mental em menores de 20 anos quadruplicaram entre 1997 e 2021, sendo mais frequentes quanto mais precoce tenha sido o início do uso do celular. É verdade que são estudos correlacionais que não podem ser interpretados como causais, mas marcam tendências claras muito preocupantes.

O segundo efeito mais substancial da influência das redes e telas é a deterioração da convivência social democrática. As redes e plataformas são os territórios mais decisivos e universais que habitamos no século XXI e se encontram atualmente infectadas de pós-verdade, desconfiança, polarização e posições extremas. Ao ser de propriedade privada, dentro do modelo econômico neo e ultraliberal, as instituições públicas e democráticas têm enormes dificuldades para oferecer contrapesos ao poder social de sua influência, que opera na obscuridade dos algoritmos complexos e opacos. Apresentam-se ao usuário como o território da opinião livre, que concebe a liberdade como direito subjetivo ilimitado, inclusive para mentir, caluniar e manipular, a tal extremo que chega a proclamar que os fatos são livres, irrelevantes, intercambiáveis e as opiniões são sagradas. A liberdade de expressão não pode amparar nem se confundir com liberdade de mentir, de enganar, de danificar a convivência e o bem-estar alheio. O aumento progressivo e acelerado do apoio eleitoral às ideologias e organizações populistas de extrema direita, especialmente entre muitos jovens que não condenam o fascismo nem o autoritarismo, é um fenômeno extremamente preocupante na maioria dos países do mundo ocidental (Gutiérrez-Rubí, 2025). Este auge se catalisou no segundo triunfo eleitoral de Donald Trump em 2024. São movimentos autoproclamados como antissistema, que não respeitam a declaração universal dos direitos humanos, as leis que sustentam a ordem internacional e a governança democrática global (Hao, 2025). Nesta atmosfera de infoxicação, a ameaça e o questionamento da democracia parecem inevitáveis (Rot, 2023; Applebaum, 2024).

³ *CyberGuardians* é uma organização internacional sem fins lucrativos cujo objetivo principal é apoiar pais, educadores e legisladores na promoção de hábitos digitais saudáveis entre os jovens, diante do impacto negativo das redes sociais e dispositivos inteligentes sobre a saúde mental.

Pedagogias ao resgate educativo da atenção

Diante deste panorama, parece urgente e imprescindível elaborar respostas educativas à altura da complexidade e natureza dos inovadores e graves desafios propostos. Que possibilidade os sujeitos em formação têm de resistir aos poderosos influxos das redes e plataformas viciantes e dos contextos tóxicos sociais, culturais e políticos contemporâneos? Como ajudá-los a recuperar a atenção sequestrada pelos opacos algoritmos de seleção e recomendação que dirigem as redes e plataformas digitais e se comportam como as eficazes caixas negras de Skinner?

Como nos recorda Alter (2018), os menores, de maneira muito especial, não podem competir por si sós contra os algoritmos projetados para sequestrar sua atenção. É necessário um esforço sistemático decidido, coletivo e solidário, que envolva famílias, educadores e instituições, com o objetivo de fomentar ambientes mais saudáveis para aprender a se autorregular.

É grave que a pedagogia tenha oferecido até agora escassas iniciativas para responder às exigências de qualquer uma das três ondas digitais dos últimos 25 anos. Uma pedagogia, se pretende ser verdadeiramente educativa, precisa acompanhar e orientar os aprendentes para que possam identificar, compreender e gerir de forma consciente e reflexiva a complexidade de estímulos e influências que recebem em sua vida presencial e virtual. Para recuperar a atenção nesse cenário híbrido tão polarizado e projetado para persuadir, é preciso enfrentar a alfabetização digital como conhecimento crítico de seus fundamentos, seus modos de funcionamento e suas consequências esperadas (Hari, 2023, Kuenerz, 2025). É verdade que a pedagogia não pode garantir os resultados desejados, mas pode buscar as melhores condições em termos de cenários, pessoas, relações, conteúdos, meios, processos e experiências de ensino e avaliação que facilitem atingi-los.

