

Texto 1

ATÉ QUE PONTO VAI O EXCESSO DE EXPOSIÇÃO NA WEB?

Saiba como os exageros nas redes sociais podem afetar sua vida.

Com o passar dos anos, a tecnologia se fixou em nossas vidas. Conforme o tempo foi se construindo, o homem começou a se adaptar aos dispositivos tecnológicos. Atualmente, encontrar algum membro da geração Z fora do círculo de conexão é uma tarefa bem complicada. Isso porque os integrantes desse conjunto, que nasceram nos anos 2000 até os dias de hoje (2016), cresceram possuindo produtos digitais, smartphones, PCs, tablets e smartwatches como brinquedos. Por meio das inúmeras plataformas especializadas em refletir os aspectos da vida humana, como Facebook, YouTube, Instagram e Snap, os internautas iniciaram um logo processo de produção, onde a todo momento expressam informações relevantes, que são exibidas nas redes para que outros utilizadores tenham conhecimento da sua existência no mundo virtual, potencializando o “poder do eu”.

O desejo de ser seguido e reconhecido por outras pessoas não é necessariamente uma prática atual. Esse grito por aclamação vem desde o surgimento da imprensa, na Alemanha, e com os desenvolvimentos de outras telecomunicações como a televisão e o rádio. Com a inclusão dos dispositivos móveis, passamos a ficar cada vez mais atarefados, mas não com o mundo real e sim com o virtual. Ou seja, substituímos o poder de comunicação do mundo real para nos relacionarmos virtualmente.

No ano de 2015, o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) constatou que a internet está presente em mais de 50% das casas do país. O número vem crescendo desde 2014. A única mudança no cenário foi a substituição do computador (PC), que saiu de primeiro lugar para dar lugar ao smartphone, atualmente na liderança. Por meio do fácil acesso aos dispositivos móveis e à web, os internautas brasileiros são os mais participativos na plataforma. Uma pesquisa feita pela Nielsen apontou que os usuários do Brasil são os que mais usam mídias sociais no mundo, deixando para trás países populosos como China, Índia e Estados Unidos.

Por meio desses símbolos digitais e dos dispositivos mobile, os brasileiros estão se classificando como a terceira população mais conectada do mundo. Um estudo realizado pela Global WebIndex, empresa especialista em analisar dados do mundo digital, mostra que a cada ano, os internautas nacionais se conectam cada vez mais aos smartphones. Apenas de 2012 a 2015, o número de usuário conectados aqui no Brasil triplicou. Atualmente, os brasileiros ficam em média 3 horas e 40 minutos por dia no celular, ficando atrás apenas de Arábia Saudita (3 horas e 48 minutos) e Tailândia (4 horas).

Transtornos ocasionados pelo excesso das redes sociais

A inclusão da tecnologia nos dias atuais beneficiou diversos fatores na vida humana, como mobilidade, comunicação, saúde, educação e entre outros casos. Somente neste ano (2016), o Brasil bateu um recorde e constatou que 168 milhões de smartphones são usados em território nacional. Um estudo desenvolvido na 27ª Pesquisa Anual de Administração e Uso de Tecnologia da Informação nas Empresas, realizada pela Fundação Getúlio Vargas de São Paulo (FVG – SP), constatou que em apenas dois anos esses números podem chegar a 236 milhões de aparelhos.

A psicóloga Elane Damasceno especialista em terapia cognitiva comportamental, comenta que qualquer forma de excesso é prejudicial ao ser humano. Segundo a profissional, as pessoas viciadas em internet entram na rede para viver o mundo virtual, ou seja, ilusório. A transição desses mundos pode fazer com que o internauta se imagine livre para ser o que sempre sonhou. Para conseguirem ser notados nas redes sociais, os usuários precisam se mostrar. A apresentação do cotidiano faz com que uma pessoa coloque todos os seus sentimentos no mundo online, causando conseqüentemente o vazio existencial.

Usuários que passam pelos menos uma hora diariamente nas redes sociais podem sentir um misto de emoções, como inveja, tristeza, solidão, raiva e insatisfação com a vida. Essa concentração pode ocasionar transtornos mais sérios e destrutivos, como depressão, ansiedade e crises de pânico. Além do mais, esses internautas podem propagar outras doenças raras, tal como Nomophobia (medo por não ter acesso a um dispositivo móvel), Síndrome do toque fantasma (sensação de achar que seu smartphone está tocando ou vibrando a todo momento), Náusea digital (desorientação quando internautas passam muito tempo conectados) e a Cibercondria (tendência a acreditar que você possui as doenças que conheceu na web).



Texto 2

**Proposta de redação**

O resumo é a redução do texto original, que tenta captar suas ideias essenciais. Fazer um resumo não é fazer uma colagem, mas apresentar, com suas palavras, os pontos relevantes do texto, sem a presença de comentários ou julgamentos. Redija um RESUMO informativo, em até 20 linhas, apresentando as informações principais do texto Até que ponto vai o excesso de exposição na web? Lembre-se das características do gênero.