

**2a**

**Série**

**Sociologia**

**MATERIAL  
DIGITAL**

# **Riscos da vida digital**

## Conteúdos

- Riscos na sociedade digital: hipervisibilidade, superexposição e isolamento;
- Situações que violam os direitos humanos no ambiente virtual;
- Segurança na internet.

## Objetivos

- Discorrer sobre os riscos que envolvem a sociabilidade no contexto da "vida digital", sobretudo relacionados à hipervisibilidade, superexposição e isolamento nas redes sociais, com ênfase nas crianças e adolescentes;
- Caracterizar e analisar impactos de práticas no ambiente virtual que violam os direitos humanos;
- Identificar formas de proteção e segurança no ambiente virtual.

### Será que é só uma brincadeira?

Na internet, é comum vermos pessoas compartilhando vídeos engraçados de outras passando vergonha, prints de conversas privadas circulando em grupos ou comentários irônicos sobre a aparência de alguém. Também não é raro alguém ser deixado de fora de um grupo ou virar alvo de uma “zoeira” coletiva.

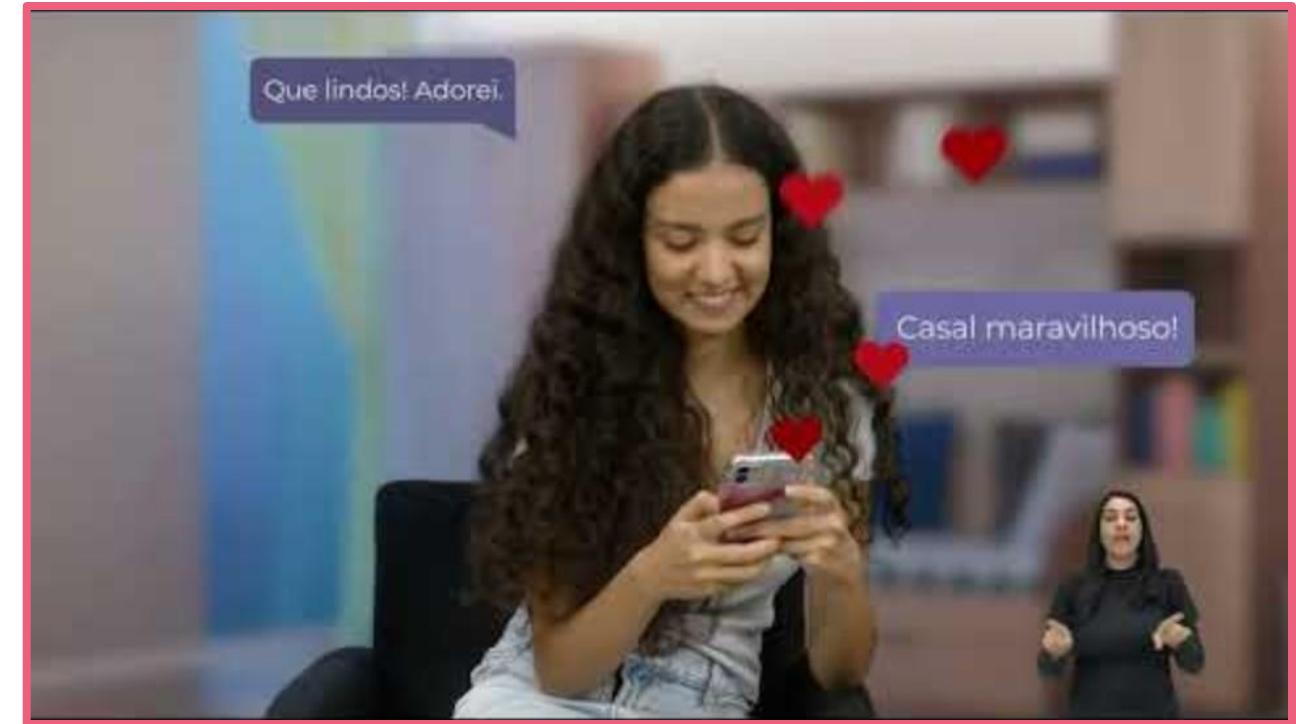
Para refletir

**Essas atitudes parecem normais. Mas será que são mesmo? Em que momento elas passam do limite? Existe alguma forma de violência aí?**