Proponho a seguir algumas das ideias que eu considero mais urgentes e relevantes para contribuir a criar um novo relato, um novo pacto educativo.

Regulação democrática do ambiente virtual

Há, a meu entender, uma condição política prévia que aparece como um requisito imprescindível: o controle democrático dos complexos e poderosos ambientes virtuais⁴, regulando as iniciativas privadas e suprimindo os oligopólios digitais, tecnofeudais, que resistam a dita regulação democrática. Um serviço tão básico e imprescindível não pode ser sujeitado ao capricho do mercado. O acesso à internet já não é uma escolha, mas um bem tão essencial para a vida da maioria das pessoas como a saúde ou a educação. A desprivatização precisa aspirar à criação de uma internet governada pelas pessoas, e não pelo dinheiro, isto é, desenvolver modelos de propriedade pública, cooperativa, crítica e democrática das redes e telas⁵.

Da mesma maneira que se regula democraticamente a vida cotidiana presencial, deve-se regular também o novo ambiente virtual de relações. Deve-se garantir a transparência para que se conheçam os princípios epistemológicos e éticos que regem os algoritmos, além de se regular os processos de extração e exploração dos dados com os quais se treinam⁶.

Entre estas regulações, é essencial considerar a idade de acesso às redes sociais e plataformas. Embora o objetivo pedagógico prioritário deva ser o desenvolvimento da autorregulação nos aprendentes, é imprescindível estabelecer medidas de restrição de acesso. A maioria das propostas fixa o limite entre os 13 e 16 anos. Assim como no ambiente físico, é crucial proteger os menores do acesso indiscriminado a conteúdos inapropriados — como violência, apostas ou pornografia — mediante estratégias de restrição e acompanhamento (Tarnoff, 2025).

⁴ Na maioria dos estudos e ensaios (Appelbaum, 2024, Cross, 2025, Monbiot e Hutchison, 2025), a vida democrática das sociedades contemporâneas parece incompatível com a propriedade privada e não regulada das poderosas plataformas, redes e IAGs que dominam o enxame virtual contemporâneo.

⁵ A imagem viral da cerimônia de posse da presidência de Trump em 2025 mostra justamente o oposto: a governança mundial do universo digital nas mãos de contados e poderosos oligopólios privados, representantes do tecnofeudalismo (Varoufakis, 2024; Cross, 2025; Monbiot e Hutchison, 2025; Piketty, 2025).

⁶ Nesse sentido, e conhecendo o desequilíbrio geopolítico do território digital contemporâneo, é urgente que a UE, em conjunto com os países não alinhados, desenvolva sua própria soberania de pesquisa e aplicação nesse campo entre o capitalismo selvagem dos Estados Unidos, privado, pago e desregulado, e o capitalismo estatal comunista da China, regulado pelo Estado, público, gratuito e de código aberto (Crawford, 2025). A Europa precisa desenvolver suas plataformas, redes e IAs de caráter público, gratuito, de código aberto e democráticas, ao mesmo tempo que continua regulando com bom senso e rigor as iniciativas privadas para que as redes, plataformas e telas deixem de ser o faroeste do capitalismo ultraliberal.

A este respeito, seria conveniente trabalhar e experimentar com os adolescentes estratégias que favoreçam a conscientização e o controle do usuário, como as seguintes:

- Rejeitar os cookies não desejados ao entrar em uma página.
- Desativar, em princípio, as notificações de todo tipo.
- Dormir afastado dos celulares e outros dispositivos.
- Distinguir e delimitar bem os espaços e tempos de uso dos dispositivos digitais, de modo que não estejamos à sua mercê em todo tempo e lugar.
- Desenvolver programas que reduzam a intensidade das cores ou que convertam para tons de cinza conforme o tempo de conexão aumenta substancialmente.

