ReGeo ISSN: 2177-3246

REDES SOCIAIS E SOFRIMENTO CONTEMPORÂNEO: UMA PERSPECTIVA FENOMENOLÓGICO-EXISTENCIAL PARTINDO DA RACIONALIDADE NEOLIBERAL

SOCIAL MEDIA AND CONTEMPORARY SUFFERING: A PHENOMENOLOGICAL-EXISTENTIAL PERSPECTIVE

REDES SOCIALES Y SUFRIMIENTO CONTEMPORÁNEO: UNA PERSPECTIVA FENOMENOLÓGICO-EXISTENCIAL PARTIENDO DE LA RACIONALIDAD NEOLIBERAL

https://doi.org/10.56238/revgeov17n8-244

Data de submissão: 14/07/2026 **Data de publicação:** 28/08/2026

Ana Paula Sammogini
Doutora em Psicologia
Instituição: Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo
E-mail: anafjk@usp.br

RESUMO

Este artigo examina as redes sociais como plataformas sociotécnicas que, ao mediarem a relação do ser humano consigo mesmo, com os outros e com o mundo, participam da constituição das subjetividades contemporâneas e das formas atuais de sofrimento. A partir da perspectiva fenomenológico-existencial, segundo a qual o ser humano é ser-no-mundo e ser-com-os-outros e o sofrimento é dimensão constitutiva da existência, o texto desloca a pergunta sobre os efeitos das plataformas para a pergunta sobre como alguém se torna quem é em um mundo no qual existir, aparecer e ser reconhecido são crescentemente mediados por processos digitais. O percurso reconstitui a emergência histórica da racionalidade neoliberal e sua compreensão como forma de governar e de subjetivar, mostrando que as redes sociais são simultaneamente produto desse contexto e dispositivo que o reproduz, na medida em que sua arquitetura econômica converte atenção, identidade, vínculos e comportamento em ativos. Em seguida, descreve as transformações que daí decorrem na experiência do tempo, na experiência de si, na experiência do outro e na experiência das possibilidades, cuja convergência resulta na produção social da insuficiência. Discute ainda a distribuição desigual do sofrimento no ambiente digital segundo marcadores sociais da diferença, a privatização de problemas estruturais, a permanência das plataformas como espaço de disputa social e o deslocamento recente das políticas públicas, que passam a tratar as redes digitais como infraestruturas sociotécnicas. Conclui que o sofrimento contemporâneo precisa ser compreendido como fenômeno multideterminado e que a existência, em todas as suas dimensões, necessita de espaços para ser experienciada e cuidada.

Palavras-chave: Redes Sociais. Fenomenologia Existencial. Neoliberalismo. Sofrimento Psíquico. Políticas Públicas.

ABSTRACT

This article examines social media as sociotechnical platforms that, by mediating the human being's relationship with themselves, with others and with the world, take part in the constitution of contemporary subjectivities and of current forms of suffering. Drawing on the phenomenological-existential perspective, according to which the human being is being-in-the-world and being-with-others and suffering is a constitutive dimension of existence, the text shifts the question about the effects of platforms towards the question of how someone becomes who they are in a world where existing, appearing and being recognised are increasingly mediated by digital processes. The path taken reconstructs the historical emergence of neoliberal rationality and its understanding as a way of

governing and of producing subjectivity, showing that social media are simultaneously a product of this context and a device that reproduces it, insofar as their economic architecture converts attention, identity, bonds and behaviour into assets. It then describes the resulting transformations in the experience of time, the experience of self, the experience of the other and the experience of possibilities, whose convergence results in the social production of insufficiency. It further discusses the unequal distribution of suffering in the digital environment according to social markers of difference, the privatisation of structural problems, the persistence of platforms as a space of social dispute, and the recent shift in public policy, which now treats digital media as sociotechnical infrastructures. It concludes that contemporary suffering must be understood as a multidetermined phenomenon and that existence, in all its dimensions, needs spaces in which to be experienced and cared for.

Keywords: Social Media. Existential Phenomenology. Neoliberalism. Psychological Suffering. Public Policy.

RESUMEN

Este artículo examina las redes sociales como plataformas sociotécnicas que, al mediar la relación del ser humano consigo mismo, con los otros y con el mundo, participan en la constitución de las subjetividades contemporáneas y de las formas actuales de sufrimiento. A partir de la perspectiva fenomenológico-existencial, según la cual el ser humano es ser-en-el-mundo y ser-con-los-otros y el sufrimiento es dimensión constitutiva de la existencia, el texto desplaza la pregunta sobre los efectos de las plataformas hacia la pregunta sobre cómo alguien se convierte en quien es en un mundo en el cual existir, aparecer y ser reconocido son crecientemente mediados por procesos digitales. El recorrido reconstituye la emergencia histórica de la racionalidad neoliberal y su comprensión como forma de gobernar y de subjetivar, mostrando que las redes sociales son simultáneamente producto de este contexto y dispositivo que lo reproduce, en la medida en que su arquitectura económica convierte la atención, la identidad, los vínculos y el comportamiento en activos. Seguidamente, describe las transformaciones que de ello derivan en la experiencia del tiempo, en la experiencia de sí, en la experiencia del otro y en la experiencia de las posibilidades, cuya convergencia resulta en la producción social de la insuficiencia. Discute además la distribución desigual del sufrimiento en el ambiente digital según marcadores sociales de la diferencia, la privatización de problemas estructurales, la permanencia de las plataformas como espacio de disputa social y el desplazamiento reciente de las políticas públicas, que pasan a tratar las redes digitales como infraestructuras sociotécnicas. Concluye que el sufrimiento contemporáneo necesita ser comprendido como fenómeno multideterminado y que la existencia, en todas sus dimensiones, requiere de espacios para ser experimentada y cuidada.

