

Dependência digital e regulação: em busca de uma internet mais saudável

Denilson Ribeiro de Sena Nunes

Advogado do BNDES

Especialista em Direito da Empresa e da Economia,

com MBA na área pela EPGE/FGV

Mestrando em Direito da Regulação na

Escola de Direito da Fundação Getúlio Vargas no

Rio de Janeiro – FGV DIREITO RIO

RESUMO

A proposta deste artigo é contribuir para o debate sobre como a sociedade pode manejar os recursos disponíveis na internet de maneira saudável em que sejam considerados os indesejáveis efeitos colaterais para a saúde da população. Para dar conta desse objetivo, o autor retrata brevemente o surgimento da internet, sua evolução e seus efeitos positivos e negativos, entre os quais se situa a patologia intitulada “dependência digital”. Em seguida, realiza uma análise regulatória, para o que adota a metodologia proposta pela literatura especializada consubstanciada na *análise de custos e benefícios* que orienta para a adoção de alternativas regulatórias mais vantajosas, com destaque para a regulação prudencial. Conclui pela possibilidade da utilização da internet de maneira mais saudável desde que cautelas sejam adotadas, para o que a regulação poderá colaborar na busca de soluções adequadas.

Palavras-chave: Regulação. Internet. Dependência digital. Alternativas regulatórias.

ABSTRACT

The purpose of this article is to contribute to the debate about how society can manage the resources available on the Internet in a healthy way in which the undesirable side effects to the health of the population are considered. In order to realize this objective, the author briefly portrays the emergence of the internet, its evolution and its positive and negative effects, among which is located the pathology called digital dependence. It then carries out a regulatory analysis for which it adopts the methodology proposed by the specialized literature based on the analysis of costs and benefits that guides the adoption of more advantageous regulatory alternatives, with emphasis on prudential regulation. It concludes that it is possible

to use the Internet in a healthier way, provided that precautions are taken, for which regulation may help to find suitable solutions.

Keywords: Regulation. Internet. Digital dependence. Regulatory alternatives.

Introdução

Em entrevista concedida em 2010 ao *The New York Times*, o fundador da Apple, Steve Jobs, declarou restringir o uso da tecnologia em sua casa, principalmente o uso dos equipamentos eletrônicos por seus filhos menores de idade. Conforme apurado pelo periódico, essa forma de lidar com os recursos da modernidade tornou-se um hábito comum entre executivos de tecnologia que pareciam saber algo que o restante da população mundial demonstrava desconhecer.

Enquanto a maioria dos pais preocupa-se em incluir cada vez mais precocemente seus filhos no mundo digital, permitindo que acessem diversos conteúdos por meio de *smartphones*, *tablets* e computadores, dia e noite, há um estilo de criação aparentemente ultrapassado que revela um diagnóstico: a internet pode acarretar graves prejuízos à saúde de seus usuários, sobretudo das crianças e adolescentes.

Em razão desse quadro, identificaremos, neste artigo, as características e os principais problemas causados à saúde advindos do uso da internet, com destaque para uma patologia já devidamente diagnosticada pela literatura médica denominada "dependência digital". Relataremos como tal doença pode causar sofrimento e prejuízo ao bem-estar dos navegantes da rede e como tem sido tratada em alguns centros de excelência médica no mundo.

Logo após, faremos uma abordagem do tema sob o enfoque da regulação, para o que adotaremos a moderna metodologia proposta pela literatura consubstanciada na *análise de custos e benefícios* (RAGAZZO, 2011), com a qual procuraremos ponderar os efeitos negativos e positivos decorrentes da utilização da internet e que poderá inspirar a elaboração de soluções regulatórias para os problemas apontados, em que a regulação prudencial mostra-se como um caminho a ser perseguido.

Portanto, com este trabalho, pretendemos colaborar para o debate, com uma abordagem regulatória, sobre como a sociedade pode lidar com os recursos tecnológicos disponíveis de maneira saudável em que sejam considerados os indesejáveis efeitos colaterais para a saúde da população.

1 Falando um pouco sobre a internet

Embora oficialmente a internet date do final da década de 1960, quando foi criada com o objetivo de interligar dados a outros computadores, apenas em 1990 ela começou a ter os contornos que apresenta hoje, através da *world wide web* (rede de alcance mundial), e a partir daí até os dias atuais foi ganhando uma crescente popularidade, passando a fazer parte da rotina das pessoas ao redor do mundo.