Link para vídeo



### Uso das redes sociais

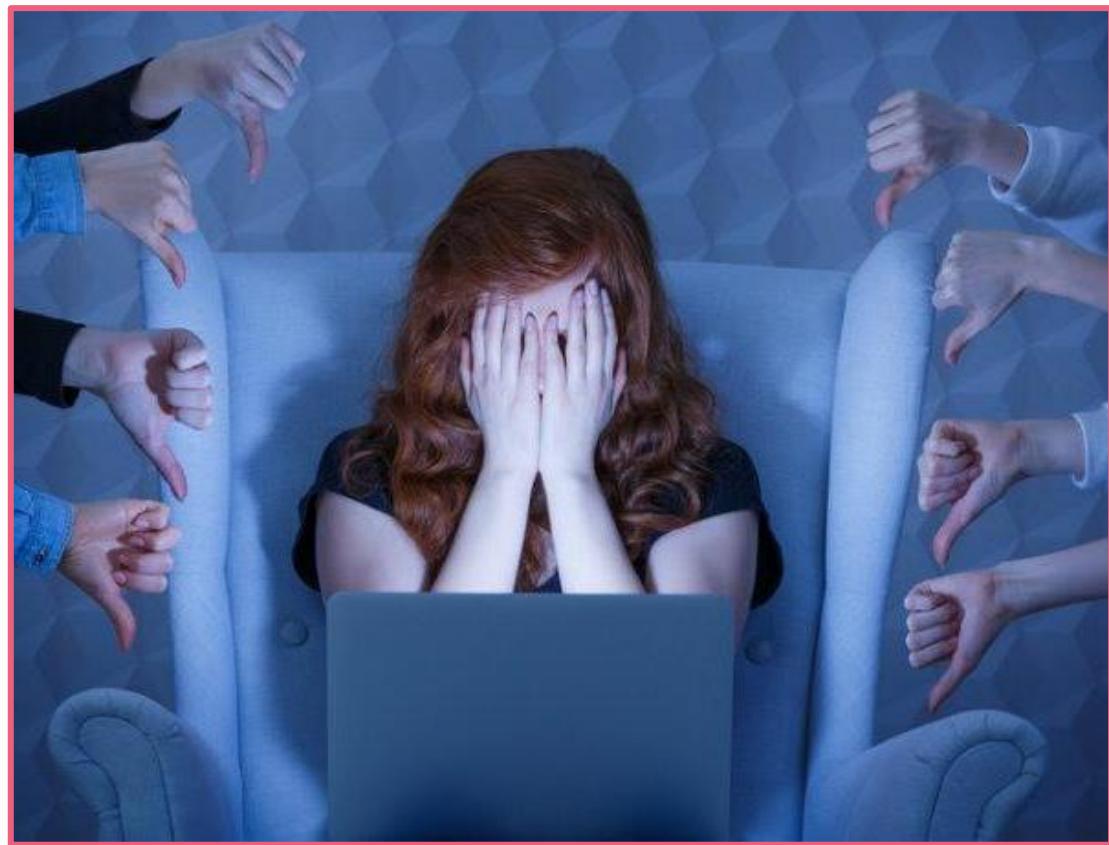


Assista ao vídeo, produzido pela Seduc para este material.

---

MATERIAL DIGITAL. **Uso das redes sociais**. Disponível em:  
<https://www.youtube.com/watch?v=YI3CtONU1fM>. Acesso em: 7 jul. 2025.

## Relembre



As violências digitais, muitas vezes disfarçadas como brincadeiras, geram impactos reais — especialmente entre os jovens.

Reprodução – UNSPLASH/ADMINISTRADORES, 2015. Disponível em:  
<https://www.administradores.com.br/artigos/as-redes-sociais-e-seus-impactos-nas-relacoes-pessoais>. Acesso em: 7 jul. 2025.

## Convivência e direitos humanos no mundo conectado

Ao longo do ano, temos visto que:

- Todas as pessoas têm direitos fundamentais, como o direito à dignidade, à privacidade e ao respeito.
- Conviver com as diferenças é essencial para uma sociedade justa e democrática.
- A violência nem sempre é física — ela também pode ser simbólica, verbal ou psicológica.

