

Relatório Final Workshop - FIB 15

Título do workshop: “Cadê Meu Celular?!”: Explorando o Fenômeno da Dependência Digital

Tema: Em um mundo onde dispositivos digitais se tornaram peças centrais em rotinas, planos e atividades, ferramentas há poucos anos existentes transformaram o estilo de vida de populações com rapidez exponencial. Neste cenário, a dependência digital se tornou cada vez mais comum, com diversos impactos na saúde mental e física de indivíduos. Este debate busca abordar este fenômeno sob diferentes pontos de vista, considerando causas, responsáveis e formas de mitigação dos efeitos negativos.

Proponente: Keith Fabre Macedo | Pessoa Física | Setor: Comunidade Científica e Tecnológica;

Co-Proponente: Arthur Mendonça Sasse | Pessoa Física | Setor: Comunidade Científica e Tecnológica.

Palestrantes

- **Bárbara Alves (Instituto Vita Alere):** Representante do setor empresarial. Ciberpsicóloga. Mestre em Ciberpsicologia e Humanidades digitais pela UNICAP. Diretora no Centro de Inovação e Pesquisa do Instituto Vita Alere. Professora no Centro Universitário Estácio do Recife.
- **Lucas Borges (ANPD):** Representante do setor governamental. Assessor do Conselho Diretor da Autoridade Nacional de Proteção de Dados (ANPD), Doutor em Direito pela Universidade de Brasília (UnB) e Mestre pela Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC). Professor e palestrante em direito digital e proteção de dados. Procurador federal desde 2007, atuou na Procuradoria da Anatel e nas Consultorias Jurídicas dos Ministérios da Cultura e das Comunicações.
- **Terezinha Alves Brito (ISOC Capítulo Brasil):** Representante da comunidade científica e tecnológica. Advogada, natural de Marabá/PA. Pesquisadora sobre o uso da Internet para o desenvolvimento socioeconômico alinhado aos direitos humanos. Membro do C-PARTES. Líder LACNIC 2024. Membro da ISOC Brasil. Produtora do Podcast Amazonas Conectadas.
- **Jader Ribeiro Gama (Cosmotécnicas Amazônicas):** Representante do terceiro setor. Um dos fundadores do Cosmotécnicas Amazônicas, que age na construção de inteligência coletiva local visando autonomia tecnológica e soberania de dados. Doutor em

Desenvolvimento Socioambiental e Mestre em Planejamento do Desenvolvimento pelo NAEA/UFGA. Especialista em Tecnologias na Educação pela PUC-RJ. Graduado em Processamento de Dados pela UFGA. Um dos idealizadores do Plataformas Amazônicas.

Moderadora

- **Keith Fabre Macedo (UFRJ):** Representante da comunidade científica e tecnológica. Membro do Laboratório de Redes e Multimídia (LabNet), laboratório com enfoque na solução de problemas públicos e sociais com IoT e Inteligência Artificial, estudante de engenharia de controle e automação na Universidade Federal do Rio de Janeiro, também atua como desenvolvedora na indústria. Compôs a delegação do Programa Youth em 2022 e 2024. Global Youth Leader para a World Internet Conference em 2024.

Relator

- **Arthur Mendonça Sasse (UFRJ):** Representante da comunidade científica e tecnológica. Membro do Laboratório de Redes e Multimídia (LabNet), mestrando no Programa de Engenharia de Sistemas e Computação (PESC) - COPPE/UFRJ, pesquisa modelos de inteligência artificial que preservam a privacidade dos usuários. Já atuou como desenvolvedor na indústria e participou do Movimento Empresa Júnior e do Movimento Estudantil.

Objetivos e Resultados

Em uma era em que o design das tecnologias modernas é deliberadamente desenvolvido para criar hábitos baseados em recompensas psicológicas, propomos discutir quais interesses estão por trás desse desenvolvimento, quem são os responsáveis pela criação e regulação desse ambiente, e quais os impactos no nível individual e social — que variam conforme a vulnerabilidade de diferentes grupos. Além disso, examinaremos os aspectos psicológicos envolvidos no cultivo desse "vício" e outras questões, promovendo uma discussão multissetorial com atores que trazem diversas visões e perspectivas sobre este tema que, apesar de muitas vezes simplificado a recomendações feitas a usuários para usarem de forma consciente seus dispositivos, é composto por várias camadas que merecem atenção.

