



## Capitalismo de vigilância e adoecimento na sociedade excitada: a cultura do déficit de atenção e a necessidade de ações multilaterais de combate ao vício em redes sociais digitais

Surveillance Capitalism and Illness in the Excite Society:  
The Culture of Attention Deficit and the Need for  
Multilateral Actions to Combat Social Media Addiction

**Emerson Campos Gonçalves** 

Faculdade de Música do Espírito Santo (FAMES).

Universidade Federal do Espírito Santo (UFES), Programa de Pós-Graduação em Comunicação e Territorialidades.  
Vitória, ES, Brasil.

**Anny Rezende de Jesus** 

Universidade Federal do Espírito Santo (UFES), Programa de Pós-Graduação em Ciências Farmacêuticas.

Vitória, ES, Brasil.

**Iraí Mendes de Souza Filho** 

Universidade Federal do Espírito Santo (UFES), Programa de Pós-Graduação em Comunicação e Territorialidades.

Vitória, ES, Brasil.

**Juliana Barbosa Coitinho** 

Universidade Federal do Espírito Santo (UFES), Programa de Pós-Graduação em Ciências Farmacêuticas.

Vitória, ES, Brasil.

Correspondência para/Correspondence to

Emerson Campos Gonçalves - [emerson.goncalves@fames.es.gov.br](mailto:emerson.goncalves@fames.es.gov.br)

### PERIÓDICO / JOURNAL

ISSN 1808-3536

 @liinc-emrevista

 <https://revista.ibict.br/liinc/index>

### FLUXO EDITORIAL / EDITORIAL PROCESS

*Editores do Artigo / Article Editors*

Marco Schneider - Gustavo Saldanha

Fábio Gouveia - Priscila Sena

### Editores / Editors

Marco Schneider - Gustavo Saldanha

Fábio Gouveia - Priscila Sena

### Cronologia / Timeline

Recebido / Received: 19/10/2025

Aprovado / Approved: 28/12/2025

Publicado / Published: 04/02/2025

Como citar / How to cite: GONÇALVES, Emerson Campos; et al.. Capitalismo de vigilância e adoecimento na sociedade excitada: a cultura do déficit de atenção e a necessidade de ações multilaterais de combate ao vício em redes sociais digitais. *In: Liinc em Revista*, v. 21, n. 02, e7770. Disponível em: <https://revista.ibict.br/liinc/article/view/7770>. Acesso em: 04 mar. 2026.



Atribuição 4.0 Internacional  
*Attribution 4.0 International*

<sup>1</sup> A Liinc em Revista teve o apoio da **FAPERJ** para a publicação deste artigo.

**RESUMO:** Este artigo explora e entrelaça os debates sobre *capitalismo de vigilância* (Shoshana Zuboff) e *sociedade excitada* (Christoph Türcke). Para isso, parte da premissa de que, ao converterem as experiências e os aspectos mais íntimos da nossa vida em dados que são negociados sob a forma do capital, as empresas transnacionais que detêm as redes sociais digitais (*big techs*), para além de gerarem acúmulo de riqueza e poder, produzem as condições necessárias para a persistência de uma *cultura do déficit de atenção* que, em última instância, produz o vício em redes sociais digitais. Destarte, o objetivo deste trabalho é, partindo de investigações empíricas que evidenciam o vício em redes sociais digitais entre universitários, apresentar caminhos possíveis contra esse adoecimento. Para isso, identifica as contradições e os limites das mediações propostas pelas *big techs*, apontando para a necessidade de ações multilaterais contra o adoecimento e o vício.

**Palavras-chave:** sociedade excitada; capitalismo de vigilância; vício em redes sociais; cultura do déficit de atenção.

**ABSTRACT:** This article explores and intertwines the debates on *surveillance capitalism* (Shoshana Zuboff) and the *excitable society* (Christoph Türcke). It starts from the premise that, by converting experiences and the most intimate aspects of our lives into data traded as capital, the transnational corporations that own digital social networks (*big techs*), beyond generating the accumulation of wealth and power, create the necessary conditions for the persistence of an attention-deficit culture that ultimately leads to addiction to digital social networks. Therefore, the aim of this study is, based on empirical investigations that highlight digital social network addiction among university students, to present possible paths to counter this form of affliction. To this end, it identifies the contradictions and limits of the mediations proposed by *big techs*, pointing to the need for multilateral actions against both the disorder and the addiction.

**Keywords:** excited society; surveillance capitalism; social media addiction; culture of attention.

## INTRODUÇÃO

Que, diabo? Decerto mãos e pés / E cabeça e traseiro, são teus! / Então tudo aquilo que vigorosamente eu fruo, / É por isso menos meu? / Se eu posso pagar seis cavalos, / não são minhas as suas forças? / Corro e sou um homem probo, / Como se tivesse vinte e quatro pernas (Goethe apud Marx, 2004, p. 157-158).

Em seus manuscritos econômico-filosóficos, ao criticar a conversão e a apropriação da força de trabalho – logo, do corpo do trabalhador – sob a forma de capital pelos burgueses, Karl Marx recorre ao poema trágico *Fausto*, de Goethe, para lembrar que “as forças do dinheiro são [...] – [de] seu possuidor – qualidades e forças essenciais” (Marx, 2004, p. 159), de modo que a riqueza e o poder acumulados pelos capitalistas, tal qual os cavalos na passagem supracitada, contemplam a extensão do próprio contingente dominado. Em outros termos, quanto maior o acúmulo, maior o poder.

Tomando tal perspectiva como ponto de partida e direcionando o nosso olhar para a sociedade hodierna, marcada pelo *capitalismo de dados*, basta uma breve mirada sobre o modelo de negócio dos grandes grupos privados transnacionais (*big techs*) que dominam as plataformas digitais para compreender a velocidade e a força com que estes avançam sobre os centros de poder e decisão nos diferentes países. Dentro desse cenário em que todos nós somos escalados como “trabalhadores informais<sup>1</sup>”, que alienam e disponibilizam gratuitamente os aspectos mais íntimos da própria vida sob a forma de mercadoria nas redes sociais digitais, pode-se afirmar, com alguma margem de segurança, que a *mais-valia* atingiu o auge da lucratividade [para os burgueses] e, também, da barbárie [aos trabalhadores].

Ao abordar essa realidade e discutir o atual estágio do modo de produção capitalista, Shoshana Zuboff (2020) propõe o conceito de *capitalismo de vigilância* como o mais adequado para descrever a nova lógica de acumulação que emergiu com as plataformas digitais, transformando as experiências pessoais em dados que são negociados a fim de produzir concentração de riqueza e poder para as *big techs*.