Em suma, desenvolver padrões de comportamento reflexivo no cenário virtual que permitam pausar, analisar, contrastar, sentir e avaliar antes de compartilhar e intervir na rede. Recuperar um tempo no qual o indivíduo possa encontrar seus próprios ritmos, o sentido da duração e da espera, da reflexão e da atenção, o que exige equilíbrio entre atividades presenciais e virtuais, físicas e culturais, no campo e na cidade.

Nesse sentido, é crucial eliminar ou reduzir significativamente o caráter viciante da sintaxe das redes. Isso implica desativar qualquer forma de persuasão e manipulação psicológica, como algoritmos de recomendação padrão, rolagem infinita e publicidade baseada no comportamento pessoal dos usuários⁷. É fundamental também exigir autorização, remuneração e transparência no uso de dados pessoais, bem como certificados de origem e marcas d'água que diferenciem produtos humanos dos artificiais⁸.

No centro de uma pedagogia educativa ao resgate da atenção, deve-se construir um novo e poderoso relato pedagógico à altura dos extraordinários desafios que a era digital apresenta no século XXI. Uma nova forma de entender a relação educativa que se apoie em três pilares básicos: ético, epistêmico e didático.

⁷ Nesse sentido, seria decisivo exigir o cumprimento real do Regulamento Europeu de Proteção de Dados, a lei contra fake news e o escudo europeu contra desinformação, bem como ilegalizar os poderosos programas de deepfakes (Van der Linden e Roozenbeek, 2024).

⁸ Mastodon, por exemplo, poderia servir como modelo realmente inspirador de plataforma descentralizada que prioriza a privacidade, o sentimento de comunidade e o controle do usuário sobre os próprios dados

A dimensão ética. Aprender a se autorregular em cooperação. Do eu ao EU-Nós

O primeiro pilar faz referência a criar na escola uma cultura ética que compatibilize a autorregulação do eu e do nós. Um conceito de liberdade que aposte pela realização autônoma de toda a pessoa e de todas as pessoas, de cada pessoa, respeitando os direitos dos demais de construir e desfrutar de suas próprias opções pessoais. Este eixo central implica aprender democracia direta na sala de aula, como um dos propósitos prioritários da escola, por ser um dos âmbitos mais deficitários e decisivos na era contemporânea (Murray, 2019). Criar um ambiente favorável à formação paulatina da consciência e o compromisso com o próprio projeto de vida de cada aprendente, compatível e em convergência com o projeto social e o bem-estar da comunidade.

Tal propósito requer criar *cenários de confiança e igualdade real de oportunidades* na escola, suficientemente potentes e críveis para compensar as desigualdades da vida cotidiana que provocam tanta raiva e indignação. Apostar em uma *escola realmente inclusiva*, que celebre a diversidade singular e respeite a discrepância, que ensine a resolver de maneira pacífica e dialogada os inevitáveis conflitos que aparecem nas interações da vida cotidiana. Que ensine a escutar, conversar e dialogar; a viver e conviver em grupos humanos heterogêneos, promovendo a empatia, a compaixão, a confiança e a ternura como a atmosfera pedagógica que habita na escola. Um espaço sem dúvida contracultural com respeito aos influxos que provêm da atmosfera polarizada e tóxica que alimentam as redes e a vida política contemporânea. Que as novas gerações tenham ao menos um tempo prolongado e repousado de experimentação de cenários sociais saudáveis e de confiança, de explorar as possibilidades do EU-NÓS, fomentando ao mesmo tempo a singularidade e a cooperação, o debate, o dissenso e a conversação tranquila e respeitosa⁹. Falamos de um nós universal, plural e inclusivo, como capital humano por explorar, potencializar e cuidar. Uma nova forma de entender a sobrevivência e a convivência em favor do bem-estar comum, do cuidado mútuo, para além do hiperindividualismo egoísta do capitalismo selvagem, neo ou ultraliberal de culto, sem limites, ao EU e do nós contra eles (Graeber, 2024; Simard, 2021)¹⁰. Um novo relato que substitua a

⁹ O trabalho de Simard (2021) nos diz que até as árvores que na superfície pareciam estruturas independentes e lineares, frequentemente, sob a terra, formam parte de enormes e densas redes de cooperação biológica.