Alcançamos esse resultado por meio de uma caracterização profunda do problema no campo da psicologia e pela conexão com os múltiplos setores através dos casos concretos trazidos pelos participantes. Além de análises conjunturais, os palestrantes também apresentaram exemplos positivos de ações nesse âmbito e apontaram para o que enxergam como as principais questões a serem resolvidas.

Justificativa em relação à governança da internet

Dentro do ecossistema da Governança da Internet, o tema de Dependência Digital conversa com diversas discussões existentes. Dentre elas, o bem-estar de usuários da rede; o uso de dados pessoais para fornecer experiências personalizadas; privacidade, segurança e a regulação do uso de inteligência artificial dentro de plataformas; Dark Patterns e práticas manipulativas na Internet; e discussões sobre a saúde de usuários na rede, principalmente de grupos mais vulneráveis. A dependência digital é um problema crescente com grande impacto em crianças e em pessoas no espectro autista, que possuem dificuldade em perceber a passagem do tempo e quando um design persuasivo está sendo usado para os atrair. O uso compulsivo de dispositivos móveis também foi relacionado com sintomas de depressão, ansiedade e distúrbios de sono, associado também a diversos acidentes devido a motoristas distraídos. Essa dependência tecnológica pode ser considerada tanto uma consequência do uso desequilibrado dos recursos digitais quanto um resultado planejado. Tratando do ponto de vista da dependência digital como um resultado planejado, entram discussões sobre a influência de grandes empresas de tecnologia no conteúdo consumido online. Para que ambientes digitais se tornem atrativos, dados de uso na rede são analisados e categorizados para fornecimento de conteúdos de interesse direcionados a grupos de usuários. Neste ínterim, pessoas também são categorizadas em grupos de consumidores e possuem seus perfis vendidos para empresas oferecerem seus produtos. Dessa forma, no meio da experiência do usuário entram interesses econômicos de empresas globais. Ademais, certas plataformas também se beneficiam de políticas de zero rating, tráfego gratuito em dados móveis para acesso a seus serviços, o que invoca discussões sobre centralização do acesso, direitos do consumidor, neutralidade da rede e soberania digital.

Metodologia e formas de participação desenvolvidas durante a atividade

A moderadora fez uma introdução sobre o painel e os convidados, em 5 minutos. Em seguida, os convidados tiveram 10 minutos cada para apresentar os seus pontos principais sobre o tema.

40 minutos foram reservados para perguntas da plateia. Seguimos uma ordem específica com perguntas provocadoras para os participantes desenvolverem o tema. Começamos pela perspectiva psicológica e social da dependência digital (“Como a dependência digital se manifesta? Quem é mais afetado por esse fenômeno?”). Em seguida, abordamos os direitos dos usuários e a regulação no Brasil e no mundo (“Como as leis e as agências reguladoras tratam a dependência digital?”). Por fim, conectamos o problema individual com dinâmicas comunitárias e geopolíticas (“Como as comunidades e cidades podem lidar com o problema da dependência digital? “Como a dependência digital se conecta com a questão da soberania tecnológica e do colonialismo de dados?”), e fechamos com iniciativas que estão em prática no momento para mitigar esse problema (“Que caminhos você enxerga para superarmos a dependência de quem nos torna dependente?”). A discussão continuou e se abriu para novos pontos de vista durante a interação com o público presencial e remoto durante 30 minutos. As

perguntas de cada público foram alternadas com as respostas dos palestrantes, geralmente de três em três. Na maioria dos casos as perguntas foram direcionadas a um participante específico.

Síntese dos debates

- **Keith Fabre:** A moderadora inaugurou o painel com um exemplo lúdico de dependência digital para trazer a atenção do público, destacando como esse problema nos afeta em situações do cotidiano.