Para refletir



**A internet é uma "terra sem lei", onde pode-se fazer o que quiser?**

# Riscos digitais: o outro lado das conexões

As redes sociais e os ambientes digitais aproximam pessoas, criam oportunidades e facilitam a comunicação.

Mas, junto com os benefícios, com a “digitalização” da vida cotidiana, surgem **riscos produzidos não intencionais** que permitem a “virtualização” e a potencialização de práticas que violam os direitos humanos, expondo as pessoas à práticas criminosas, violências e intolerância para além do ambiente *off line*.

Vamos analisar alguns desses riscos.



A internet conecta e aproxima, mas também traz riscos invisíveis que podem afetar a saúde emocional e as relações sociais, especialmente entre crianças e adolescentes.

Reprodução – ANDRE MELLO/O GLOBO, 2023. Disponível em:  
<https://oglobo.globo.com/saude/noticia/2023/05/desafios-perigosos-na-internet-sociedade-de-pediatrica-emite-alerta-para-pais-medicos-e-educadores.ghtml>. Acesso em: 7 jul. 2025.

# Risco à privacidade e intimidade

Exposição ao uso malicioso e não consentido de informações pessoais, imagens, conversas ou dados sensíveis de um indivíduo.

**CYBERSTALKING (Persegição virtual)** |  
Polícia Civil do Estado de São Paulo



## Práticas nocivas comuns

**Compartilhamento não consentido:** divulgação de fotos íntimas, mensagens privadas ou detalhes pessoais sem autorização para fins de chantagem, vingança, extorsão, entre outros.

**Cyberstalking:** perseguição online por meio de ferramentas para rastrear a localização em tempo real ou monitorar atividades da vítima nas redes sociais.

# Risco de violência psicológica

Exposição a práticas abusivas que causam danos emocionais, como humilhação, manipulação, ameaças ou perseguição virtual.

**Cyberbullying: o que é e como prevenir essa prática | ESET BR**



ESET BR. **Cyberbullying: o que é e como prevenir essa prática**. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=S1UsOYVzSYA>. Acesso em: 7 jul. 2025.

## Práticas nocivas comuns

**Cyberbullying:** insultos, xingamentos e difamação pública em comentários, posts ou mensagens diretas.

**Assédio virtual:** perseguição obsessiva, com monitoramento de atividades e ameaças veladas.

**Exclusão social digital:** criação de grupos ou conversas com a intenção de isolar alguém.

**Chantagem emocional:** ameaça de expor fotos íntimas, segredos ou informações privadas.

# Risco ao discurso de ódio

Exposição a manifestações violentas, preconceituosas e intolerantes contra indivíduos ou grupos com base em marcadores sociais da diferença.

## Discurso de Ódio - Me Explica, Vai! | EducaMídia



EDUCAMIDIA. Discurso de Ódio - Me Explica, Vai!. Disponível em:  
[https://www.youtube.com/watch?v=q\\_ZX1SXx-9Q](https://www.youtube.com/watch?v=q_ZX1SXx-9Q). Acesso em: 7 jul. 2025.

## Práticas nocivas comuns

**Comentários, Hashtags e trends “tóxicas”:** mensagens que promovem o preconceito, a intolerância e a violência, inclusive ameaças de morte.

**Memes:** imagens, vídeos e áudios criados para estereotipar, desumanizar, ridicularizar, criminalizar e/ou incitar violência contra grupos minoritários.

**Perfis falsos e bots:** contas automatizadas ou anônimas usadas para amplificar mensagens de ódio, desinformação e organizar ataques em massa.

**Trollagem:** grupos que se unem para atacar uma pessoa, grupo ou comunidade específica e difundir.

# Risco à identidade e à narrativa pessoal

Exposição à manipulação de dados pessoais que alteram e distorcem como um indivíduo é percebido e representado publicamente na internet.

## O que é deepfake? | Pesquisa FAPESP



PESQUISA FAPESP. O que é deepfake? Disponível em:  
<https://www.youtube.com/watch?v=TfTC-ChMBOE>. Acesso em: 7 jul. 2025.