A conexão digital é agora um meio para fins comerciais de terceiros. Em sua essência, o capitalismo de vigilância é parasítico e autorreferente. Ele revive a velha imagem que Karl Marx desenhou do capitalismo como um vampiro que se alimenta do trabalho, mas agora com uma reviravolta. Em vez do trabalho, o capitalismo de vigilância se alimenta de todo aspecto de toda a experiência humana (Zuboff, 2020, p. 20).

Contudo, para além do problema inerente à concentração de capital por poucas empresas que, neste contexto, tornam-se *players* centrais com poder de interferir nos processos políticos e democráticos

---

<sup>1</sup> Ao analisar as relações de trabalho produzidas nas plataformas de conteúdo, Rodrigo Moreno Marques (2024) lembra que algumas dessas plataformas, como o *YouTube*, têm uma característica que as diferencia, “que é o fato de uma significativa parte do conteúdo ali veiculado ser fruto de atividade não assalariada, portanto, não produtora de valor” (Marques, 2024, p. 142). Assim, faz-se mister esclarecer que a expressão “trabalhadores informais”, no sentido tomado neste texto, não se refere à ideia de trabalho (organizado), mas à tentativa – tácita – das *big techs* de enquadrar o maior contingente possível de usuários das redes dentro dessa categoria de “produtores não assalariados”, de tal modo que a expropriação do tempo de ócio (portanto, de não produção) do usuário-trabalhador se converte, a partir dos algoritmos, em uma forma grotesca de acumulação pelos capitalistas de dados.

de diferentes países<sup>2</sup>, essa nova organização traz danos diretos a todos aqueles que – convertidos nessa mão de obra “informal” – são incentivados a conduzir, simultaneamente, a *vida* sob a forma de mercadoria; e as *relações sociais* sob a forma da pressão/disputa concorrencial, estando ambas, ao fim e ao cabo, a serviço do *capitalismo de dados*.

Destarte, é nesse cenário, com o indivíduo pressionado por consumir e produzir mais experiências nas redes sociais digitais (ampliando, por conseguinte, o acúmulo de capital e influência das *big techs*), que emergem os objetos aos quais este estudo busca direcionar a atenção: o estabelecimento da *cultura do déficit de atenção*, em que parte considerável das pessoas torna-se dependente de grandes cargas de estímulos imagéticos para “despertar” sentidos cada vez mais saturados (Türcke, 2010, 2016a, 2016b); e, *motu continuo*, a partir da multiplicação de imagens técnicas digitais, o *vício em redes sociais online*.

Nesse sentido, o objetivo do presente artigo, para além de alargar o debate já amplamente desenvolvido a partir de Zuboff (2020), é direcionar o olhar para o adoecimento dessa sociedade que o filósofo alemão Christoph Türcke (2010) descreve como *excitada*. Para isso, busca-se, nos próximos tópicos, entrelaçar os debates sobre o atual estágio do capitalismo a partir de um “diálogo possível” entre Zuboff e Türcke. O objetivo é validar a hipótese de que o *capitalismo de dados*, para além de gerar acúmulo de riqueza e poder, produz as condições necessárias para a persistência dessa *cultura do déficit de atenção* que adocece os indivíduos.

Para cumprir o objetivo proposto, apresentam-se os dados de diferentes investigações empíricas sobre o vício em redes sociais digitais entre universitários, bem como as ações mitigatórias – com suas contradições e limites – propostas pelas *big techs*, tomando as ações multilaterais como saída possível para esse cenário de adoecimento.

A fim de melhor organizar a leitura, optou-se por dividir o trabalho em quatro seções que se somam a esta *Introdução*, a saber: *Zuboff e Türcke: diálogos possíveis*; *Vício em redes sociais digitais: dados empíricos*; *Empresas transnacionais, ações multilaterais: um caminho*; e *Conclusão*.

## ZUBOFF E TÜRCKE: DIÁLOGOS POSSÍVEIS

Em *A era do capitalismo de vigilância: a luta por um futuro humano na nova fronteira do poder*, Shoshana Zuboff (2020) propõe a tese central de que vivemos um tempo no qual o capitalismo reivindica de maneira unilateral a experiência humana como matéria-prima gratuita para a produção de dados comportamentais. De acordo com a autora, ainda que

[...] alguns desses dados sejam aplicados para o aprimoramento de produtos e serviços, o restante é declarado como superávit comportamental do proprietário, alimentando avançados processos de fabricação conhecidos como “inteligência de máquina” e manufaturado em produtos de predição que antecipam o que um

---

<sup>2</sup> A posse de Donald Trump para o seu segundo mandato como presidente dos Estados Unidos, em janeiro de 2025, produziu a imagem que melhor ilustra – empiricamente – esse poder (e/ou impulso) de interferência. Em lugar de destaque, no momento da posse, estavam presentes bilionários que detêm algumas das maiores *big techs* do mundo, como o dono da plataforma X, Elon Musk; o fundador da *Amazon*, Jeff Bezos; o CEO da Meta, Mark Zuckerberg; o líder da *Apple*, Tim Cook; e o diretor do *Google*, Sundar Pichai.

determinado indivíduo faria agora, daqui a pouco e mais tarde (Zuboff, 2020, p. 18-19).

Em uma primeira análise, pode-se depreender da assertiva da filósofa duas tendências mais imediatas que marcam a lógica do *capitalismo de vigilância*: i) a transformação das experiências pessoais em dados que são responsáveis por abastecer as *big techs*; e, a partir da negociação e da manipulação desses dados, ii) a conversão do nosso próprio futuro em tendências de aposta dentro do capital especulativo, levando em consideração que “os capitalistas de vigilância têm acumulado uma riqueza enorme a partir dessas operações comerciais, uma vez que muitas companhias estão ávidas para apostar no nosso comportamento futuro” (Zuboff, 2020, p. 19).

Os produtos e serviços do capitalismo de vigilância não são objeto de uma bolsa de valores. Não estabelecem reciprocidades construtivas produtor-consumidor. Em vez disso, são “ganchos” que seduzem usuários para suas operações extrativas nas quais nossas experiências pessoais são sucateadas e empacotadas como meios para fins de outros. Nós não somos os “clientes” do capitalismo de vigilância. Embora se diga que “se for de graça, então o produto é você”, essa afirmativa também é incorreta. *Nós somos as fontes do superávit crucial do capitalismo de vigilância: os objetos de uma operação de extração de matéria-prima tecnologicamente avançada e da qual é cada vez mais impossível escapar.* Os verdadeiros clientes do capitalismo de vigilância são as empresas que negociam nos mercados de comportamento futuro (Zuboff, 2020, p. 22, grifo nosso).