Síntese dos posicionamentos e propostas:

- **Bárbara Alves:** Começou definindo o que é dependência digital, explicando que chamar o fenômeno de "vício em telas" simplifica o problema, escondendo suas raízes estruturais. Em seguida, abordou o que já temos de consenso sobre essa questão, apontando para o risco de medicalização e estigmatização da adolescência, faixa etária muito associada com a dependência digital. Também ampliou o debate, trazendo exemplos concretos de como essa questão se manifesta para diferentes recortes populacionais e de diferentes formas. E ilustrou como as plataformas digitais são construídas para causar essa dependência. Por fim trouxe perspectivas para lidar com o problema nos âmbitos individual/familiar, dos espaços de educação e das políticas públicas, além de mostrar como o Instituto Vita Alere age nesse sentido com seus projetos e materiais.
- **Lucas Borges:** Iniciou com uma frase do livro Geração Ansiosa, de Jonathan Haidt, "estamos sempre em outro lugar", destacando como as tecnologias recentes como os smartphones tornaram ainda mais fina a fronteira entre o online e o offline. Destacou como o bem-estar dos usuários deve estar no centro do debate sobre qualquer tecnologia e ilustrou como as inteligências artificiais (IAs) trazem uma nova dimensão para a dependência digital, dando um exemplo com o ChatGPT e serviços similares que simulam a conversa com pessoas. Pontuou como esses mecanismos de engajamento fazem parte do modelo de negócios das empresas para a coleta de dados de usuários e como as regulações devem ser usadas para promover a autonomia humana nesse cenário. Trouxe princípios e regras da Lei Geral de Proteção de Dados (LGPD) que estão diretamente ligados a esse problema e, por fim, deu um exemplo de como a Agência Nacional de Proteção de Dados (ANPD) já interveio no funcionamento de um app, o TikTok, com o objetivo de proteger os usuários.
- **Terezinha Alves Brito:** Começou abordando um dos dilemas da inclusão digital: promover a conectividade para comunidades isoladas, sendo que o mundo conectado é assolado por problemas como o vício em apostas online. Apontou também como essas comunidades, aparentemente limitadas por essa dificuldade, na verdade conseguem exercer soberania sobre a tecnologia, decidindo quando e como vai ser usada. Apontou como devemos ter cuidado com uma visão colonizadora sobre essas comunidades e que elas podem nos

ensinar muito a como lidar com a internet e esses sistemas viciantes. Mencionou como esse problema está ligado diretamente à concentração da Internet e do mercado nas mãos de poucos atores, à necessidade de regulação e principalmente à necessidade de se apropriar da tecnologia e propor um uso mais ativo e saudável. Trouxe o exemplo do app construído pelo Núcleo de Tecnologia do MTST para o FIB 15 e da ferramenta Unfollow Everything. Reiterou como a postura passiva diante da tecnologia e a dependência digital são um resultado intencional de empresas que dominam a Internet. Por fim, destacou como as comunidades recém-conectadas podem ser um exemplo de uso intencional e crítico da Internet.

- **Jader Ribeiro Gama:** Começou ampliando a análise para a "dependência digital institucional", referindo-se ao "vício digital" do Estado brasileiro em plataformas corporativas do Norte global. Explicou esse problema como resultado de uma estratégia de "alienação técnica", conceito de Gilbert Simondon, que se refere a como nos apropriamos de objetos técnicos sem sabermos como eles funcionam e vão impactar nossas vidas. Descreveu os processos de "rapina" física e psicológica envolvidos no uso de tecnologias modernas, como smartphones, além da "servidão voluntária" em concentrar a esfera pública de debates em redes sociais privadas. Concordou com Terezinha que a dependência digital é o sucesso de um projeto econômico, diretamente ligado ao colonialismo de dados. Trouxe o conceito de "consciência ingênua", de Álvaro Vieira Pinto, a respeito de como muitas vezes adotamos tecnologias sem refletir criticamente sobre seu funcionamento e impacto. Conectou o conceito com o projeto desenvolvido junto com o Prof. Nelson Pretto para trazer o debate sobre colonialismo de dados para o cotidiano de escolas públicas no Pará. Trouxe também o conceito de "guerra de denominações", de Nêgo Bispo, sobre como usar nossas próprias palavras pode nos ajudar a descolonizar o pensamento. Um exemplo disso são as Plataformas Amazônicas, plataforma de governança colaborativa onde busca-se a reapropriação das tecnologias, pensando não apenas nos direitos dos humanos, mas também nos direitos dos outros seres como a água e a terra, resgatando a capacidade de comunicação com o território.