A partir dessa popularização, a sociedade mundial passou a usar a internet para obter mais vantagens e facilidades, sendo a maneira cada vez mais simples e eficaz de se obter conteúdos informativos, estabelecer relacionamentos e realizar uma gama variada de negócios. A internet revolucionou o comércio mundial, todos os ramos da ciência e o relacionamento entre pessoas e instituições.

Uma das características que permitiu o sucesso da rede foi a sua *neutralidade*, isto é, ao ofertarem os serviços de conexão à internet, operadoras de telecom devem conferir tratamento isonômico aos pacotes de dados, independente do conteúdo, aplicação, serviço, dispositivo, origem e destino, de modo a manter a internet como uma plataforma livre e aberta. Tal característica tornou a rede uma plataforma receptiva e vocacionada à inovação e à liberdade de expressão, servindo como ambiente descentralizado para interações sociais, culturais e políticas.

Diante de tantas mudanças, seria inevitável que houvesse uma corrida para que todos se habilitassem a usar as ferramentas necessárias ao ambiente *on-line*, sem as quais os cidadãos, empresas e países ficariam à margem desse processo de escala mundial. Por conseguinte, os incentivos para a inserção no mundo *web* passaram a ser diversos, com a convergência de estratégias empresariais e políticas de governo cujos objetivos são a inclusão digital de cidadãos que possam usufruir e sobretudo produzir nesse ambiente.

Saliente-se que a inclusão digital logo se apresentou como forma de inclusão social na medida em que todas as atividades econômicas, governamentais e culturais estão transportando-se para a rede, excluindo dessas atividades aqueles que não estiverem conectados.

No entanto, sem desconsiderar os benefícios advindos dessa “revolução digital”, é necessário observar desde já os efeitos colaterais advindos do uso da internet e buscar caminhos para que sejam atenuadas as consequências prejudiciais advindas de

seu uso, sem que isso represente retrocesso nos avanços obtidos com o incremento da rede em nossa sociedade.

O desafio, portanto, é identificar esses caminhos para o uso mais saudável da internet e criar incentivos para que a sociedade adote um comportamento que concilie os benefícios tecnológicos sem que isso cause danos aos seus usuários.

2 A “dependência digital”

Segundo pesquisas, a internet pode acarretar ou agravar uma série de problemas de saúde preexistentes aos seus usuários (SETZER, 2014). Os problemas são variados, podendo ser de ordem física ou mental, e incluem obesidade, prejuízos à cognição, isolamento e outros problemas sociais, desaguando em quadros psiquiátricos, tais como a patologia que ficou conhecida como “dependência digital”.

E o que seria dependência digital? Estudos realizados descrevem-na como “a incapacidade do indivíduo em controlar o uso da internet e o crescente envolvimento com atividades virtuais, levando a um progressivo desconforto emocional e prejuízos funcionais de jovens e adultos” (ABREU et al., 2008).

Os sintomas dessa patologia aparecem aos poucos até serem constatados imbróglis sociais, profissionais e emocionais ao indivíduo e àqueles que o cercam. Inicialmente, o usuário começa a apresentar uma preocupação excessiva com algum tema ligado à internet. Em seguida, sente a necessidade de aumentar o tempo *on-line* para obter satisfação.

Ocorre que, ao tentar diminuir esse tempo *on-line*, o dependente pode manifestar sintomas de abstinência, como suores frios, irritabilidade e tonturas, podendo desaguar em processo depressivo. A partir desse momento, o tempo conectado passa a ser maior que o programado, e as relações familiares, escolares e profissionais são prejudicadas.

Em diversos países são oferecidos tratamentos para a dependência digital, que vão desde terapias em grupo até internação.

Nos Estados Unidos, o Centro Médico Regional de Bradford da Pensilvânia merece destaque. Nele, o modelo de tratamento assemelha-se ao de programas de reabilitação de drogas, com a associação de terapia cognitivo-comportamental, sessões em grupo, individuais e intervenção medicamentosa consensual, se necessária.

No Japão, o assunto é tratado como questão de saúde pública. O governo estabeleceu programas específicos para o tratamento de dependentes digitais com o oferecimento de

psicoterapia e muito estímulo à prática de atividades de convívio social, como o esporte, e com medidas restritivas ao uso de mídias digitais.