Palabras clave: Redes Sociales. Fenomenología Existencial. Neoliberalismo. Sufrimiento Psíquico. Políticas Públicas.

1 O QUE SÃO REDES SOCIAIS

Redes sociais são plataformas digitais sociotécnicas que possibilitam a produção e circulação de conteúdos em larga escala, a interação entre usuários e a formação de redes de relações, organizando essas experiências por meio de estruturas algorítmicas. Elas incluem, por exemplo, Instagram, TikTok, YouTube, Facebook, X, LinkedIn, Reddit, entre outras plataformas.

Do ponto de vista acadêmico, as redes sociais podem ser entendidas por algumas características centrais: são interativas, permitem conteúdo gerado pelos usuários, organizam conexões sociais, utilizam sistemas algorítmicos para selecionar o que aparece e transformam interações, atenção e comportamento em dados. Não são apenas ferramentas tecnológicas de comunicação, mas funcionam também como espaços de sociabilidade, formação de identidade, consumo, trabalho, entretenimento, informação, participação política e construção de reconhecimento social. Mediando, então, em grande parte a relação do ser humano consigo mesmo, com os outros e com o mundo.

No material "Online Lives, Offline Consequences" (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2025), a Organização Mundial de Saúde (OMS) enfatiza a ideia de que atualmente há uma indissociação entre vida online e vida offline, apontando o ambiente digital como parte efetiva da nossa realidade cotidiana.

Em razão disso, atualmente os pesquisadores, em especial no campo psi, têm buscado compreender como as plataformas e redes digitais, seus algoritmos, seus modelos de negócios e as dinâmicas de produção e circulação de conteúdo influenciam a constituição das subjetividades e, consequentemente, as experiências de sofrimento na contemporaneidade.

Um exemplo é o Prof. Dr. Daniel Viana Abs da Cruz, professor do Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo, que tem se aprofundado nas pesquisas sobre Psicologia e Processos Digitais. Sua produção aponta que o Digital deve ser pensado como um contexto de constituição de subjetividade e não apenas como uma tecnologia externa aos indivíduos (ABS, 2022). O aspecto central de sua produção é defender que o Digital deve ser tratado como um objeto próprio da Psicologia, e não apenas como um ambiente onde fenômenos psicológicos acontecem. Tem se dedicado a construir uma Psicologia dos Processos Digitais, que forneça uma base metodológica para investigar como plataformas digitais têm reorganizado a experiência humana.

Tudo isso dialoga diretamente com uma abordagem fenomenológico-existencial da psicologia, em que a questão deixa de ser "quais os efeitos das redes sociais sobre nós?" e passa a ser "como nos tornamos quem somos em um mundo no qual existir, relacionar-se, aparecer e ser reconhecido são crescentemente mediados pelos Processos Digitais?"

Do ponto de vista fenomenológico-existencial, o ser humano não é um indivíduo isolado. Ele se constitui nas relações com os outros, com o mundo, com a história e com as possibilidades que encontra ou que lhe são negadas. O ser humano é ser-no-mundo e ser-com-os-outros.

Para autores da Fenomenologia e Existencialismo, como Martin Heidegger, a existência humana é sempre situada em um mundo compartilhado (HEIDEGGER, 2012). Para Maurice Merleau-Ponty, somos corporalmente constituídos na relação com o mundo e com os outros (MERLEAU-PONTY, 2011). Para Jean-Paul Sartre, o olhar do outro constitui a experiência que fazemos de nós mesmos (SARTRE, 2015).

Isso significa que o que nomeamos subjetividade não está exclusivamente dentro da pessoa. Nossa compreensão de quem somos, quanto valemos, que corpo podemos ter, que vida deveríamos viver, o que significa ter sucesso, o que significa fracassar, quais desejos são legítimos, que futuro podemos imaginar, entre tantas outras questões, são construídas nas relações históricas e sociais.

Atualmente as redes sociais tornaram-se um dos lugares privilegiados dessa construção. Nesse sentido, buscar compreender os processos digitais significa compreender também as condições atuais do existir.

2 SOFRIMENTO SOB UM OLHAR FENOMENOLÓGICO-EXISTENCIAL

A perspectiva fenomenológico-existencial compreende o sofrimento como constitutivo da condição humana. Existir significa estar continuamente confrontado com questões fundamentais como finitude, liberdade, responsabilidade, vulnerabilidade, luto, entre outras. O sofrimento revela tensões inerentes ao existir, sendo capaz de construir sentidos, reorganizar projetos e possibilitar novas formas de habitar o mundo.

Autores da Fenomenologia e Existencialismo como Martin Heidegger, Maurice Merleau-Ponty e Jean-Paul Sartre compreendem que o sofrimento emerge do modo como o ser humano se encontra lançado em um mundo de possibilidades e incertezas, e precisa construir sua existência nas relações que estabelece.

Sofrer não representa um desvio da vida, mas uma expressão da própria vida. A fenomenologia existencial pergunta: “O que esse sofrimento revela sobre a maneira como essa pessoa está existindo no mundo?”. Assim, o sofrimento é uma forma pela qual a existência se manifesta, participando da construção de sentidos existenciais.