## Práticas nocivas comuns

**Manipulação:** informações e detalhes pessoais podem ser manipuladas por terceiros e utilizadas para expor o indivíduo ao escrutínio público.

**Cancelamento e ataques virtuais:** algoritmos e viralização de falas, posts, vídeos fora de contexto com a finalidade de difamar a reputação de alguém.

**Fake news e deepfakes:** criação de notícias ou de imagens, vídeos e áudios falsos, facilitado pela Inteligência Artificial, com o objetivo de prejudicar a percepção pública sobre indivíduos e grupos.



Pause e responda

## Riscos da vida digital

Sobre os riscos da vida digital, assinale a alternativa **correta**:

A presença constante nas redes gera dados que podem ser usados maliciosamente.

Estar visível nas redes sociais não traz impactos, desde que se tenha muitos seguidores.

Os riscos de superexposição nas redes só afetam quem não tem boas relações.

Superexposição significa postar fotos com frequência, mas sem envolver riscos reais.



Pause e responda

## Correção

### Riscos da vida digital

Sobre os riscos da vida digital, assinale a alternativa **correta**:



A presença constante nas redes gera dados que podem ser usados maliciosamente.



Os riscos de superexposição nas redes só afetam quem não tem boas relações.



Estar visível nas redes sociais não traz impactos, desde que se tenha muitos seguidores.



Superexposição significa postar fotos com frequência, mas sem envolver riscos reais.

### Sociologia e riscos digitais

Para Ulrich Beck (2017), esses riscos decorrem de um processo, subjacente às transformações tecnológicas, que ele denomina como “metamorfose digital”.

Esse processo refere-se às profundas transformações nas estruturas sociais, identitárias e políticas provocadas pela digitalização da vida, alterando a forma como indivíduos se relacionam, percebem o mundo e **constroem identidades**.

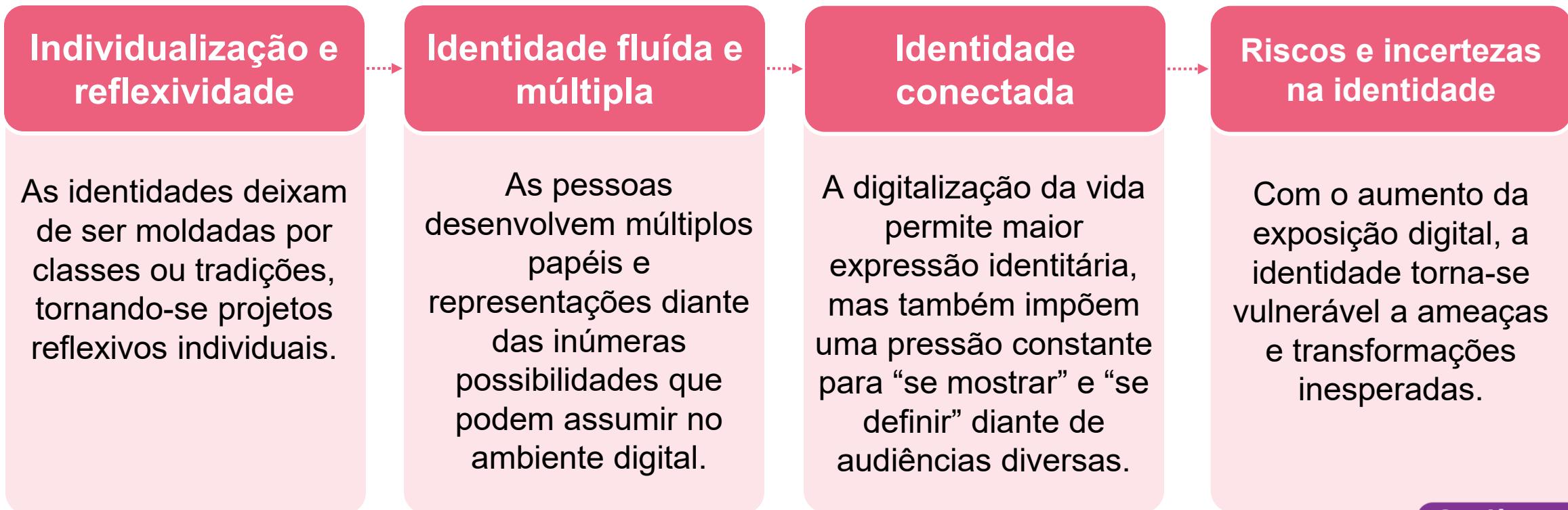


A metamorfose digital é essencialmente diferente da revolução digital. A revolução digital descreve uma mudança social em grande parte tecnologicamente determinada que captura o nível cada vez maior de interconectividade e de intercâmbio global. [...] A metamorfose digital, pelo contrário, tem que ver com os efeitos secundários não intencionais e normalmente não visíveis que criam sujeitos metamorfoseados – ou seja, humanos digitais.”