Na Alemanha, há um conhecido programa de prevenção de dependência de mídia para adolescentes na cidade de Bonn que consiste no aconselhamento e reuniões em grupo para que as experiências possam ser compartilhadas entre os jovens usuários de internet e nas quais também são desenvolvidas habilidades sociais para que passem algum tempo longe dos computadores.

No Brasil, o Instituto de Psiquiatria do Hospital das Clínicas de São Paulo oferece aos pacientes tratamento no âmbito do Programa de Dependência de Internet, em que a intervenção é feita com terapia de grupo e, em alguns casos, com sessões individuais, com a presença de familiares.

Há muitos pontos em comum no que diz respeito aos diagnósticos e tratamentos oferecidos nos países mencionados, mas dois merecem relevo: (i) em todos os casos, os pacientes começam o tratamento repleto de sintomas, mas com baixíssimo nível de conhecimento sobre o que lhes deu causa, ou seja, demonstram não deter informações sobre o potencial maléfico existente no uso da tecnologia; (ii) a propensão ao comportamento compulsivo (típica do dependente) não pode ser identificada *a priori*, salvo no que diz respeito às crianças e aos adolescentes, mais vulneráveis em razão do pouco discernimento sobre a percepção de danos que podem estar sendo gerados a si próprios no uso de algum recurso tecnológico.

Naturalmente, há uma variação do grau de evolução da doença de acordo com as características individuais e sociais dos usuários de internet, tais como propensão a comportamentos compulsivos, fatores genéticos e etários, bem como aspectos culturais e sociais, como a maior (ou menor) disponibilidade de atividades de lazer fora da rede. Não obstante, extrai-se das experiências relatadas que um maior nível de informação sobre os problemas decorrentes do uso de tecnologia poderá levar a um uso mais adequado desses recursos.

3 Análise de custo-benefício

Neste trabalho, adotaremos a metodologia regulatória proposta pela literatura consubstanciada na *análise de custos e benefícios* (RAGAZZO, 2011) que orienta para a adoção de alternativas regulatórias mais vantajosas. Essa metodologia mostra-se necessária para que possamos confrontar os aspectos positivos e negativos que envolvem a internet para, assim, ponderar-

mos que medidas seriam mais adequadas para mitigar os efeitos indesejados de seu uso (externalidades), sem, contudo, abrimos mão de todas as vantagens proporcionadas pela rede para a sociedade.

A primeira etapa consiste na identificação do problema e de suas causas. Diante deste universo, é necessário ter em mente o que se pretende solucionar com a regulação, ou seja, quais são os seus objetivos em cada medida proposta, fazendo-se uma análise de sua eficiência e proporcionalidade, considerados os benefícios dela decorrentes.

Entre esses custos merecem relevo os relacionados às *doenças adquiridas* pelos usuários, devendo ser incluídas as despesas decorrentes do tratamento de saúde, tais como as médico-hospitalares, os tratamentos psicológicos e medicamentosos, bem como os prejuízos causados aos usuários de natureza educacional e laboral (*aspectos produtivos*).

Conforme já mencionado, a literatura científica cataloga inúmeras patologias associadas à internet e os problemas delas decorrentes, tais como o excesso de peso e obesidade, problemas de atenção e hiperatividade, depressão e medo, dessensibilização dos sentimentos, confusão de fantasia com a realidade, aceleração patológica do desenvolvimento, problema do vício e outros. Também devemos considerar os problemas de cunho comportamental e social, tais como o *bullying* (intimidação a colegas), agressividade e comportamento antissocial, a indução ao consumismo, o isolamento e outros problemas sociais.

Toda essa miríade de distúrbios poderá desaguar em problemas ainda maiores como a prática de suicídio, que tem crescido a uma taxa assustadora. Segundo especialistas, o problema é normalmente associado a fatores como depressão, abuso de drogas e álcool e *bullying*. Na população brasileira, a taxa de suicídios na faixa etária de 15 a 29 anos, que era de 3,4 por 100 mil habitantes em 1980, chegou a 4,1 em 1990 e a 4,5 em 2000. Assim, entre 1980 a 2014, houve um crescimento de 27,2%.¹

Sobre o tema suicídio, ganhou notoriedade recente na internet o jogo denominado "Baleia Azul", que impõe aos seus participantes desafios que comprometem sua saúde física e mental, podendo levá-los à morte. Esse fenômeno ganhou repercussão em todo o mundo em razão de seu caráter perverso, insano e criminoso, e serviu para alertar-nos de que existe um mundo

¹ Disponível em: <<http://www.bbc.com/portuguese/brasil-39672513>>. Acesso em: 5 jun. 2017.

por detrás das telas de computador que pode ser muito mais perigoso do que parece, a chamada “internet obscura”, onde são praticados atos de crueldade, venda de drogas, armas, órgãos, crianças, entre outras atividades criminosas e hediondas.