Em alguma medida, essa transferência da lógica do capital para o foro mais íntimo da nossa vida já havia sido denunciada por Christoph Türcke em 2002, ano em que publicou o ensaio *Erregte Gesellschaft: Philosophie der Sensation*, traduzido no Brasil em 2010 como *Sociedade Excitada: Filosofia da Sensação*.

Nesse ensaio, o filósofo alemão, herdeiro da tradição teórico-crítica frankfurtiana, traz como tese principal a defesa de que, dentro da sociedade que ele definiu como excitada, experimentamos um recrudescimento da incapacidade senciente humana, cada vez mais saturada pelo consumo dos conteúdos multimidiáticos [sobretudo, imagéticos] reproduzidos exponencialmente pelos *mass media* (Gonçalves; Coitinho; Loureiro, 2021).

Para Türcke (2010), a explicação para o derrube incessante de conteúdos/dados, a despeito da nossa capacidade de “consumi-los”, reside justamente na conversão das nossas relações e da nossa vida em uma mercadoria que precisa ser distribuída e vendida como “mais interessante” que as demais, o que perpassa a transferência da lógica concorrencial do capitalismo a cada indivíduo, conforme também aponta Zuboff: “Pressões de natureza competitiva provocaram a mudança, na qual processos de máquina automatizados não só conhecem nosso comportamento, como também moldam nosso comportamento em escala” (Zuboff, 2020, p. 19).

Ao constatar que a pressão criada pela *sociedade excitada* para produzirmos (e consumirmos) cada vez mais conteúdos/dados supersatura os nossos sentidos, tornando necessário o contato com estímulos/choques cada vez mais constantes e chamativos para despertar a nossa atenção, Türcke (2010) abre espaço para a caracterização dessa realidade (imposta pelo *capitalismo de vigilância*) como vício, uma vez que esse sempre precisa e “deseja mais do que o material viciante pode dar-lhe” (2010, p. 12) –contexto no qual, a partir da tese mencionada, verificamos a necessidade de discutir o vício

em redes sociais digitais a partir do levantamento de dados empíricos (conforme apresentado na próxima seção).

A proliferação exponencial de pílulas imagéticas na Sociedade Excitada foi condicionada, principalmente, pelo desenvolvimento e pela comercialização massiva (frequentemente confundida com democratização) de dispositivos eletrônicos móveis, em especial *smartphones* e tablets, bem como pelo recrutamento involuntário dos usuários/portadores desses aparelhos como produtores de conteúdo para a indústria da cultura. Aqui impõe-se uma lógica perversa: viciadas em imagens, as pessoas (público consumidor) passam a ser, elas próprias, fabricantes do material que lhes entorpece (Gonçalves; Coitinho; Loureiro, 2021, p. 122)

É a partir desse debate sobre uma sociedade entorpecida que o filósofo alemão abre caminho para uma segunda tese, apresentada uma década após a anterior: que experimentamos uma verdadeira *cultura do déficit de atenção*.

Türcke defende que “[...] o choque da imagem se tornou o foco de um regime de atenção global, que embota a percepção precisamente através de uma excitação contínua de despertamento” (Türcke, 2016a, p. 20) e esclarece que a incapacidade de se concentrar originada desse choque é compatível com “[...] sintomas de déficit de atenção manifestos. O chamado transtorno do déficit de atenção com hiperatividade (TDAH) é apenas um caso grosseiro seu” (Türcke, 2016a, p. 21).

Diante da universalização dos choques imagéticos em praticamente todas as relações sociais, ele [Türcke] enfatizou o modo como o consumo de tais choques ocorria em meio à produção de incomensuráveis distrações. Ou seja, o choque imagético capturava a atenção para logo em seguida triturá-la por meio de incontáveis distrações que aconteciam todas as vezes que um novo choque vencia a luta titânica de se destacar de alguma maneira em relação a outro choque. A agressividade de tais choques seduzia o espectador, a ponto de se engendrar uma espécie de vício [...]. Diante do atual bombardeamento dos estímulos audiovisuais, os quais são consumidos continuamente principalmente pelo uso dos aparelhos celulares, a dispersão da concentração não se torna uma espécie de consequência, mas sim *se transforma numa parte “essencial” da concentração, pois se trata de uma essência mediada historicamente pelo vício de tais estímulos* (Zuin; Zuin, 2019, p. 97, grifo nosso).

É dentro do contexto apresentado, de uma sociedade na qual os indivíduos, ao serem incentivados a alienar continuamente a própria vida em dados, adoecem em conjunto, que encontramos um potente ponto de diálogo entre as análises de Christoph Türcke e Shoshana Zuboff: a impossibilidade (e/ou medo) de escapar de forma solitária desse pacto faustiano (rememorando Marx e usando a expressão de Zuboff) gerado pelo entorpecimento. Ao considerar isso, Türcke lembra que:

Sob condições concorrenciais, a tendência crescente de espetacularização é tão pouco evitável quanto a inovação técnica permanente. Por certo, ninguém é pessoalmente forçado a tomar parte no desenvolvimento de novos aparelhos e no planejamento de cenários sensacionalistas. Cada um é aproximadamente tão livre para não participar quanto Odisseu era para não sucumbir ao canto das sereias. Segundo Homero, ele só o conseguiu porque se fez atar ao mastro de seu navio enquanto seus companheiros remavam, com os ouvidos tapados, pelos rochedos das sereias. *Mas como seria possível fazer para parar uma corrente que atua 24 horas por dia, que não deixa que se reme contra ela e que constantemente põe a questão silenciosa sobre se seria possível de fato suportar um desligamento do fluxo geral de informação, uma*

*estagnação profissional, uma desolação da alma ou o desemprego, apenas para opor sua força de atração? Para quê? (Türcke, 2010, p. 14-15, grifo nosso).*

No mesmo caminho, Zuboff lembra que essa lógica

[...] transforma a vida comum na renovação diária de um pacto faustiano do século XXI. “Faustiano” porque é quase impossível livrar-se dele, apesar do fato de que aquilo que precisamos dar em troca destruirá a vida tal qual a conhecemos. Considere que a internet se tornou essencial para a participação na sociedade, que a internet se encontra agora saturada de comércio e que este está agora subordinado ao capitalismo de vigilância. *Nossa dependência está no cerne do projeto de vigilância comercial, no qual as necessidades que sentimos por uma vida eficaz lutam contra a inclinação de resistir às audazes incursões do sistema. O conflito resultante produz um entorpecimento psíquico que nos habitua às realidades de estar sendo seguido, analisado, minerado e modificado* (Zuboff, 2020, p. 22, grifo nosso).