Perguntas da Audiência

- **Aline Rocha:** Existe abordagem ou algum estudo da matéria em relação aos idosos?
 - **Bárbara** mencionou a área de psicogerontotecnologia, que estuda as relações da tecnologia com a terceira idade. Explicou como no geral esse público está associado mais a questões como letramento digital e desinformação do que com a dependência em si. **Terezinha** mencionou casos de "golpe do amor" e estelionato afetivo atingindo muitos idosos.
- **Guilherme Flynn (Onda.Social):** Como criar e alavancar mais o uso de ferramentas em que a gente possa controlar o código e a moderação e atrair mais gente para essas iniciativas?

- **Bárbara** destacou que hoje temos mais plataformas de entretenimento e publicidade do que redes sociais em si. Mencionou a fala de executivo da Netflix sobre como o concorrente deles é o sono. Destacou a dificuldade de concorrer com plataformas que usam todos os dados disponíveis para disputar sua atenção. Ressaltou a necessidade de regulação para uma concorrência mais justa.
- **Lucas** mencionou o efeito de rede e novos aplicativos focados em privacidade que não conseguem se popularizar, resgatando o conceito de "consciência ingênua" do Jader e a construção de uma cultura de proteção de dados.
- **Jader** destacou o monopólio de infraestrutura das grandes corporações. Mencionou Sérgio Amadeu, ao destacar que temos a capacidade técnica para propor novos caminhos, mas o imaginário do Estado e da sociedade está colonizado. Ressaltou a necessidade de recuperar o parque tecnológico das universidades e institutos federais, trouxe exemplos de privatização da infraestrutura tecnológica do país. Destacou a necessidade de extensão comunitária, além da extensão universitária.
- Qual a relação entre dependência digital e conectividade significativa? Pensando em cenários de exaustão, pobreza e vulnerabilidade.
- Algumas práticas da economia da atenção poderiam já ser qualificadas como ilegais de acordo com a LGPD?
 - **Lucas** explicou como a LGPD é focada mais em princípios do que em vedar práticas específicas, para ser mais geral e adaptável aos avanços. A desvantagem é a falta de regras específicas para casos concretos. Destacou a necessidade de uma regulação criativa e proativa para a tecnologia.
- **Wilson Guilherme (C-PARTES):** Como pensar conectividade significativa sem seguir os padrões do Norte global de pensar em individualidade, sem perder a conexão com a ancestralidade brasileira?
 - **Terezinha** destacou a necessidade de uso intencional da Internet, avaliar os usos possíveis e imposição de limites. Destacou os exemplos de boas práticas das comunidades que estão tendo acesso recente à internet.
- **Edwin Andrey Wapichana (Secretário de Comunicação da Juventude Indígena do MPI):** O que o governo pode fazer para ampliar a comunicação das comunidades ribeirinhas, indígenas, quilombolas e da sociedade mais isolada?
 - **Terezinha** trouxe a importância de ter uma perspectiva inspirada em Paulo Freire, de se aproximar das lideranças comunitárias e entender que usos essas pessoas já fazem da Internet e quais são os impedimentos para esse uso pleno.
- **Elizabeth (Câmera dos Deputados, Movimento Desconecta):** questionou o aparente descumprimento geral da LGPD, da possibilidade de revogação da lei e como a ANPD se posiciona diante disso.

- **Lucas** disse a crítica é bem-vinda, mas discorda dessa posição. Ressaltou que foi a lei que foi possível de aprovar no Congresso e que várias outras iniciativas estão paradas lá também. Vê ganhos recentes com a LGPD, apesar de limitações de recursos existirem. Prefere uma perspectiva crítica, porém mais construtiva.
- **Alan:** De que maneira as relações parassociais influenciam o desenvolvimento da dependência digital em usuários de redes sociais?
 - **Bárbara** destacou os inúmeros prejuízos, como a falsa sensação de intimidade com personagens ou celebridades, o que se torna ainda pior com a hiperpersonalização das IAs e chatbots.