Em relação aos aspectos *produtivos*, cabe mencionar que a literatura especializada identifica que o uso excessivo ou inadequado da internet gera prejuízos à leitura, à cognição e à criatividade, com a conseqüente diminuição do rendimento escolar e laboral. Se na fase adulta os prejuízos estão relacionados à perda de produtividade, para as crianças e adolescentes os custos são ainda maiores, uma vez que os danos causados ao desenvolvimento educacional irão refletir-se por toda a sua vida profissional.

Talvez aqui seja necessário ter uma especial atenção quanto ao uso da internet por jovem na fase escolar, principalmente se pensarmos em países como o Brasil, que possui enormes desafios educacionais. Apenas para citar alguns dados que demonstram a situação crítica pela qual ainda passa o país, segundo dados do Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (INEP), em 2015, a educação brasileira apresentou uma taxa geral de reprovação no ensino médio de 13,1% no total da rede pública e de 5,5% na rede particular, percentuais muito altos quando comparados com o padrão dos países de alto desempenho educacional.² Segundo dados do Programa das Nações Unidas para o Desenvolvimento (PNUD), em 2013, o Brasil apresentava a terceira maior taxa de abandono escolar (24,3%), entre os 100 países com maior Índice de Desenvolvimento Humano (IDH), só atrás da Bósnia Herzegovina (26,8%) e das ilhas de São Cristóvão e Névis, no Caribe (26,5%).³

Aliás, foi com o objetivo de atenuar os efeitos deletérios do uso da internet para os jovens que o Marco Civil da Internet previu no artigo art. 29 que

cabe ao poder público, em conjunto com os provedores de conexão e de aplicações de internet e a sociedade civil, promover a educação e fornecer informações sobre o uso dos programas de computador, bem como para a definição de boas práticas para a inclusão digital de crianças e adolescentes.

² Disponível em: <<http://www.todospelaeducacao.org.br/educacao-na-midia/indice/34704/opiniao-sucesso-relativo/>>. Acesso em: 5 jun. 2017.

³ Disponível em: <<http://www.todospelaeducacao.org.br/educacao-na-midia/indice/26226/brasil-tem-3-maior-taxa-de-evasao-escolar-entre-100-paises-diz-pnud/>>. Acesso em: 2 jun. 2017.

Não obstante a previsão legal, pouco se fez nesse sentido, havendo um preocupante desconhecimento por parte das escolas e das famílias sobre os riscos a que todos estão sujeitos.

No que diz respeito aos aspectos positivos, o primeiro ponto que deve ser ressaltado é o caráter econômico. Como já devidamente registrado, a internet é o fenômeno que mais revolucionou a economia mundial em todos os tempos em recursos e em volume de negócios. Segundo pesquisa da Google divulgada em outubro de 2016, o comércio eletrônico deve dobrar sua participação no faturamento do varejo até 2021 no Brasil, crescendo em média 12,4% ao ano, o que significa que as vendas dobrariam em cinco anos, chegando a R\$ 85 bilhões. A participação deverá sair de 5,4% em 2016 para 9,5% em 2021.⁴

Outro aspecto positivo que se deve considerar é a *utilidade* que os usuários atribuem à *web*, na medida em que todas as atividades econômicas, governamentais e culturais estão transportando-se para a rede. Essa característica é de suma importância, em razão da mudança cultural por que passa a sociedade, conforme já registramos neste trabalho, sendo ferramenta essencial para a inclusão social. Os equipamentos eletrônicos passaram a ser utilizados, inclusive, em muitos casos, como o principal instrumento de entretenimento para jovens e adultos, substituindo a interação pessoal pela virtual. Estudos demonstraram que, entre 2012 e 2015, o brasileiro triplicou o número de horas que passa conectado na internet via *smartphones*, ocupando o terceiro lugar entre os países com mais usuários *on-line* por meio de dispositivos móveis, atrás apenas da Tailândia e Arábia Saudita.⁵

Portanto, o que se quer evidenciar com essas informações é que os inegáveis benefícios econômicos e a utilidade atribuída à internet não devem servir para ocultar a existência de externalidades causadas pelo mundo digital, problemas que, se enfrentados desde já, com a adoção de medidas adequadas, poderão tornar a *web* ainda mais benéfica e vantajosa para as futuras gerações.