A principal explicação para a mesma constatação – aparentemente, fatalista – estar presente em Türcke e Zuboff reside no fato de que ambos perceberam, cada qual ao seu modo, que a vida privada foi capturada pela lógica da publicidade capitalista, isto é, de que o capitalismo contemporâneo se reorganizou em torno da captura da atenção e da experiência subjetiva. A maior diferença entre as abordagens parece estar no espaço que Türcke dedica ao adoecimento dos indivíduos e da própria sociedade, ao passo que Zuboff centra sua atenção na macroestrutura de domínio e acúmulo que o capitalismo de dados produz.

Fato é que a característica supradescrita da perspectiva de Zuboff ajuda a compreender os resultados da pesquisa publicada por Pizzul e Caliandro (2025) que, ao analisarem um banco de dados de 486 artigos obtidos nas bases *Scopus* e *Web of Science*, verificaram que os trabalhos empíricos pautados na teoria de Zuboff sobre o *capitalismo de vigilância* ainda são limitados em comparação com as contribuições teóricas.

Um dos estudos que buscou contribuir para a construção de uma base empírica de dados sobre as formas de organização do *capitalismo de vigilância* foi o de Seabra, Fraga e Lifschitz (2025), que buscaram desenvolver uma análise empírica do tráfego de rede que demonstrasse como as técnicas de rastreamento e direcionamento de dados, inicialmente desenvolvidas para fins comerciais, permeiam a experiência *online* dos usuários. Em sua justificativa, os autores reforçaram que há uma escassez de investigações empíricas que forneçam evidências concretas dos mecanismos e impactos do *capitalismo de vigilância*.

Ao tomar Christoph Türcke como referência em diálogo com Zuboff, pretende-se, com este artigo, reunir evidências empíricas que, a partir de um olhar sobre o adoecimento dos indivíduos, ajudem a preencher essa lacuna, contribuindo para sustentar o debate mais amplo sobre a barbárie produzida na era do *capitalismo da vigilância*. Para isso, no próximo tópico, apresenta-se a síntese de uma revisão de pesquisas, conduzidas em diferentes países, que alertam sobre o vício em redes sociais digitais entre universitários; bem como os resultados parciais de pesquisas realizadas pelo nosso Grupo de Pesquisa com jovens e com estudantes universitários no Brasil. A escolha desse grupo (universitários) se justifica, sobremaneira, pela sensibilidade do campo da Educação e dos jovens adultos à realidade estudada.

## VÍCIO EM REDES SOCIAIS DIGITAIS: DADOS EMPÍRICOS

Um dos principais obstáculos para discutir o vício em redes sociais digitais nas Ciências Sociais e nas Ciências Humanas é a coleta de dados empíricos sobre o tema com qualidade e rigor científico que garantam a fundamentação de análises contextualizadas (como a que pretende este artigo). Nos próximos subtópicos, apresenta-se a revisão de algumas pesquisas que, a partir de abordagens interdisciplinares (envolvendo, portanto, outras áreas, como Ciências Biológicas, Ciências da Saúde e Ciências Exatas) conseguiram reunir essas condições, produzindo dados empíricos (em outros países e, também, no Brasil) que permitem redimensionar o problema do vício em redes sociais digitais para além de uma abordagem ensaísta.

### Revisão de estudos conduzidos em outros países

Nos últimos quinze anos, o vício em redes sociais digitais, internet e/ou *smartphones* tem se tornado um problema recorrente entre estudantes universitários, levando diversos teóricos e pesquisadores de distintas áreas e países (Boumosleh; Jaalouk, 2017; Aljomaa *et al.*, 2016; Emanuel *et al.*, 2015; Lee *et al.*, 2014) a investigar a dependência denunciada por Türcke (2010) a partir de análises focadas nesse grupo. É importante destacar que a maioria dessas pesquisas se concentra na dependência do uso de *smartphones* (nomofobia), uma vez que tais dispositivos são os principais responsáveis pelo acesso contínuo às redes sociais digitais.

Emanuel *et al.* (2015), em um estudo qualitativo sobre a nomofobia, lembram que o uso do *smartphone* entre universitários se tornou onipresente na contemporaneidade: ele acompanha os alunos na biblioteca, na sala de aula e até no banheiro. Em muitos casos, o aparelho substitui instrumentos básicos de estudo: “os estudantes e seus *smartphones* parecem inseparáveis” (Emanuel *et al.*, 2015, tradução nossa). Em pesquisa com amostra representativa da Região Sudoeste dos EUA, que reuniu 404 universitários, os autores constataram que um em cada cinco estudantes era totalmente dependente do aparelho e que pelo menos metade se considerava excessivamente dependente. Uma das constatações dos autores aponta para o fato de que o vício não é no aparelho, mas nas conexões e experiências oferecidas por ele (as mesmas que, segundo Zuboff, abastecem e permitem a especulação dos capitalistas de vigilância):

A verdade sobre o vício em *smartphones* é que as pessoas não são mais viciadas em seus telefones do que os viciados em drogas são viciados em sua agulha. Os viciados em drogas são, obviamente, viciados em drogas. A agulha é apenas um método de entrega. As pessoas não são viciadas em seus *smartphones*, elas são viciadas nas informações, entretenimento e conexões pessoais que ele oferece (Emanuel *et al.*, 2015, tradução nossa).

Pesquisas realizadas em outros países mostram tendência semelhante à identificada por Emanuel *et al.* (2015). Aljomaa *et al.* (2016), em estudo representativo com 416 universitários da Arábia Saudita, identificaram que 48% dos entrevistados apresentavam sinais de dependência de *smartphones*. Boumosleh e Jaalouk (2017), por sua vez, ao analisarem 688 estudantes libaneses, verificaram correlações entre o uso excessivo de *smartphones*, ansiedade e depressão: entre os participantes, 35,9% relataram fadiga diurna devido ao uso noturno do celular; 38,1% reconheceram perda da qualidade

do sono; e 35,8% afirmaram dormir menos de quatro horas em várias ocasiões devido ao uso prolongado das telas.

Em outra pesquisa, conduzida com 210 universitários dentro de uma amostra representativa para a Coreia do Sul, Lee *et al.* (2014) observaram que quanto maior o nível de dependência do aparelho, menor a capacidade de aprendizagem autorregulada e o fluxo de estudo, comprometendo aspectos importantes da vida/rotina no ensino superior.