A vivência de luto é um exemplo. Perder alguém não significa apenas perder uma pessoa, mas significa perder um modo de habitar o mundo, uma história compartilhada, um futuro imaginado, um lugar ocupado na relação, uma parte da própria identidade. Assim, a partir de compreender,

experienciar e elaborar essas perdas, pode-se reorganizar toda a existência, reorganizando projetos e construindo novos sentidos e novas formas de ser no mundo.

O sofrimento existencial na contemporaneidade tem sido frequentemente deslegitimado, acelerado, privatizado e patologizado. Como consequência, tem-se reduzido o espaço social para a elaboração das vulnerabilidades, dos lutos, das angústias, das ansiedades, tristezas, entre outras, empobrecendo a possibilidade de atribuir sentido ao sofrimento e de reconhecê-lo como dimensão constitutiva do ser-no-mundo.

Historicamente, o sofrimento fazia parte explicitamente das narrativas sobre a condição humana. Na sociedade contemporânea, contudo, felicidade, produtividade e realização transformaram-se em imperativos. O filósofo Byung-Chul Han afirma que vivemos atualmente na sociedade do desempenho (HAN, 2015). Nesse cenário não basta existir, mas é preciso demonstrar continuamente que se está produzindo uma vida bem-sucedida.

Isso pode produzir contradições importantes, especialmente observadas nas redes digitais. Por exemplo: a pessoa pode estar deprimida e performar felicidade, pode estar insegura e performar confiança, pode se sentir solitária e performar sociabilidade, pode estar endividada e performar consumo, pode estar exausta e performar produtividade. Podendo criar uma distância entre existência vivida e existência performada e, quanto maior essa distância, maior pode ser a sensação de alienação em relação à própria existência, o que torna mais difícil construir sentidos para a própria vida.

Para compreendermos porque o sofrimento existencial na contemporaneidade é tratado dessa forma, é preciso nos aprofundarmos em nosso contexto social, político, econômico, histórico, cultural. E esse contexto está mergulhado, em todas as suas facetas, em uma racionalidade capitalista neoliberal.

A racionalidade neoliberal tende a dificultar a elaboração e a vivência do sofrimento existencial, porque procura convertê-lo em problema individual, falha de desempenho ou obstáculo à produtividade, no lugar de reconhecê-lo como dimensão constitutiva da existência humana. Portanto, no neoliberalismo tem-se modificado a possibilidade de vivenciar e atribuir sentido ao sofrimento.

3 RACIONALIDADE NEOLIBERAL

O neoliberalismo não surge em um único momento histórico, mas resulta de um processo que se desenvolve ao longo do século XX. A maioria dos pesquisadores considera que começa efetivamente a ser implementado como projeto político desde o final da década de 1970, a partir de políticas da primeira-ministra Margaret Thatcher no Reino Unido, e do presidente Ronald Reagan nos Estados Unidos.

Nos anos 1980 e principalmente nos anos 1990, o neoliberalismo torna-se o paradigma dominante da economia internacional, quando inúmeros países no mundo todo passam a implementar massivas reformas inspiradas nesse modelo, incluindo o Brasil.

Na economia, surgiu como uma reação às políticas do Estado de bem-estar social e ao intervencionismo estatal do pós-guerra. Seus princípios centrais incluem livre mercado, redução da intervenção do Estado na economia, privatizações, desregulamentação dos mercados, abertura comercial, disciplina fiscal e valorização da concorrência.

Autores como Friedrich Hayek e Milton Friedman são referências dessa tradição, que apregoam que mercados livres são mais eficientes para produzir crescimento econômico e inovação (HAYEK, 1944; FRIEDMAN, 1962).

Em contrapartida, nas ciências humanas contemporâneas o conceito de neoliberalismo foi ampliado para designar não apenas um modelo econômico, mas uma racionalidade que organiza a vida e produz formas específicas de subjetividade.

Nos cursos reunidos em Nascimento da Biopolítica, Michel Foucault aponta que a fase neoliberal do capitalismo não pode ser entendida apenas como um conjunto de políticas econômicas, pois trata-se de uma forma de governar que estende a lógica do mercado para praticamente todas as esferas da existência (FOUCAULT, 2008). Trata-se de fazer com que indivíduos passem a governar a si mesmos segundo critérios econômicos. Dessa forma, o sujeito torna-se empreendedor de si, gestor de seu capital humano, responsável pelo próprio sucesso e responsável pelo próprio fracasso.

Pierre Dardot e Christian Laval aprofundam essa ideia ao afirmar que o neoliberalismo constitui uma nova razão do mundo, por estabelecer uma racionalidade que organiza instituições, práticas sociais e modos de subjetivação (DARDOT; LAVAL, 2016). Nesse sentido, o mercado deixa de ser apenas um setor da economia para tornar-se um princípio organizador da vida.

Nessa perspectiva, o neoliberalismo não apenas modifica políticas econômicas, mas transforma a maneira como as pessoas interpretam sucesso, fracasso, responsabilidade, liberdade, felicidade e sofrimento. Assim, não pode ser tomado apenas como modelo econômico, mas sim uma forma de produzir subjetividades.

O neoliberalismo precisa produzir sujeitos, não apenas consumidores, pois não se mantém somente por meio de mercados, empresas e políticas econômicas; buscando, então, formar indivíduos que se auto administrem segundo os princípios de mercado.

Byung-Chul Han afirma que uma das características da sociedade neoliberal é a passagem da exploração para a autoexploração (HAN, 2018). Antes havia alguém que ditava obrigações aos

trabalhadores, agora o próprio sujeito sente necessidade de produzir continuamente, tendo-se a sensação da cobrança partir exclusivamente de si próprio.