4 Aspectos de conteúdo, contextuais e características dos usuários

Para a elaboração de uma proposta regulatória concernente ao uso saudável da internet, ainda devemos considerar o

⁴ Disponível em: <<http://g1.globo.com/economia/noticia/2016/10/vendas-pela-internet-devem-dobrar-ate-2021-diz-pesquisa-do-google.html>>. Acesso em: 13 jun. 2017.

⁵ Disponível em: <<http://www1.folha.uol.com.br/tec/2015/09/1679423-brasil-e-terceiro-pais-do-mundo-que-fica-mais-tempo-on-line-no-celular.shtml>>. Acesso em: 13 jun. 2017.

que chamaremos aqui de “aspectos de conteúdo”, “aspectos contextuais”⁶, bem como as características pessoais dos seus usuários.

Quando falamos dos aspectos de conteúdo no ambiente *on-line*, referimo-nos à diversidade de conteúdos acessados que poderiam apontar para tratamentos regulatórios distintos em razão dos seus efeitos aos usuários. Assim, por exemplo, conteúdos culturais poderiam ser menos danosos, mesmo que acessados por um longo período, do que jogos ou filmes violentos, impróprios para crianças e adolescentes. Ocorre que, em razão da impossibilidade de se estabelecer um filtro *a priori* do que se veicula na rede, dada a sua neutralidade, a variável “conteúdo” parece não justificar o estabelecimento de medidas regulatórias específicas, sendo-nos mais adequado ter em mente que, uma vez permitido o acesso, todo e qualquer conteúdo estará disponível.

No que diz respeito aos aspectos contextuais, devem ser consideradas as “condições e o ambiente” em que o conteúdo *on-line* é acessado. Mais uma vez, as particularidades da internet trazem dificuldades para uma regulação efetiva, dado o crescente acesso à *web* por *smartphones* em todo o mundo, embora os acessos por *tablets* e por *desktops* ainda sejam muito relevantes nas residências e empresas. Não obstante, merece especial atenção o crescimento das *lan houses*⁷ em todo o país. Em razão da privacidade oferecida aos seus usuários e dos baixos preços cobrados, esse é um lugar que deve ser especialmente considerado, particularmente no que diz respeito aos serviços associados que poderão gerar atratividade extra (refeições, bebidas alcoólicas e venda de jogos e produtos eletrônicos). Nesses estabelecimentos, muitos dos quais funcionam sem autorização, não são estabelecidos limites de horários e não há controle quanto à presença de menores de idade.

Por fim, devemos buscar as características dos usuários para identificar a necessidade (ou não) de soluções regulatórias apropriadas para cada grupo. Neste caso, a primeira distinção deve ser feita em razão da capacidade de discernimento quanto aos

⁶ A expressão “aspectos contextuais” é utilizada por Ragazzo e Abreu Ribeiro (2012), referência argumentativa e metodológica para o nosso trabalho.

⁷ De acordo com o SindlanSP - Sindicato das Lan Houses do Estado de São Paulo, existem hoje, no Brasil, mais de 90.000 *lan houses* e *cyber cafés*, sendo que, ainda por falta de legislação adequada, a maioria funciona sem legalização. Tais estabelecimentos são responsáveis pelo acesso de 65% da população à internet e aos seus serviços úteis, como serviços públicos, bancários e redes sociais.

efeitos maléficos do uso da internet. Cremos haver, aqui, apenas dois grupos de usuário: um mais geral, composto por todas as pessoas que teriam a possibilidade de acesso à rede, e outro especial, composto tão somente por crianças e adolescentes.

Com relação ao primeiro grupo (geral), o objetivo regulatório seria alertá-los quanto aos riscos aos quais estão sujeitos (os custos antes identificados), para o que uma política de conscientização nos moldes dos programas de conscientização dos males causados pelo tabaco ou advindos da ingestão de bebidas alcoólicas ao volante seria um ótimo ponto de partida.

No que diz respeito às crianças e aos adolescentes, além dos esforços mencionados acima, mostra-se necessária a implementação de programas de prevenção que envolvam a escola e as famílias. Essas ações deverão estar calcadas na formação dos profissionais da área de educação e de saúde, que poderão construir coletivamente conhecimentos e estabelecer estratégias para uma ação integrada que envolva toda a sociedade. Para esse fim, a escola poderá ganhar centralidade por ser um *locus* privilegiado de acolhimento cotidiano e continuado de adolescentes e jovens, para o que deve estar apoiada por todas as instâncias sociais, instituições governamentais e não governamentais, envolvidas na efetivação das estratégias de prevenção.