Uma investigação importante que corrobora os efeitos danosos (efetivamente físicos) provocados pelo vício em redes sociais digitais foi conduzida por pesquisadores da Heidelberg University. Horvath *et al.* (2020) utilizaram imagens de ressonância magnética para observar os cérebros de pessoas (nesse caso não apenas universitários) com dependência de *smartphones*. Os resultados mostraram que os indivíduos viciados em internet (n=22), em comparação com os grupos de controle (n=26), apresentam menor volume de substância cinzenta na ínsula (área do cérebro responsável pela autoconsciência) e no córtex temporal.

Em estudo mais recente, que também alargou o público investigado para além dos estudantes universitários, Xu, Chen e Tian (2024), demonstraram, por meio de evidências eletrofisiológicas, que pessoas que usam excessivamente e compulsivamente as redes sociais apresentaram déficit no *controle inibitório*<sup>3</sup>, diminuindo a capacidade de se conter para não se envolver em comportamentos inadequados ou desnecessários (Xu; Chen; Tian, 2024).

Faz-se necessário, contudo, apontar para a limitação desses estudos, uma vez que, individualmente, não são passíveis de generalização para além das realidades (contextos) estudadas. Analisados em conjunto, porém, esses dados sinalizam como evidências empíricas importantes para o aspecto danoso do *capitalismo de vigilância* que, ao promover (e incentivar) a transformação da vida particular em dados (isto é, em lucro e poder para as *big techs*), fomenta o vício evidenciado pelas diferentes pesquisas – que, conforme já mencionado, abarcam diferentes países e contextos.

### **Estudo com estudantes universitários e com jovens no Brasil**

No Brasil, a tendência é a mesma observada nos estudos internacionais. Pesquisa realizada pelo nosso Grupo de Pesquisa com estudantes universitários no Espírito Santo verificou que, dentro de uma amostra de 363 participantes, 55,9% apresentaram uso problemático de mídias sociais (33,9% moderado e 22,0% grave) – dados esses que são passíveis de generalização representativa para a realidade capixaba.

O estudo adotou um delineamento quantitativo observacional, analítico e transversal e foi realizado com estudantes de graduação de instituições públicas de ensino superior do Espírito Santo, com idade igual ou superior a 18 anos. Os dados foram coletados por meio de um questionário padronizado,

---

<sup>3</sup> Controle inibitório é a capacidade de inibir impulsos, controlar comportamentos automáticos e resistir a distrações, permitindo pensar antes de agir. É uma das principais funções executivas do cérebro, localizada no lobo pré-frontal, e é essencial para o planejamento, o foco e a tomada de decisões adequadas em diversas situações.

anônimo e autoaplicável, disponibilizado no Google Forms, avaliando o uso de mídias sociais com base no *Internet Addiction Test* (Young, 1998)<sup>4</sup>.

Outra pesquisa, também conduzida pelo nosso Grupo de Pesquisa, corroborou a tendência: em uma investigação com 30 jovens de 19 a 24 anos, de formação variada, residentes na Grande Vitória, constatou-se que 77% dos respondentes perdem a noção do tempo quando estão conectados às redes sociais digitais, sendo que 67% admitem ter a sua concentração afetada frequentemente, muito frequentemente ou sempre por esse acesso<sup>5</sup>.

Em seu conjunto, esses dados sobre o adoecimento de estudantes universitários (do Brasil e de outros países) endossam a análise de Zuin e Zuin (2018) e evidenciam a presença da *cultura do déficit de atenção* como consequência do *capitalismo de vigilância*, uma vez que, segundo os autores, a dispersão não é mais um efeito colateral, mas parte constitutiva da própria concentração – uma essência historicamente mediada pelo consumo constante de estímulos imagéticos e pela produção, também constante, de dados.

Mas o que fazer dentro desse cenário de adoecimento? Tendo em conta os riscos inerentes ao adoecimento daqueles que são a sua principal força de trabalho (ainda que não remunerada e informal) e, também, a sua principal matéria-prima – os usuários –, as *big techs* têm proposto projetos e mediações que buscam “conter” os danos provocados pelo vício e pelo uso problemático das redes sociais digitais. No próximo tópico, analisa-se a coerência dessas propostas e como as ações multilaterais podem ajudar na questão.

## EMPRESAS TRANSNACIONAIS, AÇÕES MULTILATERAIS: UM CAMINHO

Ao interpretar os dados empíricos apresentados no tópico anterior a partir de Zuboff e Türcke, desdobram-se duas assertivas, intrinsecamente ligadas:

- i) Existe, de fato, um adoecimento/vício que é provocado pelo avanço desenfreado da ganância dos capitalistas de vigilância, que buscam acumular capital por meio de dados produzidos às custas do uso das plataformas digitais;
- ii) Esse é um problema transnacional, que perpassa diferentes países e culturas (como visto, no recorte dos estudantes universitários, dos Estados Unidos à Coreia do Sul, da Arábia Saudita ao Brasil), e, portanto, carece de uma solução multilateral, uma vez que o *capitalismo de vigilância* não respeita fronteiras.

---

<sup>4</sup> O relatório completo com os resultados desse estudo será publicado posteriormente como *paper*.

<sup>5</sup> Estudo quantitativo conduzido entre usuários de redes sociais digitais de ambos os sexos, na faixa etária de 19 a 24 anos, de classes sociais diversas, residentes na Grande Vitória (ES), para levantamento de hábitos de uso das redes sociais digitais e seus possíveis impactos na saúde mental e comportamental. Os dados foram coletados por meio de um questionário padronizado, anônimo e autoaplicável, disponibilizado no *Google Forms*, elaborado com base na *Bergen Instagram Addiction Scale* (Monteiro *et al.*, 2020). O relatório completo deste estudo será publicado posteriormente como *paper*.

## Soluções apresentadas pelas *big techs*

Não é nenhuma surpresa ou contradição que a preocupação com a adoção de medidas que mitiguem essa realidade tenha partido das próprias empresas. Isso porque, ao propor formas de combater o adoecimento produzido pelas redes sociais digitais, as *big techs* buscam, em uma só tacada, proteger o seu principal ativo e matéria-prima (fonte dos dados com os quais especulam, acumulam poder e lucram) e resolver um problema que elas próprias criaram, afinal, o *capitalismo de vigilância* possui certidão de nascimento.

O Google inventou e aperfeiçoou o capitalismo de vigilância praticamente da mesma maneira que um século atrás a General Motors inventou e aperfeiçoou o capitalismo gerencial. O Google foi o pioneiro do capitalismo de vigilância na concepção e na prática, nos recursos inesgotáveis para pesquisa e desenvolvimento, além de pioneiro em experimentação e implementação, porém não é mais o único ator seguindo esse caminho. O capitalismo de vigilância logo se espalhou para o Facebook e depois para a Microsoft. Há provas sugerindo que a Amazon se voltou para essa direção, que é um desafio constante para a Apple, tanto como ameaça externa quanto como fonte de debate e conflito interno na empresa (Zuboff, 2020, p. 20).