¹⁰ Não se deve esquecer que, segundo os principais relatórios sobre o índice de confiança interpessoal — Latinobarômetro 2024, Eurobarômetro (2024), o World Values Survey onda 7 (WVS) de 2022, Pew Research

miséria pública e a opulência privada própria do capitalismo pela *suficiência privada e o luxo público*¹¹. Um território do EU-NÓS, que sabe diferenciar, cultivar e integrar os territórios do íntimo, do privado e do público, como modos de relação¹². Um território de tolerância zero à ridicularização, à manipulação, ao abuso e a qualquer forma de violência física e psicológica.

A dimensão epistêmica. Aprender a pensar na escola

Com este propósito, será necessário criar na escola uma cultura epistemológica de rigor, humildade, contraste, corroboração e criação. Uma epistemologia que busque e selecione a informação mais pertinente e rigorosa, que situe os fatos e os textos em seu contexto e sua gênese, que reconheça o caráter sistêmico e complexo da realidade, que fomente o contraste e a experimentação compartilhada, que cultive uma atitude de humildade, que reconheça a natureza vulnerável, inacabada, limitada e imprevisível do ser humano, e que rejeite posturas de sectarismo, arrogância e dogmatismo. Uma epistemologia que reconheça os vieses cognitivos e afetivos, assumindo o erro como condição de aprendizagem. Um cenário educativo preocupado por construir o hábito social da honestidade e da autocrítica, a dúvida deliberativa, o debate criativo e a crítica construtiva com o próprio grupo, que compreenda a pluralidade, a diversidade e a relação construtiva entre os contrários. Pensar — de verdade — implica assumir o risco de estar equivocado, a coragem de revisar as próprias crenças, a paciência de contrastar e a humildade de escutar (Kuenerz, 2025).

Esta cultura epistemológica assume a dúvida e o ceticismo crítico sem cair no relativismo absoluto nem no niilismo do tudo vale¹³. É necessária uma virada que resgate o espírito do projeto iluminista, evitando os excessos de seu racionalismo instrumental reducionista, as dicotomias maniqueístas cartesianas, bem como o esquecimento do

Center (2025) —, que apresentam dados muito similares, há uma preocupante tendência de queda, com importantes diferenças entre países. Os países nórdicos europeus em torno de 60-70%, Orientais, China e Índia, 56%, Latino-americanos em torno de 10% e Espanha em torno de 9%. A maioria dos países mostra deterioração do índice de confiança na segunda década do século XXI. E é especialmente preocupante que os jovens manifestem menor confiança interpessoal na maioria dos países (Pastor Vico, 2024)

¹¹ Graeber (2021), Varoufakis (2024) e Piketty (2025) elaboram propostas bem fundamentadas com este propósito.

¹² O íntimo, o privado e o público não como espaços e sim como modos de interação condicionados pelo outro digital.

¹³ Não se pode esquecer que o pós-modernismo surgiu como uma reação cética aos grandes relatos e, frequentemente, sucumbiu no impasse do ceticismo radical, do relativismo extremo e do niilismo.

componente emocional e da complexidade da subjetividade. Emoção e razão constituem duas faces interdependentes da mesma moeda, pois diante de qualquer estímulo ativamos ambos os recursos cognitivos: *a denotação*, que nos ajuda a identificar, relacionar, antecipar e diferenciar, e *a conotação*, que pinta com cores emotivas esse mesmo objeto e a experiência subjetiva associada, conforme nos afeta. Com essa perspectiva holística da complexidade, a escola deve oferecer espaço e tempo para vivenciar e desfrutar a descoberta apaixonante, as interações humanas envolvidas pela voz serena, o olhar limpo, a escuta atenta e a paixão pela busca, pela descoberta e pela criação.