Nesse contexto, o sujeito ideal contemporâneo é aquele que administra continuamente a si mesmo, investe em seu próprio capital humano, compete permanentemente, busca desempenho crescente, assume integralmente a responsabilidade por seus resultados.

Imprime-se uma ideia de subjetividade permanentemente insuficiente. Exibe-se, especialmente através das redes sociais, modelos de beleza, felicidade, produtividade, riqueza, sucesso, juventude. E, como esses modelos são praticamente inalcançáveis em sua totalidade, produz-se constantemente a sensação de insuficiência. Essa sensação mantém forte o desejo de consumir mais, produzir mais e aperfeiçoar-se ainda mais.

No capitalismo industrial, a principal mercadoria era o produto material. Já o capitalismo contemporâneo consiste na ampliação daquilo que pode ser transformado em mercadoria. Também se tornam economicamente valiosos emoções, preferências, hábitos, amizades, opiniões, identidade, reputação, comportamento, entre outros. Assim, o que constitui as subjetividades deixa de ser uma dimensão da existência para tornar-se também um ativo econômico.

Nick Couldry e Ulises Mejias descrevem esse processo como uma nova forma de extração de valor baseada na apropriação contínua da vida social (COULDRY; MEJIAS, 2019). Shoshana Zuboff aponta que a própria experiência humana se converte em matéria-prima econômica, denominando esse modelo de capitalismo de vigilância (ZUBOFF, 2020).

As redes sociais surgem nesse contexto histórico e se tornam ambientes particularmente adequados para difusão dessa racionalidade e realização cotidiana dessas formas de subjetivação.

4 NEOLIBERALISMO E AS REDES SOCIAIS

O desenvolvimento das grandes plataformas digitais coincide com a consolidação do capitalismo informacional e das reformas neoliberais nas últimas décadas do século XX. Nesse período, observam-se transformações profundas como a globalização financeira, a flexibilização das relações de trabalho, a privatização de serviços públicos, a financeirização da economia, a expansão das empresas de tecnologia e a digitalização da vida cotidiana.

Assim, as redes digitais incorporam formas específicas de organizar produção, circulação de informações e geração de valor compatíveis com o contexto em que são criadas. Seus modelos econômicos baseiam-se principalmente em publicidade direcionada, coleta massiva de dados, venda de espaços publicitários e monetização da atenção.

Dessa forma, as redes sociais constituem uma das principais instituições da vida contemporânea, podendo ser compreendidas simultaneamente como produto histórico do capitalismo em sua fase neoliberal e como dispositivos que contribuem para reproduzir e aprofundar essa perspectiva. Pois, a arquitetura econômica e tecnológica dominante dessas plataformas é amplamente compatível com a racionalidade neoliberal e tende a difundir muitos de seus princípios.

Ao transformar atenção, identidade, relações sociais e comportamentos em capital, podem difundir valores como desempenho, competição, empreendedorismo de si, consumo e responsabilização individual. Esse processo pode favorecer experiências de comparação permanente, insuficiência, autoexploração e fragilização do reconhecimento, contribuindo para formas contemporâneas de sofrimento existencial. Ao mesmo tempo, essas plataformas permanecem como espaços de disputa social, podendo também ser apropriadas para solidariedade, resistência política e construção de comunidades de apoio.

Portanto, é importante compreender as plataformas digitais como um dispositivo contemporâneo que participa da constituição das subjetividades, como já apontado anteriormente.

Assim, algumas transformações importantes que merecem destaque nas experiências vividas a partir do Digital são:

4.1 A EXPERIÊNCIA DO TEMPO

As plataformas digitais são estruturadas para disputar o tempo e a atenção dos usuários, pois quanto maior a permanência maior coleta de dados e informações, maior venda de publicidade e maior lucro. Nesse contexto, o tempo e a atenção tornam-se ativos econômicos, que sustentam modelos de negócio baseados em marketing direcionado.

Assim, o fluxo de conteúdos precisa ser permanente e a necessidade de atualização constante, sempre havendo algo novo para acompanhar, responder ou produzir. Nesse sentido, as plataformas podem modificar a experiência do tempo, imprimindo aceleração às experiências vividas e impossibilidade de descanso.

Essa estrutura pode produzir uma sensação de urgência permanente, ansiedade constante em não ficar para trás (FOMO: Fear of Missing Out), dificuldade de desconectar-se, fragmentação da atenção e impossibilidade de elaborar experiências.

Do ponto de vista existencial, qualquer experiência humana precisa ser vivida e elaborada, o que tem sido dificultado em nossa contemporaneidade. Durante grande parte da história humana, momentos de espera, silêncio, tédio, solitude faziam parte inevitável da existência. Atualmente, esperar um ônibus, ficar sozinho, sentir tédio, sentir ansiedade, são experiências que podem ser quase que

imediatamente preenchidas com o uso do celular. Isso modifica a capacidade de permanecer diante das experiências, podendo conduzir a uma alienação cada vez maior da própria existência.

Nessa perspectiva, as vivências que imprimem sofrimento têm sido ainda mais escanteadas, como as relacionadas às perdas e lutos, incertezas, fracassos, mudanças, entre outras. Quando praticamente toda angústia é rapidamente encoberta por estímulos, pode não haver espaços para reconhecer, simbolizar, significar e elaborar as experiências de sofrimento.