O pioneirismo do Google no *capitalismo de vigilância* se traduz em um amplo domínio: estima-se que 3,6 bilhões de pessoas no mundo utilizam o sistema *Android*, do Google, em seu *smartphone*. Isso significa que 70% do mercado global é dominado pela companhia e que quase metade do planeta (considerando que a população global é de aproximadamente 8 bilhões de pessoas) produz e fornece dados com os quais a empresa lucra e especula (número que impressiona quando lembramos a metáfora do cavalo no *Fausto*, sob a leitura de Marx).

Justamente por isso, um dos primeiros espaços a apresentar ferramentas de mitigação para o vício em telas foi o sistema Android, que passou a contar, a partir de 2018, com o aplicativo *Bem-estar digital* (*Digital Wellbeing*), um conjunto de ferramentas que ajuda os usuários a gerenciar seu tempo de uso de tela, limitando o tempo em aplicativos específicos, silenciando notificações e promovendo hábitos digitais tidos como “mais saudáveis”.

As ferramentas do pacote de bem-estar digital do Google incluem funcionalidades que buscam contribuir para que o *smartphone* não atrapalhe momentos de sono, de trabalho, além de possuir controles parentais<sup>6</sup>.

Nesse mesmo caminho, a Apple implementou, também em 2018, o *Screen Time* e, posteriormente, em 2021, o *Focus*. O *Screen Time* segue a mesma lógica do *Digital Wellbeing* e traz relatórios de uso, limites de uso por aplicativo e compartilhamento familiar para controle parental. Já o *Focus* traz recursos que visam reduzir distrações e facilitar períodos de atenção (sono, trabalho etc.).

Da mesma forma, a Meta (Facebook e Instagram) oferece, desde 2018, o gerenciamento do “tempo de atividades”, com lembretes diários de uso e notificações a partir de períodos máximos de funcionamento dos aplicativos, conforme descrevem os diretores da empresa:

---

<sup>6</sup> É interessante destacar que o próprio conceito de *bem-estar digital* surge no contexto do Google, tendo a autoria reivindicada pelo então diretor de negócios da empresa, Tristan Harris.

Queremos que o tempo que as pessoas passam no Instagram e no Facebook seja intencional, positivo e inspirador. Esperamos que essas ferramentas deem às pessoas mais controle sobre o tempo que passam em nossas plataformas e também cultivem conversas entre pais e adolescentes sobre os hábitos *online* que são certos para eles (Ranadive; Ginsberg, 2018).

Uma das principais plataformas digitais da contemporaneidade, o TikTok também adotou iniciativas semelhantes, com o *Screen Time* e *Family Pairing* (emparelhamento familiar). O *Family Pairing* tem como funcionalidade conectar as contas dos pais e dos adolescentes, possibilitando o monitoramento e a definição de limites de tempo diário, o uso do modo restrito, a aprovação de pesquisas e o controle de quem pode enviar mensagens diretas. Já o *Screen Time*, como acontece com os aplicativos da Meta, do Google e da Apple, é um painel para que o próprio usuário veja e gerencie seu tempo no aplicativo.

Em suma, quando analisadas as soluções apresentadas pelas *big techs*, percebe-se uma similaridade nas propostas: a implementação de aplicativos que contribuem para a autogestão do tempo de tela pelo próprio usuário, buscando mitigar os efeitos do uso excessivo das redes sociais digitais. E é nesse ponto que reside a maior fragilidade e/ou limite das ações: delegar aos indivíduos adoecidos/viciados, imersos em uma cultura geral do déficit de atenção, a responsabilidade pelo próprio bem-estar digital.

Essas ações – ainda que os indivíduos tenham êxito nesse autogerenciamento – são insuficientes para produzir um verdadeiro bem-estar digital, quando consideramos a definição proposta por Gui, Fasoli e Carradore (2017):

Definimos “bem-estar digital” como um estado em que o bem-estar subjetivo é mantido em um ambiente caracterizado pela superabundância de comunicação digital. Dentro de uma condição de bem-estar digital, os indivíduos são capazes de direcionar o uso das mídias digitais para alcançar sensações de conforto, segurança, satisfação e realização. [...] De fato, o bem-estar digital refere-se não apenas à obtenção de gratificações e à minimização dos efeitos colaterais do uso das mídias digitais, mas também à capacidade de utilizar essas tecnologias para dar sentido às próprias atividades e realizar o potencial pessoal na vida (Gui; Fasoli; Carradore, 2017, p. 166, tradução nossa).

Nesse sentido, faz-se fundamental destacar que o próprio conceito de bem-estar digital apresenta uma contradição importante quando olhamos para as propostas de mitigação e o contexto geral, uma vez que a “solução possível” é apresentada no uso da própria tecnologia que adoce e que tem como objetivo tácito a permanência do usuário como matéria-prima para o lucro. E aqui fica notória a análise feita tanto por Türcke quanto por Zuboff: *é cada vez mais impossível escapar*.

Em outros termos, não interessa aos capitalistas da vigilância cogitar como proposta possível uma solução que esteja fora das plataformas, pois a saída dos indivíduos das plataformas significa a perda de matéria-prima e de acúmulo de capital.

Mas, como produzir, então, um efetivo bem-estar digital?

Conforme já mencionado, trata-se de uma questão que não respeita fronteiras, nesse sentido, a solução precisa, obrigatoriamente, passar um esforço que seja multilateral.

## Ações multilaterais como um caminho possível

Neste artigo, focamos o nosso debate na necessidade de produzir ações para mitigar o *vício em redes sociais digitais* e a *cultura do déficit de atenção*. Porém, esse adoecimento não é o único malefício com o qual precisamos lidar no contexto da *sociedade excitada* e do *capitalismo de vigilância*: questões como a infodemia/desinformação e a proliferação dos discursos de ódio ameaçam sociedades e indivíduos, colocando em xeque processos democráticos e sistemas de educação e saúde em diferentes países.

Foi exatamente pela gravidade desses temas – a *infodemia* e os *discursos de ódio* – que a Unesco (Organização das Nações Unidas para a Educação, Ciência e Cultura) estabeleceu diretrizes que exigem uma governança de plataformas digitais que respeite os direitos humanos, produza uma moderação transparente, garanta a proteção de grupos vulneráveis, promova a literacia digital e a inclusão – todos fatores importantes para o bem-estar digital dos usuários.