Eixo didático: ajudar a educar-se: do conhecimento ao pensamento prático, crítico e criativo

Potencializar a autonomia do sujeito implica ajudá-lo a transitar desde seu *conhecimento cotidiano, intuitivo, automático e emocional ao pensamento consciente, reflexivo, prático, crítico e criativo*, que, de maneira deliberada e consciente, analisa, distingue, relaciona, comprova e retifica (Kahneman, 2015; Pérez Gómez, 2017). Ou seja, ajudar a cada aprendente a construir conscientemente os hábitos cognitivos e emocionais que lhe permitam dirigir e gerir sua atenção e controlar os próprios processos de pensamento e tomada de decisões, assim como distanciar-se dos desejos e recompensas viciantes imediatas e inibir os impulsos não desejados ou tóxicos. A pedagogia educativa deve ajudar o aprendente a conhecer a origem, a natureza, intensidade e consequências de seus desejos, assim como as formas e métodos de construir hábitos para poder geri-los de maneira consciente e voluntária. Ou seja, ajudar a construir a autorregulação emocional.

Essa abordagem deve incluir tanto o desenvolvimento sistemático da capacidade de observar, analisar e avaliar a própria experiência — *Teorizar a prática* — quanto o movimento complementar de — *Experimentar a teoria* —, construindo de forma gradual e parcimoniosa os novos hábitos cognitivos e emocionais, condizentes com a nova consciência e os novos propósitos do próprio projeto de vida escolhido (Pérez Gómez, 2017). Distante do determinismo encantador, rápido e automático que emana das redes, a pedagogia educativa aposta em processos e espaços de construção lenta e progressiva, confiando que a inteligência reflexiva pode transformar intuições, desejos e emoções biologicamente condicionados, regulando sua intensidade, inibindo sua expressão e modificando sua estrutura afetiva, no

contexto saudável e estimulante de uma atmosfera de cooperação e descoberta (Marina, 2025). Nesse sentido, convém recordar as investigações de Csikszentmihalyi (2005) sobre o estado de fluxo, no qual o ser humano é capaz de vivenciar momentos intensos e prolongados de concentração absoluta, alheio a estímulos e distrações externas e a recompensas de reforço variável.

Em suma, adotar como propósito essencial e prioritário da escola educativa o ensino e a aprendizagem de pensar e agir de forma disciplinada, crítica, honesta e criativa diante dos problemas autênticos nos contextos reais que preocupam e intrigam o aprendente. Fomentar uma cultura da busca pela verdade, de honestidade intelectual, de experimentação, de tentativa e erro, de questionamento, dúvida, validação e correção, mas especialmente uma cultura de tolerância zero com a mentira deliberada, com o engano e com a manipulação. Num mundo de pós-verdade normalizada que desvaloriza a verdade, ser honesto consigo mesmo é um ato de rebeldia e um princípio ético inegociável (Marina, 2025; Cortina, 2024).

Neste excitante e complexo processo, a direção consciente da atenção é a chave, para deixar de ser rolas flutuando à mercê de algoritmos, redes e telas. A melhor maneira de resgatar a atenção é promover o pensamento, ou seja, a reflexão consciente e cooperativa sobre as vivências e experiências espontâneas e acompanhadas (Kuenerz, 2025).

Uma didática socrática, plural, flexível e comprometida. a complementaridade metodológica dos contrários

Provocar a reconstrução dos recursos subjetivos automáticos cotidianos em pensamento crítico, prático e criativo requer mobilizar uma pedagogia plural, experiencial e flexível que integre as seguintes posições aparentemente contraditórias: Estimular a experiência ativa e a contemplação reflexiva; buscar o equilíbrio entre a dúvida e a afirmação/refutação experimental; compatibilizar o desenvolvimento de habilidades e disposições com a construção de modelos de mundo; e de maneira muito especial, a simbiose da razão e a emoção, os afetos e a reflexão. Não parece saudável que a nova geração siga cegamente "seus instintos e desejos", sabendo que estão sendo programados e distorcidos pela potente tecnologia viciante que inunda a atmosfera digital. A pedagogia educativa deve ajudar o aprendente a conhecer a origem, o sentido, a intensidade e as consequências de seus desejos, assim como as formas e métodos

mais adequados para construir os hábitos conscientes e voluntários, que facilitem sua autorregulação (Rot, 2023).

