RELATÓRIO TÉCNICO

54ª RODADA DO PENSAR A BAHIA - ETIC

Tema: Desesperança, ansiedade e outros males intensificados na era digital

Convidado: Marcelo Veras

Data de realização: 01/07/2025

Síntese curricular do convidado

O professor e psicanalista Marcelo Veras possui graduação em Medicina pela Universidade Federal da Bahia (UFBA), mestrado em Psicanálise pela Universidade de Paris e doutorado em Psicologia pelo Instituto de Psicologia da Universidade Federal do Rio de Janeiro. Atua como professor em cursos de especialização em Teoria Psicanalítica na UFMA, em Psicanálise e Saúde Mental na PUC do Paraná e em Psicanálise de orientação lacaniana na Escola Baiana de Medicina e Saúde Pública. Atualmente, coordena o programa PSIU, voltado à promoção da saúde mental e do bem-estar da comunidade acadêmica da UFBA. Sua trajetória integra prática clínica, atividade docente e análise crítica sobre os impactos sociais e culturais da era digital no psiquismo contemporâneo.

Contextualização do tema

A era digital, marcada pela hiperconexão, redes sociais e circulação de informações em tempo real, trouxe avanços significativos à vida cotidiana, mas também acentuou vulnerabilidades psíquicas e sociais. Nesse contexto, crescem os quadros de desesperança, ansiedade e transtornos mentais, sobretudo entre jovens e adolescentes cronicamente on-line.

Segundo o palestrante, os algoritmos digitais são estruturados para capturar a atenção e satisfazer desejos imediatos, criando ambientes controlados que moldam comportamentos e reforçam dependências. Esse processo limita o livre-arbítrio e estabelece padrões únicos de interação e consumo, além de fomentar uma pseudo dependência que fragiliza a autonomia dos sujeitos.

Assim, consolida-se um cenário em que a opinião individual passa a ser condicionada por validações externas. Isso favorece a disseminação de *fake news*, o efeito manada, o

fortalecimento de governos autoritários e o enfraquecimento de processos educacionais críticos. O excesso de informação, aliado ao culto à produtividade, à comparação social e à superexposição, intensifica a vigilância sobre os indivíduos e aprofunda sentimentos de solidão e inadequação, mesmo em um mundo hiperconectado.

Compreensão do problema

Marcelo Veras iniciou sua fala esclarecendo que não é um influencer, destacando que expor ideias implica inevitavelmente enfrentar críticas. Ele observou como muitos adolescentes e jovens já não aspiram profissões tradicionais, como medicina ou esportes, mas sonham em ser influenciadores digitais. Essa transformação cultural resulta da propaganda excessiva da vida de influencer e de seus supostos privilégios, criando uma idealização ilusória e uma desconexão com a realidade do sujeito.

Esse fenômeno está diretamente ligado à relação entre o "ideal do eu" e o "eu ideal". Na busca incessante pela imagem idealizada, muitos se veem aprisionados em um ciclo de insatisfação e inadequação. O professor citou o crescimento de casos de anorexia e transtornos relacionados à autoimagem, mostrando como o corpo é submetido a padrões sociais de perfeição que produzem frustração e inferioridade em larga escala.

Outro aspecto destacado foi a intensificação da solidão em meio à hiperconexão. Embora conectadas, muitas pessoas vivem isoladas, substituindo o contato humano por interações mediadas pelo smartphone. A comparação entre gerações é marcante: enquanto antes havia tempo destinado à leitura de livros e jornais, hoje o tempo livre é consumido pela tela do celular, rompendo fronteiras entre o íntimo e o público.

O professor analisou ainda os impactos dos algoritmos, que confinam os usuários em bolhas digitais, limitando o acesso a novas informações e reduzindo a capacidade de reflexão crítica. Essa lógica também alimenta a disseminação das *fake news*, com efeitos devastadores na formação de opiniões e na saúde mental.

Marcelo Veras relacionou esse quadro à medicalização crescente da vida. Destacou como a indústria farmacêutica expandiu o consumo de psicotrópicos com base na ideia de "espectro", ampliando diagnósticos e incentivando o uso de antidepressivos inclusive por crianças e adolescentes. Ressaltou que, no Brasil, grande parte das mortes por suicídio ou

overdose está associada a drogas lícitas adquiridas em farmácias. Para ele, mais do que uma epidemia de depressão, vivemos uma epidemia de frustração intensificada pelas redes sociais.

Ações e Proposições

Para enfrentar os males intensificados pela era digital, Marcelo Veras apontou a necessidade de ações multissetoriais e integradas. Entre as proposições destacadas estão:

- **Educação digital e emocional:** incluir nos currículos escolares conteúdos sobre saúde mental, uso consciente da tecnologia e inteligência emocional, possibilitando que jovens identifiquem gatilhos de ansiedade relacionados ao uso das redes.
- **Regulação de plataformas e algoritmos:** implementar políticas públicas que exijam transparência nos algoritmos, ferramentas de controle do tempo de uso e proteção contra práticas como *cyberbullying.*
- **Promoção da cultura off-line:** incentivar eventos e atividades que valorizem a vida comunitária, a convivência presencial, a arte, a natureza e as práticas esportivas, especialmente no período pós-pandemia.
- **Ampliação do acesso à saúde mental:** expandir políticas públicas de atendimento psicológico e psiquiátrico gratuito, inclusive online, garantindo suporte a uma população cada vez mais afetada pela ansiedade digital.

Essas medidas devem articular governo, sociedade civil, instituições de ensino, empresas de tecnologia e famílias, de forma a criar um ecossistema mais saudável de convivência com o digital, no qual a tecnologia esteja a serviço do ser humano e não o contrário.