Publicadas em 2023, as *Diretrizes para a governança das plataformas digitais* têm como objetivo principal “combater o discurso de ódio e a desinformação, preservando simultaneamente a liberdade de expressão” (Unesco, 2023, p. 8).

Essas *Diretrizes* identificam a alfabetização midiática e informacional como uma responsabilidade comum de todas as partes interessadas envolvidas na governança das plataformas digitais: Estado, plataformas digitais, organizações intergovernamentais e sociedade civil. Nesse sentido, mais do que apontar os atores, o documento da Unesco direciona para que as soluções precisam ser construídas de forma multilateral, o que abre espaço para soluções mais efetivas e duradouras, uma vez que as propostas ecoam por diferentes países.

Nesse escopo, é inegável que a alfabetização midiática – amplamente discutida no documento – tenha, como desdobramento possível, o bem-estar digital. Contudo, chama a atenção o fato de que as *Diretrizes* não mencionam, em nenhum momento, as consequências possíveis do uso excessivo das redes sociais digitais.

Nesse sentido, a proposta – e a defesa – deste trabalho é de que, considerando a urgência do tema (evidenciada pelos dados empíricos apresentados na seção anterior), as diretrizes de governança das plataformas sejam ampliadas para contemplar, também, a necessidade de discussões sobre o vício em redes sociais digitais e a responsabilidade das *big techs* nesse processo de adoecimento.

Além de dar resposta aos dados empíricos apresentados, tal proposição se alinha com dados da Organização Mundial da Saúde (OMS) que apontam para a necessidade de ações multilaterais que busquem preencher lacunas dentro da alfabetização digital, abarcando a questão do vício em telas, como comenta o Diretor Regional da OMS para a Europa, Hans Henri P. Kluge:

É por isso que a educação em alfabetização digital é tão importante. No entanto, ela continua inadequada em muitos países e, onde está disponível, muitas vezes não acompanha o ritmo dos jovens e da rápida evolução tecnológica. Estamos testemunhando as consequências dessa lacuna, com probabilidade de piora, a menos que governos, autoridades de saúde, professores e pais reconheçam as causas profundas da situação atual e tomem medidas para corrigi-la. [...] É evidente que precisamos de ações imediatas e sustentadas para ajudar os adolescentes a reverter o uso potencialmente prejudicial das mídias sociais, que

comprovadamente leva à depressão, bullying, ansiedade e baixo desempenho acadêmico (OMS, 2024, tradução nossa).

Em outras palavras, faz-se necessário compreender que “reconhecer as causas profundas”, como mencionado por Kluge, só é possível a partir de um processo formativo pautado em uma crítica efetiva sobre a estrutura – do *capitalismo de vigilância* – que sustenta o vício em redes sociais digitais. E isso somente será possível a partir de um esforço multilateral. Ações isoladas – como a Lei nº 15.100/25, que proibiu o uso de *smartphones* nas escolas brasileiras – não são capazes de abarcar o problema em sua real dimensão: ao fim, nosso próprio modo de produção.

## CONCLUSÃO

O *capitalismo de vigilância* (Zuboff, 2020) e a *sociedade excitada* (Türcke, 2010) não apenas redefiniram a forma como interagimos, como criaram condições estruturais para o *vício em redes sociais digitais* e para a disseminação de uma *cultura do déficit de atenção*. Os dados empíricos apresentados, tanto em estudos internacionais quanto nas pesquisas conduzidas no Brasil, demonstram que estudantes universitários representam um grupo particularmente vulnerável a esses efeitos, confirmando que a apropriação das experiências pelas *big techs* cobra um preço à saúde dos indivíduos.

Ao considerar as soluções propostas pelas próprias *big techs*, verifica-se uma limitação central: ao delegar aos usuários a responsabilidade pelo gerenciamento do tempo de tela e pela mitigação do vício, as plataformas digitais mantêm a lógica do *capitalismo de vigilância*, preservando os usuários atrelados aos mecanismos de acúmulo de dados e capital que fomentam o problema. Assim, embora ferramentas como *Digital Wellbeing*, *Screen Time* e *Family Pairing* possam contribuir para um controle individual do uso, elas são insuficientes para produzir um efetivo bem-estar digital, uma vez que não apresentam formas de discutir/compreender/sair da estrutura de produção do capital que perpetua a exploração da atenção humana.

Nesse sentido, a análise de Türcke e Zuboff converge para a constatação de que a solução não pode ser unilateral, individual ou tecnológica, mas deve envolver a compreensão crítica do sistema que sustenta o adoecimento. Os caminhos possíveis para enfrentar o *vício em redes sociais digitais* e a *cultura do déficit de atenção* exigem ações multilateralmente coordenadas, envolvendo Estados, organizações intergovernamentais e sociedade civil e só terão êxito por meio de uma crítica radical ao *capitalismo de vigilância*.

## FINANCIAMENTO

Agradecemos à Fundação de Amparo à Pesquisa e Inovação do Espírito Santo (Fapes) pelo financiamento da pesquisa (T.O. 862/2023 – Edital 28/2022).

Agradecemos ao Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq) pelas bolsas para condução do estudo.