Posto que o conhecimento prático, automático e subconsciente — primeiro sistema de processamento de Kahneman — é abissalmente alimentado pelas redes e plataformas virtuais e presenciais, em um sentido em grande medida perverso e tóxico, a atividade pedagógica na escola educativa deve se centrar de maneira intensa e prioritária no desenvolvimento do pensamento prático, crítico e criativo — segundo sistema de Kahneman. Ou seja, a escola educativa precisa se concentrar prioritariamente em estimular e orientar a capacidade de pensar, decidir e agir de modo deliberado, consciente e reflexivo sobre os padrões já previamente adquiridos, em todos os domínios do saber e do fazer. Essa abordagem implica um processo complexo e delicado de reconstrução pessoal, grupal e social. É evidente que tal reconstrução não pode se construir apenas com base na teoria, mas requer vivência experiencial. Vivências que demonstrem que nem a ideologia ultraliberal nem o determinismo digital são inevitáveis e que a coexistência híbrida e interativa de organismos, mentes e máquinas oferece cenários surpreendentes que precisamos aprender a explorar e habitar. A pluralidade flexível, a investigação e experimentação rigorosa e o diálogo compassivo e criativo devem constituir a base dessa nova pedagogia educativa, convencida de que para compreender as pessoas como realmente são é necessário imaginar o que podem vir a ser. Uma aposta pedagógica decidida, contracultural, por seu otimismo e esperança justamente nos cenários sociais contemporâneos tão pouco promissores (Byung-Chul, 2024 e Solnit, 2025). Tendo sempre em mente, como já sustentava Orwell em sua distopia 1984, que a esperança, se existe, deve ser construída.

Para esse propósito, merece especial atenção o desenvolvimento de IAs democráticas e sensíveis aos modelos pedagógicos que potencializam a autonomia e a autorregulação de indivíduos, grupos e coletividades. Isto é, IAs socráticas, alimentadas e treinadas com princípios epistêmicos, éticos e pedagógicos que fortalecem simultaneamente a subjetividade pessoal e o bem-estar social da comunidade, cujas surpreendentes possibilidades e preocupantes riscos já procurei explorar em minha publicação anterior (Pérez Gómez, 2024).

Essa nova e poderosa narrativa em educação concebe infância e adolescência como o tesouro vivo da humanidade, e os professores como o fator decisivo que cuida e estimula amorosamente seu crescimento. Para atingir esse objetivo, é fundamental contar com

profissionais colaborativos (EU-NÓS), respeitados e admirados, que possuam elevadas competências acadêmicas, culturais, éticas e socioemocionais, apaixonados pelo conhecimento e pelo ato de ajudar a aprender, com capacidade e desejo de aprender cooperativamente durante toda a vida. Somente assim poderão enfrentar os impressionantes desafios educacionais de um contexto presencial e virtual cada vez mais rico e complexo, que evolui vertiginosamente, no qual a escola desempenha papel singular: desacelerar a velocidade da mudança para analisá-la, compreendê-la e oferecer respostas pedagógicas pertinentes.

Referências

ALTER, A. **Irresistible**: ¿Quién nos ha convertido en yonquis tecnológicos? Barcelona: Paidós, 2018. [Edição em português: ALTER, A. **Irresistível**: por que você é viciado em tecnologia e como lidar com ela. Tradução: Cássio de Arantes Leite. Rio de Janeiro: Objetiva, 2018.]

APPLEBAUM, A. **Autocracia**. Barcelona: Debate, 2024. [Edição em português: APPLEBAUM, A. **Autocracia S.A.**: os ditadores que querem dominar o mundo. Tradução: Alessandra Bonrruquer. Rio de Janeiro: Record, 2024.]