Tabela de Síntese de Debates

TIPO DE MANIFESTAÇÃO (POSICIONAMENTO OU PROPOSTA)	CONTEÚDO	CONSENSO OU DISSENSO	PONTOS A APROFUNDAR
Posicionamento	A dependência digital não deve ser vista apenas como uma questão individual ou de "vício em telas", mas como resultado de um ecossistema técnico-econômico construído por grandes plataformas para gerar engajamento e lucro.	Consenso (Setor empresarial, Comunidade Científica e Tecnológica, Terceiro Setor, Setor Governamental)	Desenvolver métricas e abordagens interdisciplinares para mapear a influência das plataformas na saúde mental e bem-estar, considerando recortes de classe, idade e território.
Posicionamento	O Estado e as instituições públicas estão digitalmente dependentes de plataformas corporativas internacionais, o que limita a soberania digital e acentua desigualdades.	Consenso (Comunidade Científica e Tecnológica, Terceiro Setor)	Avançar no debate sobre reapropriação tecnológica e construção de infraestruturas públicas autônomas.
Posicionamento	A inclusão digital, quando feita de maneira descontextualizada, pode levar populações	Consenso (Comunidade Científica e Tecnológica, Terceiro Setor)	Criar estratégias de conectividade significativa com participação comunitária,

TIPO DE MANIFESTAÇÃO (POSICIONAMENTO OU PROPOSTA)	CONTEÚDO	CONSENSO OU DISSENSO	PONTOS A APROFUNDAR
	vulneráveis à reprodução de dinâmicas de dependência digital.		respeitando saberes locais e valorizando a autonomia dos territórios.
Proposta	Inserir o debate sobre dependência digital, uso consciente e soberania tecnológica nos currículos escolares.	Consenso (Setor Empresarial, Terceiro Setor)	Desenvolver materiais didáticos e formações continuadas com base em pedagogias críticas e emancipadoras.
Posicionamento	A Lei Geral de Proteção de Dados (LGPD) oferece fundamentos importantes para coibir práticas abusivas de engajamento, mas requer aplicação mais incisiva e criativa.	Consenso (Setor Governamental, Comunidade Científica e Tecnológica)	Aprofundar o uso da LGPD como ferramenta contra os dark patterns e promover regulações específicas para mitigar práticas manipulativas.
Proposta	Fortalecer redes e plataformas comunitárias que respeitem a privacidade dos usuários e ofereçam governança distribuída.	Consenso (Comunidade Científica e Tecnológica, Terceiro Setor)	Investir em tecnologias livres, capacitação local e recuperação da capacidade produtiva das universidades e instituições públicas.
Posicionamento	Grupos recém-conectados, como comunidades indígenas, quilombolas e ribeirinhas, têm saberes e práticas que podem inspirar novos paradigmas de uso digital.	Consenso (Terceiro Setor, Comunidade Científica e Tecnológica)	Fomentar escuta ativa, parcerias horizontais e valorização dos usos intencionais e críticos das tecnologias.

TIPO DE MANIFESTAÇÃO (POSICIONAMENTO OU PROPOSTA)	CONTEÚDO	CONSENSO OU DISSENSO	PONTOS A APROFUNDAR
Proposta	Ampliar o papel da ANPD e outros órgãos reguladores para atuarem de forma proativa na proteção dos usuários frente às práticas predatórias de plataformas.	Consenso (Setor Governamental, Comunidade Científica e Tecnológica, Setor Empresarial)	Criar instrumentos regulatórios claros, auditáveis e sensíveis aos impactos sociais e subjetivos da tecnologia.
Posicionamento	A hiperpersonalização promovida por IA e algoritmos contribui para relações parassociais e sensação de intimidade ilusória, aprofundando a dependência.	Consenso (Setor empresarial, Setor Governamental)	Investigar os impactos das relações parassociais em diferentes públicos e pensar alternativas de design para plataformas que favoreçam relações sociais reais.