(BECK, 2017)

# Sociologia e riscos digitais

Dentre os “efeitos secundários não intencionais e normalmente não visíveis” (BECK, 2017) do desenvolvimento das tecnologias digitais e da digitalização da vida cotidiana, estão os **riscos identitários**:



## Sociologia e riscos digitais



Para Zygmunt Bauman (2016), os riscos da vida digital envolvem a superficialidade, a fragilidade e a volatilidade das relações e construções identitárias nos ambientes digitais.

Segundo Bauman, a pressão criada pelas redes sociais para que os indivíduos empenhem-se continuamente na **autoapresentação** e **superexposição** de sua identidade, constantemente moldada, exibida e modificada, de forma rápida e superficial, os tornam vulneráveis ao julgamento, à vigilância, a ataques e à manipulação.

“

A questão da identidade foi transformada de algo preestabelecido em uma tarefa: você tem que criar a sua própria comunidade. Mas não se cria uma comunidade, você tem uma ou não; o que as redes sociais podem gerar é um substituto. A diferença entre a comunidade e a rede é que você pertence à comunidade, mas a rede pertence a você. É possível adicionar e deletar amigos, e controlar as pessoas com quem você se relaciona. Isso faz com que os indivíduos se sintam um pouco melhor, porque a solidão é a grande ameaça nesses tempos individualistas. Mas, nas redes, é tão fácil adicionar e deletar amigos que as habilidades sociais não são necessárias. Elas são desenvolvidas na rua, ou no trabalho, ao encontrar gente com quem se precisa ter uma interação razoável. Aí você tem que enfrentar as dificuldades, se envolver em um diálogo. (...) As redes sociais não ensinam a dialogar porque é muito fácil evitar a controvérsia... Muita gente as usa não para unir, não para ampliar seus horizontes, mas ao contrário, para se fechar no que eu chamo de zonas de conforto, onde o único som que escutam é o eco de suas próprias vozes, onde o único que veem são os reflexos de suas próprias caras. As redes são muito úteis, oferecem serviços muito prazerosos, mas são uma armadilha.”

Zygmunt Bauman  
(QUEROL, 2016)

# Sociologia e riscos digitais

Para Bauman, portanto, as redes sociais possuem uma ambiguidade:

Por um lado, são úteis e prazerosas:	Por outro lado, representam uma armadilha social e psicológica:
<ul style="list-style-type: none"><li>• geram um substituto de comunidade;</li><li>• expandem as possibilidades de relacionamentos;</li><li>• criam sensação de controle maior sobre com quem se relaciona;</li><li>• amenizam a solidão, que é uma ameaça constante em tempos individualistas.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• diminuem as interações cotidianas reais e profundas;</li><li>• reduzem a necessidade de habilidades sociais desenvolvidas nessas interações como empatia, escuta, criticidade, resiliência etc;</li><li>• não incentivam o diálogo verdadeiro e o respeito ao contraditório, ao diferente, sendo fácil evitar controvérsias.</li></ul>

## Riscos de desinformação e manipulação algorítmica

“

*Muita gente as usa [as redes sociais] não para unir, não para ampliar seus horizontes, mas ao contrário, para se fechar no que eu chamo de **zonas de conforto**, onde o único som que escutam é o **eco de suas próprias vozes**, onde o único que veem são os **reflexos de suas próprias caras**. As redes são muito úteis, oferecem serviços muito prazerosos, mas são uma armadilha.”*

Zygmunt Bauman  
(QUEROL, 2016)

A internet e as redes sociais criam uma sensação de liberdade, na qual podemos:

- nos relacionar com quem quisermos;
- “deletar” quem não desejamos;
- criar comunidades em que todos compartilham as mesmas ideias, valores e pensamentos;
- expressar tudo que pensamos sobre os outros.