ARIELY, D. **Misbelief**: what makes rational people believe irrational things. New York: Harper, 2023.

BATES, P. **Los hombres que odian a las mujeres**: incels, artistas de la seducción y otras subculturas misóginas online. Madrid: Capitán Swing, 2023.

BYUNG-CHUL, H. **El espíritu de la esperanza**. Barcelona: Herder, 2024. [Edição em português: HAN, Byung-Chul. **O espírito da esperança**: contra a sociedade do medo. Tradução: Milton Camargo Mota. Petrópolis: Vozes, 2024.]

CIALDINI, R. **Influencia**: la psicología de la persuasión. New York: HarperCollins, 2022.

CRAWFORD, K. **Atlas de inteligencia artificial**: poder, política y costos planetarios. México: Fondo de Cultura Económica, 2025. [Edição em português: CRAWFORD, K. **Atlas da IA: poder, política e os custos planetários da inteligência artificial**. Tradutor: Humberto do Amaral. São Paulo: Edições Sesc, 2025.]

CROSS, M. **Des-información**: manipulación, propaganda y censura en la sociedad del control. Madrid: El Tragacionista, 2025.

CSIKSZENTMIHALYI, M. **Fluir**: una psicología de la felicidad. Barcelona: Kairós, 2011.

CYBER GUARDIANS. **Página inicial**. 2024. Disponível em: <https://www.cyber-guardians.org>. Acesso em: 30 jan. 2026.

DESMURGET, M. **La fábrica de cretinos digitales**: los peligros de las pantallas para nuestros hijos. Barcelona: Ediciones Península, 2020. [Edição em português: DESMURGET, M. **A fábrica de cretinos digitais**: os perigos das telas para nossas crianças. São Paulo: Vestígio, 2021.]

DESMURGET, M. **Más libros y menos pantallas**: cómo acabar con los cretinos digitales. Barcelona: Ediciones Península, 2025.

DIRESTA, R. **Invisible rulers**. New York: Public Affairs, 2024.

FISHER, M. **Las redes del caos**. Barcelona: Península, 2023. [Edição em português: FISHER, Max. **A máquina do caos**: como as redes sociais reprogramaram nossa mente e nosso mundo. Tradução: Érico Assis. São Paulo: Todavia, 2023.]

GOLEMAN, D. **Focus**. Barcelona: Kairós, 2025. [Edição em português: GOLEMAN, D. **Foco**: a atenção e seu papel fundamental para o sucesso. Tradução: Cássio de Arantes Leite. Rio de Janeiro: Objetiva, 2013.]

GRAEBER, D. **En deuda**: una historia alternativa de la economía. Barcelona: Ariel, 2021. [Edição em português: GRAEBER, David. **Dívida**: os primeiros 5.000 anos. Tradução: Rogério Bettoni. São Paulo: Companhia das Letras, 2023.]

GRAEBER, D.; WENGROW, D. **El amanecer de todo**: una nueva historia de la humanidad. Barcelona: Ariel, 2022.

GUTIÉRREZ-RUBÍ, A. **Polarización, soledad y algoritmos**. Madrid: Siglo XXI, 2025.

HAIDT, J. **La generación ansiosa**: por qué las redes sociales están causando una epidemia de enfermedades mentales entre nuestros jóvenes. Barcelona: Planeta Audio, 2024. [Edição em português: HAIDT, J. **A geração ansiosa**: como a infância hiperconectada está causando uma epidemia de transtornos mentais. Tradução: Lígia Azevedo. São Paulo: Companhia das Letras, 2024.]

HAO, K. **Empire of AI**: inside the reckless race for total domination. London: Penguin, 2025.

HARAWAY, D. **Mujeres, simios y ciborgs**: la reinención de la naturaleza. Madrid: Alianza, 2023.