4.2 A EXPERIÊNCIA DE SI

Nas plataformas digitais a identidade pode tornar-se objeto de investimento, assim cada pessoa passa a gerenciar a própria imagem como um ativo, aprendendo a administrar sua aparência, reputação, linguagem, posicionamentos, estilo de vida e imagem pública. Nesse sentido, podemos perceber o crescimento de expressões como personal branding, autoridade digital e gestão de imagem.

Nessa perspectiva, grande parte da vida cotidiana pode transformar-se em conteúdo no Digital. Dessa maneira, viagens, festas, atividades físicas, refeições, relacionamentos, estudos, trabalhos e até mesmo momentos de descanso podem se tornar conteúdo para as redes, promovendo uma significativa transformação no que diz respeito à relação entre experiência e visibilidade.

Desse modo, viver e tornar visível o que se está vivendo podem se tornar experiências praticamente indissociáveis. A pessoa pode deixar de experienciar as situações em sua vida para passar a experienciá-las sempre atravessadas pela antecipação e preocupação de como irão aparecer aos outros através das redes sociais. Dessa forma, a própria existência passa a ser continuamente observada e organizada segundo sua possibilidade de circulação pública.

4.3 A EXPERIÊNCIA DO OUTRO

Através das redes sociais o reconhecimento social passa a ser mediado por métricas, quando nos coloca a possibilidade de contabilizar seguidores, curtidas, visualizações, comentários, compartilhamentos, alcance e engajamento. A possibilidade de mensuração interessa à racionalidade neoliberal porque favorece uma lógica permanente de comparação, desempenho e competição.

Embora as métricas não esgotem a experiência humana do reconhecimento, podem passar a influenciar a maneira como muitas pessoas avaliam sua própria relevância social.

Dessa forma, curtidas e comentários podem operar como confirmações públicas de reconhecimento, e suas ausências podem ser vividas como rejeição, invisibilidade ou desvalor. Podendo levar a uma grande dependência desse tipo de validação e uma busca constante dessa forma de reconhecimento pelo outro.

4.4 A EXPERIÊNCIA DAS POSSIBILIDADES

O neoliberalismo precisa organizar a sociedade segundo mecanismos competitivos. Assim, as redes sociais tornam permanente e ampliam a intensidade dessa competição cotidiana.

Essa comparação não ocorre apenas entre produtos, mas ocorre entre modos de viver. Os usuários podem ser expostos continuamente a corpos idealizados, viagens incríveis, relacionamentos perfeitos, conquistas profissionais, rotinas de produtividade, estilos de vida economicamente inacessíveis, narrativas de superação e padrões de beleza inalcançáveis.

Porém, o fluxo não representa uma amostra neutra da vida social, mas momentos predominantemente selecionados e editados da vida alheia. Além disso, as plataformas tendem a destacar conteúdos capazes de capturar atenção, despertar emoção e gerar interação, assim há ainda mais recortes dentro do que temos acesso a partir das redes sociais.

Há, portanto, determinados modos de existir que as plataformas apresentam como desejáveis, valorizados e reconhecíveis, o que pode produzir uma discrepância entre a vida vivida e a vida exibida. O cotidiano real, que é sempre marcado por ambiguidades e imperfeições, tende então a parecer constantemente inferior ao cotidiano selecionado e editado dos outros.

Assim, uma das experiências subjetivas mais características da contemporaneidade tem sido a produção social da insuficiência, que é a sensação de inadequação permanente sendo produzida pela comparação incessante entre aquilo que sou e aquilo que continuamente aparece como possibilidade ideal de ser.

Portanto, essas profundas transformações nas experienciações humanas, percebidas através das redes sociais, têm modificado as subjetividades contemporâneas e, consequentemente, as maneiras como o sofrimento tem sido produzido, vivenciado, compartilhado e elaborado na atualidade.

5 DESIGUALDADES SOCIAIS E PRIVATIZAÇÃO DO SOFRIMENTO NO AMBIENTE DIGITAL

Assim como a sociedade estruturada em uma lógica neoliberal, as plataformas digitais não produzem e não distribuem o sofrimento de maneira homogênea, participando então da manutenção e, por vezes, intensificação de desigualdades sociais já existentes.

Dessa forma, as redes sociais não constituem todos os sujeitos da mesma maneira, pois raça, classe, gênero, sexualidade, idade e outros marcadores sociais da diferença modificam profundamente as condições de exposição, reconhecimento e violência nos espaços digitais.

Alguns exemplos são: mulheres e meninas sofrem maior incidência de assédio sexual online e violência digital; pessoas negras frequentemente são alvo de racismo algorítmico e ataques

discriminatórios; pessoas LGBTQIA+ enfrentam diferentes formas de violência digital e discursos de ódio; indivíduos de maior renda tendem a dispor de mais recursos para ampliar sua visibilidade e monetizar sua presença online.

O relatório "Technology on Her Terms", da Unesco, de 2024, aborda as temáticas das tecnologias, redes sociais, gênero, educação e bem-estar, chamando atenção para a maneira como plataformas orientadas por algoritmos têm ampliado em diversas situações estereótipos de gênero, padrões corporais irreais, cyberbullying e sexualização, sobretudo entre meninas e mulheres (UNESCO, 2024).

A pesquisa intitulada "Navigating Identity in Digital Spaces" (CRISS *et al.*, 2025) aponta que há identidades que são valorizadas nos meios digitais, enquanto outras são silenciadas, estigmatizadas ou mesmo atacadas nas redes sociais.