## REFERÊNCIAS

- ALJOMAA, S. S.; ALQUDAH, M. F.; ALBURSAN, I. S.; BAKHIET, S. F.; ABDULJABBAR, A. S. Smartphone addiction among university students in the light of some variables. **Computers in Human Behavior**, [s. l.], v. 61, p. 155-164, ago. 2016. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.03.041>. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0747563216302126?via%3Dihub>. Acesso em: 10 set. 2025.
- BOUMOSLEH; J. M.; JAALOUK, B. Depression, anxiety, and smartphone addiction in university students-across sectional study. **PLOS ONE**, [s. l.], v. 12, n. 8, 2017. DOI: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0182239>. Disponível em: <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0182239>. Acesso em: 10 set. 2025.
- EMANUEL, R.; BELL, R.; COTTON, C.; CRAIG, J.; DRUMMOND, D.; GIBSON, S.; HARRIS, A.; HARRIS, M.; HATCHER-VANCE, C.; JONES, S.; LEWIS, J.; LONGMIRE, T.; NASH, B.; RYANS, T.; TYRE, E.; WALTERS, D.; WILLIAMS, A. The truth about smartphone addiction. **College Student Journal**, [s. l.], v. 49, n. 2, p. 291-299, 2015. Disponível em: <https://eric.ed.gov/?id=EJ1095617>. Acesso em: 18 out. 2025.
- GONÇALVES, E. C.; COITINHO, J. B.; LOUREIRO, R. Vício em imagens, metilfenidato e a cultura do déficit de atenção: implicações da sociedade excitada para a (semi)formação docente. **Revista Enfil**, [s. l.], v. 9, n. 13, 2021. DOI: <https://doi.org/10.22409/enfil.v9i13.49198>. Disponível em: <https://periodicos.uff.br/enfil/article/view/49198>. Acesso em: 15 out. 2025.
- GUI, M.; FASOLI, M.; CARRADORE, R. Digital Well-Being: Developing a New Theoretical Tool For Media Literacy Research. **Italian Journal of Sociology of Education**, [s. l.], v. 9, n. 1, p. 155-173, 2017. DOI: <https://10.14658/pupj-ijse-2017-1-8>. Disponível em: <https://ijse.padovauniversitypress.it/2017/1/8>. Acesso em: 15 out. 2025.
- HORVATH, J.; MUNDINGER, C.; SCHMITGEN, M. M.; WOLF, N. D.; Sambaturo, F.; HIRJAK, D.; KUBERA, K. M.; KOENIG, J.; WOLF, R. C. Structural and functional correlates of smartphone addiction. **Addictive Behaviors**, [s. l.], n. 105, jun. 2020. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106334>. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0306460319313802?via%3Dihub>. Acesso em: 15 out. 2025.
- LEE, J.; CHO, B.; KIM, Y.; NOH, J. Smartphone Addiction in University Students and Its Implication for Learning. In: CHEN, G.; KUMAR, V.; KINSHUK; HUANG, R.; KONG, S. (ed.). **Emerging Issues in Smart Learning: Lecture Notes in Educational Technology**. Berlin: Springer, 2014.
- MARQUES, R. M. Plataformas digitais: uma análise sob as lentes da crítica da economia política. **Trabalho & Educação**, Belo Horizonte, v. 32, n. 3, p. 127-150, 2024. DOI:

<https://doi.org/10.35699/2238-037X.2023.49408>. Disponível em:  
<https://periodicos.ufmg.br/index.php/trabedu/article/view/49408>. Acesso em: 30 dez. 2025.

MARX, K. **Manuscritos econômico-filosóficos**. São Paulo: Boitempo Editorial, 2004.

MONTEIRO, R. P.; MONTEIRO, T. M. C.; CASSARO, A. C. B.; LIMA, M. E. B.; SOUZA, N. K. V.; RIBEIRO, T. M. S.; ARANTES, T. P. Vício no Insta: propriedades psicométricas da escala Bergen de adição ao Instagram. **Avances en Psicología Latinoamericana**, [s. l.], v. 38, n. 3, p. 1-12, 2020. DOI: <https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.8132>. Disponível em: <https://revistas.urosario.edu.co/index.php/apl/article/view/8132>. Acesso em: 10 out. 2025.

OMS. Teens, screens and mental health: New WHO report indicates need for healthier online habits among adolescents. **World Health Organization**, [s. l.], 25 set. 2024. Disponível em: <https://www.who.int/europe/news/item/25-09-2024-teens--screens-and-mental-health>. Acesso em: 15 set. 2025.

PIZZUL, D.; CALIANDRO, A. Mapping the literature on surveillance capitalism: towards an empirical research agenda. **First Monday**, [s. l.], v. 30, n. 5, maio 2025. DOI: <https://doi.org/10.5210/fm.v30i5.13595>. Disponível em: <https://firstmonday.org/ojs/index.php/fm/article/view/13595>. Acesso em: 10 set. 2025.

RANADIVE, A.; GIUNSBURG, D. Novas ferramentas de gerenciamento de tempo no Instagram e no Facebook. **Sobre o Instagram**, [s. l.], 1 ago. 2018. Artigo de opinião. Disponível em: <https://about.instagram.com/pt-br/blog/announcements/new-time-management-tools-on-instagram-and-facebook>. Acesso em: 10 out. 2025.

SEABRA, A.; FRAGA, C.; LIFSCHITZ, S. Capitalismo de Vigilância e a Coleta de Dados Online. *In*: WORKSHOP SOBRE AS IMPLICAÇÕES DA COMPUTAÇÃO NA SOCIEDADE, 6., 2025, Maceió. **Anais [...]**. Porto Alegre: Sociedade Brasileira de Computação, 2025. p. 181-188. Disponível em: <https://doi.org/10.5753/wics.2025.7314>. Acesso em: 15. out. 2025.

TÜRCKE, C. Cultura do déficit de atenção. *In*: PUCCI, B.; COSTA, B. C. G., CAMPOS, N. M. A. S. A.; SILVA, L. B. O. (ed.). **Atualidade da Teoria Crítica na Era Global**. São Paulo: Nankim, 2016a.

TÜRCKE, C. **Hiperativos!**: Abaixo a cultura do déficit de atenção. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2016b.

TÜRCKE, C. **Sociedade Excitada**: Filosofia da Sensação. Campinas: Editora da Unicamp, 2010.

UNESCO. **Diretrizes para a governança das plataformas digitais**: Salvar a liberdade de expressão e o acesso à informação com uma abordagem multisetorial. Paris, França: UNESCO, 2023. Disponível em: <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000387560>. Acesso em: 10 set. 2025.

XU, Y.; CHEN, Q.; TIAN, Y. The Impact of Problematic Social Media Use on Inhibitory Control and the Role of Fear of Missing Out: Evidence from Event-Related Potentials. **Psychology**

**Research and Behavior Management**, [s. l.], v. 17, p. 117-128, 2024. Disponível em:  
<https://doi.org/10.2147/PRBM.S441858>. Acesso em: 19 out. 2025.

YOUNG, K. Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder. **CyberPsychology & Behavior**, [s. l.], v. 1, n. 3, p. 237-244, jan. 1998.

ZUBOFF, S. **A era do capitalismo de vigilância**: a luta por um futuro humano na nova fronteira do poder. Rio de Janeiro: Intrínseca, 2020.

ZUIN, A. A. S.; ZUIN, V. G. A Indústria Cultural na era da tela onipresente. **Cadernos de Pesquisa: Pensamento Educacional**, Curitiba, v. 14, n. 36, p. 89-104, 2019. Disponível em:  
[https://doi.org/10.35168/2175-2613.UTP.pens\\_ed.2019.Vol14.N36.pp89-104](https://doi.org/10.35168/2175-2613.UTP.pens_ed.2019.Vol14.N36.pp89-104). Acesso em: 30 dez. 2025.

ZUIN, A. A. S.; ZUIN, V. G. O celular na escola e o fim pedagógico. **Educação & Sociedade**, Campinas, v. 39, n. 143, p. 419-435, abr./jun. 2018. Disponível em:  
<https://doi.org/10.1590/es0101-73302018191881>. Acesso em: 19 out. 2025.