HARI, J. **El valor de la atención**. Barcelona: Península, 2023. [Edição em português: HARI, J. **Foco roubado**: os ladrões de atenção da vida moderna. Tradução: Luis Reyes Gil. São Paulo: Vestígio, 2023.]

JARVIS, J. **The web we weave**: why we must reclaim the internet from moguls, misanthropes, and moral panic. New York: Basic Books, 2024.

KUENERZ, M. **El juego de la atención**: el método para hacer consciente el inconsciente. Barcelona: Vergara, 2025.

MARINA, J. A. **La vacuna contra la insensatez**: tratado de inmunología mental. Barcelona: Ariel, 2025.

MONBIOT, G.; HUTCHISON, P. **La doctrina invisible**: la historia secreta del neoliberalismo (y cómo ha acabado controlando tu vida). Madrid: Capitán Swing, 2025.

MOUNK, Y. **La trampa identitaria**: una historia sobre las ideas y el poder en nuestro tiempo. Barcelona: Paidós, 2024.

MURRAY, B. **La próxima revolución**: las asambleas populares y la promesa de la democracia directa. Barcelona: Virus Editorial, 2019.

PÉREZ GÓMEZ, A. I. **Pedagogías para tiempos de perplejidad y pandemias**. Rosario: Homo Sapiens, 2017. [Edição em português: PÉREZ GÓMEZ, Ángel I. **Pedagogias para tempos de pandemias e perplexidades**. Da informação à sabedoria. Tradução: Juliana Cristina Faggion Bergmann. Itapetininga: Edições Hipótese, 2021. 105p. Disponível em: [http://svr-net20.unilasalle.edu.br/bitstream/11690/2288/1/Hipótese.Pérez Gómez.2021.pdf](http://svr-net20.unilasalle.edu.br/bitstream/11690/2288/1/Hipótese.Pérez%20Gómez.2021.pdf)]

PÉREZ GÓMEZ, A. I. La revolución pedagógica de la IA educativa. **Márgenes**, Revista De Educación De La Universidad De Málaga, 5(2), 2024. [Edição em português: PÉREZ GÓMEZ, Ángel I. A revolução pedagógica da IA educacional. **Revista Internacional de Formação de Professores**, Tradução: Juliana Cristina Faggion Bergmann, Itapetininga, v. 9, e024013, 2024. https://periodicoscientificos.itp.ifsp.edu.br/index.php/rifp/pt_BR/article/view/1877/667]

PIKETTY, T. **Hacia un socialismo ecológico**. Barcelona: Deusto, 2025.

RIVERA, L. **Esclavos del algoritmo**: manual de resistencia en la era de la inteligencia artificial. Barcelona: Debate, 2025.

ROJAS ESTAPÉ, M. **Recupera tu mente, reconquista tu vida**. Barcelona: Planeta, 2024.

ROOZENBEEK, J.; VAN DER LINDEN, S. **The psychology of misinformation**. Cambridge: Cambridge University Press, 2024.

ROT, M. **Infoxicación**. Barcelona: Paidós, 2023.

SÁNCHEZ, R. **Bulos**: manual de combate. [S. l.: s. n.], 2024.

SIMARD, S. **Finding the mother tree**: discovering the wisdom of the forest. New York: Deckle Edge, 2021.

SOLNIT, R. **El camino inesperado**. Barcelona: Lumen, 2025.

TARNOFF, B. **Internet para la gente**: la lucha por nuestro futuro digital. Barcelona: Debate, 2025.

VAROUFAKIS, Y. **Tecnofeudalismo**: el sigiloso sucesor del capitalismo. Barcelona: Deusto, 2024. [Edição em português: VAROUFAKIS, Y. **Tecnofeudalismo**: o que matou o capitalismo. Campinas: Crítica, 2025.]

YOUYOU, W.; KOSINSKI, M.; STILLWELL, D. Computer-based personality judgments are more accurate than those made by humans. **Proceedings of the National Academy of Sciences**, Washington, v. 112, n. 4, p. 1036-1040, 27 jan. 2015.