Além disso, outro ponto importante é o de que a lógica neoliberal tende a deslocar problemas sociais estruturais para o campo das insuficiências ou patologias individuais. Assim, desemprego, racismo, precarização na saúde e educação, violência de gênero e sexualidade, ausência de perspectivas de futuro, entre outros, podem ser convertidos em falta de esforço, disciplina, competência, resiliência e autoestima.

Dessa forma, nas redes sociais problemas estruturais sociais passam a aparecer como responsabilidades exclusivamente individuais em discursos como: "seja empreendedor", "sua realidade depende da sua mentalidade", "basta organizar sua rotina", "trabalhe enquanto os outros dormem", "quem quer consegue", entre outros. Em meio a tantos discursos incentivando a autossuperação, maior produtividade e desenvolvimento pessoal, empreendedorismo como possibilidade de sucesso, os grandes problemas estruturais sociais são invisibilizados e o indivíduo torna-se o único responsável por suas dificuldades e fracassos.

Esses discursos ocultam as condições estruturais sociais e políticas que distribuem desigualmente oportunidades, proteção, recursos e reconhecimento em um sistema baseado na racionalidade neoliberal.

Assim, muitas pessoas que não conseguem alcançar os modelos apresentados nas redes sociais podem passar a interpretar as dificuldades como incompetência pessoal. Muitas não conseguem perceber que estão submetidas a condições sociais profundamente desiguais e opressoras, passando a concluir que há algo fundamentalmente errado consigo.

6 REDES SOCIAIS COMO ESPAÇOS DE CRÍTICA E DISPUTA SOCIAL

É importante pontuar que existe uma disputa social permanente entre a disseminação desenfreada de valores mercadológicos e usos críticos e emancipatórios das plataformas digitais, assim como em muitos outros espaços sociais que estão inseridos na racionalidade neoliberal.

Ainda que a infraestrutura digital seja calcada nos valores neoliberais, ainda se fazem possíveis usos sociais que escapem a essa lógica, ou até mesmo produzam narrativas que questionam e vão na contramão dessa mesma lógica.

Assim, as mesmas plataformas que servem ao capitalismo neoliberal também podem ser utilizadas para ampliar a comunicação e reduzir distâncias geográficas, permitindo a manutenção de vínculos afetivos e comunitários. Para pessoas migrantes ou indivíduos com redes presenciais restritas, essa possibilidade pode ser especialmente importante.

Outro uso relevante é a formação de comunidades de apoio. Pessoas que vivem experiências pouco compreendidas em seus contextos presenciais — luto, adoecimento, deficiência, discriminação, maternidade, sofrimento psíquico ou pertencimento a grupos politicamente minorizados — podem encontrar outras pessoas com experiências semelhantes.

Através das redes sociais há também a possibilidade de democratizar parcialmente a produção e circulação de conhecimento. No momento em que universidades, pesquisadores, profissionais de saúde, movimentos sociais e instituições públicas podem divulgar conteúdos diretamente ao público, sem depender exclusivamente dos meios tradicionais de comunicação, há ampliação do acesso à informação científica, educação e campanhas de saúde.

No campo político e social, as redes sociais aumentaram a capacidade de mobilização coletiva. Elas facilitam denúncias de violações de direitos, organização de campanhas, circulação de informações sobre injustiças e articulação de movimentos feministas, antirracistas, ambientais e LGBTQIA+, entre outros. Isso não elimina desigualdades de poder, mas pode criar novos canais de visibilidade para grupos historicamente silenciados.

7 POLÍTICAS PÚBLICAS IMPLEMENTADAS AO DIGITAL

Durante muito tempo, o sofrimento relacionado às redes digitais foi interpretado predominantemente como consequência de escolhas individuais. Entretanto, especialmente do ponto de vista acadêmico, observa-se uma transição importante na última década, as redes digitais deixam de ser compreendidas apenas como tecnologias de comunicação e passam a ser reconhecidas como infraestruturas sociais que influenciam democracia, economia, educação, saúde mental, relações

sociais e produção de subjetividades. Essa mudança torna então a governança das plataformas um tema central para pesquisas sobre neoliberalismo, sofrimento existencial e saúde coletiva.

Assim, há um deslocamento da discussão do plano exclusivamente individual, ou seja, como as pessoas usam as redes, para o plano coletivo, ou seja, como o Estado, a sociedade e as empresas regulam ambientes digitais que influenciam a produção de subjetividade e de sofrimento contemporâneos.

No relatório "Ethical Considerations for Youth Mental Health in the Digital Environment", publicado pela Unesco em 2025, o foco está justamente no deslocamento da responsabilidade que recaía antes principalmente sobre os indivíduos e famílias para a responsabilidade ética das plataformas e das instituições que projetam os ambientes nos quais esses indivíduos vivem (UNESCO, 2025).

Assim, recomendações como reduzir tempo de tela, silenciar notificações e evitar determinadas contas podem ser úteis, mas são insuficientes quando transferem todo o problema para o usuário ou para sua família, pois a prevenção precisa envolver também responsabilidade empresarial e regulação pública.

Políticas públicas são conjuntos de ações, programas, normas e estratégias desenvolvidos pelo Estado, frequentemente em articulação com a sociedade civil e o setor privado, para enfrentar problemas coletivos, promover direitos e organizar a vida social.