Debata com seus colegas: **como essa “liberdade” pode ser um fator que potencializa aquelas violências sofridas pela garota do vídeo no início da aula? Como evitar esse viés negativo das redes sociais?**



COM SUAS PALAVRAS

## Riscos da vida digital

De acordo com o que vimos na aula, responda:

- Você acha que as pessoas se comportam de forma diferente na internet do que na vida real? Isso é um problema?

## Referências

AFONSO, A. J. Novos caminhos para a sociologia: tecnologias em educação e accountability digital. **Educação e Sociedade**, Campinas, v. 42, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/ES.250099>. Acesso em: 7 jul. 2025.

BECK, U. **A metamorfose do mundo:** Como as alterações climáticas estão a transformar a sociedade. Lisboa: Edições 70, 2017.

CENTRO DE ESTUDOS, RESPOSTA E TRATAMENTO DE INCIDENTES DE SEGURANÇA NO BRASIL (CERT.BR); NÚCLEO DE INFORMAÇÃO E COORDENAÇÃO DO PONTO BR (NIC.BR); COMITÊ GESTOR DA INTERNET NO BRASIL (CGI.BR). **Internet segura:** Divirta-se e aprenda a usar a internet de forma segura!, out. 2022. Disponível em: <https://internetsegura.br/pdf/guia-internet-segura.pdf>. Acesso em: 7 jul. 2025.

QUEROL, R. de. Zygmunt Bauman: “As redes sociais são uma armadilha”. **El país**, 9 jan. 2016. Disponível em: [https://brasil.elpais.com/brasil/2015/12/30/cultura/1451504427\\_675885.html](https://brasil.elpais.com/brasil/2015/12/30/cultura/1451504427_675885.html). Acesso em: 7 jul. 2025.

SÃO PAULO (Estado). Secretaria da Educação. **Curriculum Paulista:** etapa Ensino Médio, 2020. Disponível em: [https://efape.educacao.sp.gov.br/curriculopaulista/wp-content/uploads/2023/02/CURR%C3%8DCULO-PAULISTA-etapa-Ensino-M%C3%A9dio\\_ISBN.pdf](https://efape.educacao.sp.gov.br/curriculopaulista/wp-content/uploads/2023/02/CURR%C3%8DCULO-PAULISTA-etapa-Ensino-M%C3%A9dio_ISBN.pdf). Acesso em: 7 jul. 2025.

Identidade visual: imagens © Getty Images.

# Para professores



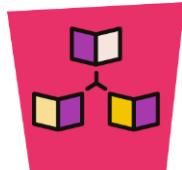
**Habilidade:** (EM13CHS403) Caracterizar e analisar os impactos das transformações tecnológicas nas relações sociais e de trabalho próprias da contemporaneidade, promovendo ações voltadas à superação das desigualdades sociais, da opressão e da violação dos Direitos Humanos. (SÃO PAULO, 2020)



**Habilidade:** (EM13CHS403) Caracterizar e analisar os impactos das transformações tecnológicas nas relações sociais e de trabalho próprias da contemporaneidade, promovendo ações voltadas à superação das desigualdades sociais, da opressão e da violação dos Direitos Humanos. (SÃO PAULO, 2020)



**Tempo:** 10 minutos.



**Dinâmica de condução:** O objetivo da atividade é estimular os estudantes a debaterem como evitar práticas nocivas no ambiente virtual, tanto no sentido da exposição a elas, quanto no sentido de realizá-las. Desse modo, sugere-se que debatam em pequenos grupos, inicialmente, e, em seguida, compartilhem suas reflexões iniciais com todos.



**Expectativas de respostas:** Espera-se que os grupos identifiquem e debatam casos como cyberbullying, exclusão digital, desafios perigosos e discursos de ódio, reconhecendo os impactos dessas práticas. A atividade busca estimular o pensamento crítico, o trabalho colaborativo e a conscientização sobre o papel de cada um na construção de um ambiente digital mais seguro e respeitoso.

Secretaria da  
Educação  SÃO PAULO  
GOVERNO DO ESTADO