A relação entre políticas públicas e redes digitais tornou-se um dos principais temas da pesquisa contemporânea porque as plataformas digitais passaram a influenciar dimensões centrais da vida coletiva, como saúde, educação, democracia, trabalho, segurança, cultura e saúde mental. Assim, as políticas públicas deixam de tratar as redes digitais apenas como tecnologias de comunicação e passam a considerá-las como infraestruturas sociotécnicas que produzem efeitos sobre direitos, cidadania e bem-estar.

Baseando-se nas pesquisas recentes que têm sido realizadas, políticas públicas têm sido implementadas em muitos países no intento de mitigar efeitos nocivos disseminados através das redes sociais. Apesar das diferenças nacionais, observa-se um consenso internacional em torno de alguns problemas específicos a serem enfrentados:

> 1) Proteção de dados: as legislações têm procurado limitar a coleta excessiva, o compartilhamento indevido e o uso comercial abusivo de dados pessoais.
> 2) Transparência algorítmica: tem-se buscado compreender e regulamentar como os conteúdos são recomendados, como decisões automatizadas são tomadas e quais critérios organizam a visibilidade.
> 3) Desinformação e notícias falsas: as políticas procuram reduzir as campanhas coordenadas, a manipulação eleitoral e a disseminação massiva de informações falsas.

> 4) Segurança de crianças e adolescentes: as políticas públicas têm incluído medidas regulamentares sobre publicidade, conteúdos nocivos, design viciante, exploração comercial e verificação etária.
> 5) Violência digital: diversos países passaram a dispor de dispositivos de proteção contra discursos de ódio, violência contra mulheres, racismo, cyberbullying, exploração sexual e pornografia não consensual.
> 6) Concorrência econômica: tem se procurado ainda, através de políticas públicas, limitar de algumas maneiras o enorme poder econômico das grandes plataformas.
> 7) Inteligência artificial: tem-se acompanhado uma integração crescente da Inteligência artificial às redes sociais, assim novas políticas que incidem também sobre essa questão têm procurado regulamentar transparência, riscos, discriminação algorítmica e o uso responsável das IAs.

O Brasil vem construindo sua política regulatória por diferentes instrumentos. Um deles é o "**Marco Civil da Internet**", que estabeleceu princípios como proteção da privacidade, liberdade de expressão e responsabilidade dos provedores (BRASIL, 2014). Outro é a "**Lei Geral de Proteção de Dados**" (LGPD), que regula a coleta de dados, o tratamento de informações pessoais e os deveres das empresas (BRASIL, 2018). Em 2025 foi aprovado ainda o "**Estatuto Digital da Criança e do Adolescente**" (ECA Digital), que criou regras específicas para proteger crianças e adolescentes no ambiente digital, incluindo mitigação de riscos, aferição de idade, restrições à publicidade dirigida ao público infantil e muitos outros deveres específicos, relacionados a esse público, que devem ser cumpridos pelas plataformas digitais (BRASIL, 2025).

8 CONSIDERAÇÕES FINAIS

As redes sociais são produto do neoliberalismo, emergindo em um contexto histórico marcado pela globalização e financeirização da economia, pela expansão das tecnologias digitais para todas as esferas da vida cotidiana e pela mercantilização das subjetividades. Elas reproduzem a lógica neoliberal em sua arquitetura econômica e tecnológica, que tende a difundir valores como aceleração, comparação e competitividade, empreendedorismo de si e individualização das responsabilidades, enfraquecimento de vínculos coletivos e intensificação de desigualdades sociais.

Entretanto, as plataformas não determinam de forma uniforme os modos de vida de seus usuários, pois constituem ambientes nos quais diferentes projetos sociais, políticos e culturais disputam sentidos.

Para uma abordagem fenomenológico-existencial, o problema central não se concentra em saber quais efeitos as redes sociais imprimem sobre as vidas das pessoas, mas como elas transformam as condições pelas quais os sujeitos se compreendem, se relacionam, projetam possibilidades e atribuem significado à própria existência. Nesse ponto elas se tornam objeto privilegiado para

compreender formas contemporâneas de subjetividade e, consequentemente, novas configurações do sofrimento existencial.

As redes sociais não explicam sozinhas as novas constituições de subjetividades ou o crescimento do sofrimento contemporâneo, entretanto participam da construção contemporânea dos modos de existir, reorganizando as formas pelas quais os fenômenos existenciais são vivenciados, compartilhados e elaborados.

Ao converter visibilidade em valor, relações em métricas, intimidade em conteúdo e atenção em mercadoria, as plataformas participam da produção dos horizontes a partir dos quais os indivíduos interpretam sucesso, fracasso, pertencimento e reconhecimento. Podendo intensificar sentimentos de inadequação, insuficiência, solidão, culpa, vergonha.

Esses sentimentos, sendo vivenciados constantemente, podem levar a estados de ansiedade generalizada, depressão, comportamentos autolesivos, ideação e comportamento suicida, que precisam ser compreendidos não como fracasso e/ou patologia individual, mas como fenômenos multideterminados, compreendendo o sofrimento no âmbito de experiência social, relacional, histórica, política e existencial.

Essas novas formas de sofrimento existencial são adequadas e condizentes ao que se está experienciando em nosso contexto atual, é a existência se expressando e mostrando que algo precisa de atenção, precisa ser olhado e cuidado. Como fazemos na clínica fenomenológico-existencial, quando algo nos chama atenção pedindo por olhar e cuidado, é preciso então olhar e cuidar.

A existência, em todas as suas dimensões, precisa encontrar espaços para ser experienciada e cuidada. Se apenas sucesso, felicidade, conquistas podem ser vivenciadas, apenas algumas facetas poderão ser acessadas e se, outras facetas relacionadas ao sofrimento, como perdas, lutos, incertezas, fracassos, entre outras, precisam ser escamoteadas e/ou eliminadas rapidamente, então não haverá contato com grande parte da existência, o que pode gerar alienação da própria existência.

O sofrimento existencial na contemporaneidade tem sido frequentemente deslegitimado, acelerado, privatizado e patologizado, o que tem comprimido, ou mesmo impossibilitado, os tempos e espaços para que seja compreendido, experienciado e elaborado. Pois, a partir dessa elaboração é possível organizar e reorganizar a existência reorganizando projetos, é possível encontrar novos sentidos e também novas formas de existir e habitar o mundo.

Para vivenciar o sofrimento é necessário reconhecê-lo como essencial à própria existência, porém a racionalidade neoliberal e, consequentemente, as redes sociais, procuram convertê-lo em problema/patologia individual, falha de desempenho ou obstáculo à produtividade, no lugar de

reconhecê-lo como dimensão constitutiva da existência humana, o que tem impossibilitado seu experienciar e, consequentemente, impossibilitado a construção de sentidos para a própria vida.

Ainda há muito o que percorrer, pois a racionalidade neoliberal alcança todas as esferas da vida e estrutura formas de ser, se relacionar, sofrer, morrer, enlutar-se e muitas outras. Assim, por essa lógica estar profundamente enraizada na estrutura social, política, econômica, cultural também das redes sociais, é preciso problematizar essa enorme complexidade quanto à busca por possibilidades de enfrentamento aos desafios que o Digital na era neoliberal nos têm imposto.

REFERÊNCIAS

ABS, Daniel. Contextos digitais de desenvolvimento humano. In: ABS, Daniel (org.). Contextos digitais: encontros, pesquisas e práticas. Porto Alegre: Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2022. p. 8-21.

BRASIL. Lei nº 12.965, de 23 de abril de 2014. Estabelece princípios, garantias, direitos e deveres para o uso da internet no Brasil (Marco Civil da Internet). Diário Oficial da União: seção 1, Brasília, DF, 24 abr. 2014. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2011-2014/2014/lei/l12965.htm. Acesso em: 27 ago. 2026.

BRASIL. Lei nº 13.709, de 14 de agosto de 2018. Lei Geral de Proteção de Dados Pessoais (LGPD). Diário Oficial da União: seção 1, Brasília, DF, 15 ago. 2018. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2018/lei/l13709.htm. Acesso em: 27 ago. 2026.

BRASIL. Lei nº 15.211, de 17 de setembro de 2025. Dispõe sobre a proteção de crianças e adolescentes em ambientes digitais (Estatuto Digital da Criança e do Adolescente). Diário Oficial da União: seção 1, Brasília, DF, 18 set. 2025. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2023-2026/2025/lei/l15211.htm. Acesso em: 27 ago. 2026.

COULDRY, Nick; MEJIAS, Ulises A. The costs of connection: how data is colonizing human life and appropriating it for capitalism. Stanford: Stanford University Press, 2019.

CRISS, Shaniece *et al.* Navigating identity in digital spaces: an exploratory study of social engagement and interactions. Social Sciences & Humanities Open, Amsterdam, v. 12, art. 102033, 2025. DOI: 10.1016/j.ssaho.2025.102033. Disponível em: https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2590291125007624. Acesso em: 27 ago. 2026.

DARDOT, Pierre; LAVAL, Christian. A nova razão do mundo: ensaio sobre a sociedade neoliberal. Tradução de Mariana Echalar. São Paulo: Boitempo, 2016.

FOUCAULT, Michel. Nascimento da biopolítica: curso dado no Collège de France (1978-1979). Tradução de Eduardo Brandão. São Paulo: Martins Fontes, 2008.

FRIEDMAN, Milton. Capitalism and freedom. Chicago: University of Chicago Press, 1962.

HAN, Byung-Chul. Psicopolítica: o neoliberalismo e as novas técnicas de poder. Tradução de Maurício Liesen. Belo Horizonte: Âyiné, 2018.

HAN, Byung-Chul. Sociedade do cansaço. Tradução de Enio Paulo Giachini. Petrópolis: Vozes, 2015.

HAYEK, Friedrich August von. The road to serfdom. London: Routledge, 1944.

HEIDEGGER, Martin. Ser e tempo. Tradução de Márcia Sá Cavalcante Schuback. Petrópolis: Vozes, 2012.

MERLEAU-PONTY, Maurice. Fenomenologia da percepção. Tradução de Carlos Alberto Ribeiro de Moura. 4. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2011.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Escritório Regional para a Europa. Addressing the digital determinants of youth mental health and well-being: policy brief. Copenhague: OMS Europa, 2025. Documento divulgado sob o comunicado “Online lives, offline consequences”, de 23 maio 2025. Disponível em: https://www.who.int/europe/news/item/23-05-2025-online-lives--offline-consequences. Acesso em: 27 ago. 2026.

SARTRE, Jean-Paul. O ser e o nada: ensaio de ontologia fenomenológica. Tradução de Paulo Perdigão. Petrópolis: Vozes, 2015.

UNESCO. Comitê Internacional de Bioética. Ethical considerations for youth mental health in the digital environment. Paris: UNESCO, 2025.

UNESCO. Global education monitoring report 2024, gender report: technology on her terms. Paris: UNESCO, 2024. Disponível em: https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000389406. Acesso em: 27 ago. 2026.

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