Para a concretização do programa de prevenção, torna-se essencial a promoção do diálogo com os jovens e suas famílias para integrá-los ao programa, com o fornecimento de informações e troca de experiências que permitam a construção coletiva de caminhos produtivos e saudáveis para o uso dos recursos tecnológicos.

Dado o caráter de vulnerabilidade dos jovens, conforme já abordado, também seria importante a proibição do ingresso de menores de 18 anos desacompanhados de seus pais em *lan houses*, *cyber cafés* ou em qualquer outro estabelecimento que possibilite o acesso à internet, nos quais deveria haver a sinalização dessa proibição e dos perigos aos quais todos os seus usuários estão sujeitos.

Outrossim, vislumbramos a possibilidade de estabelecimento de regras que obriguem as empresas que comercializam todo o aparato que envolve a internet (*software* e *hardware*) a informar aos consumidores os riscos advindos do uso inadequado da internet já apontados pela ciência e abordados neste artigo. Não se trata de impor restrições desproporcionais ou desestímulo ao uso da rede, uma vez que estaríamos caminhando no sentido contrário do desejável desenvolvimento econômico e social, re-

duzindo, portanto, os benefícios gerados, mas apenas alertar de maneira clara que esses mesmos equipamentos, produtos e serviços que podem gerar vantagens para toda a sociedade também poderão causar danos aos seus usuários, em especial aos jovens.

Por fim, ainda no que tange às características dos usuários, devemos guardar um lugar especial aos que se tornaram dependentes digitais. Mesmo sendo adotadas todas as medidas de conscientização e prevenção, sempre haverá uma parcela significativa da sociedade que contrairá a doença, a exemplo do que ocorre com os usuários de drogas, lícitas ou ilícitas. Nesses casos, é necessário que haja ações de saúde pública para atender tais pacientes com os recursos médicos, hospitalares, psicológicos e farmacêuticos adequados. Aliás, as experiências médicas mencionadas neste artigo, bem como a respectiva literatura, costumam fazer um paralelo entre o tratamento dos dependentes digitais e os destinados aos dependentes de álcool e outras drogas, o que nos leva a crer que iniciativas não governamentais também deverão ser incentivadas (como a dos alcoólicos e narcóticos anônimos).

5 Regulação prudencial

Conforme já tratado neste trabalho, a informação poderá cumprir papel central no cumprimento dos objetivos pretendidos para uma regulação da internet que lhe proporcione um uso saudável, porque tem o condão de reduzir a assimetria da informação entre os usuários e os fornecedores dos bens e serviços. Com mais informação, os usuários (e seus responsáveis, no caso de menores) poderão decidir pelo uso que gostariam de fazer da internet baseados não somente nos benefícios largamente propagados mas também nos custos que parecem desconhecer atualmente.

Foi nesse sentido que apontamos a importância de serem criados programas de conscientização e de prevenção que envolvam toda a sociedade, mormente as famílias e escolas, bem como o estabelecimento de regras que obriguem empresas que comercializam produtos e serviços relacionados à internet a informar os riscos oriundos do uso da rede (sinalização em estabelecimentos, etiquetagem contendo advertências nas embalagens dos produtos, entre outras técnicas que poderiam ser adotadas).

Mas, infelizmente, nem sempre a informação é suficiente para evitar que os danos sejam gerados, seja porque os usuários poderão ignorar as advertências que lhe são feitas (basta pen-

sarmos em quantas vezes os usuários aceitam *termos de uso de site*⁸, sem sequer ler as primeiras linhas), seja porque, mesmo conscientes dos riscos, os usuários podem optar por uma prática que não lhes seja a mais benéfica, a exemplo do que ocorre com os fumantes. Por essa razão, a regulação poderá ser mais imperativa, como a que restringiria o acesso de menores de idade a *lan houses* e a criação de programas que prevejam tratamentos para dependentes digitais.

Contudo, a implementação de uma regulação prudencial enfrentará uma série de obstáculos oriundos exatamente dos inegáveis aspectos positivos advindos do uso da internet. Nos dias atuais, os incentivos para a inclusão econômica e social via *web* são requisitos necessários para a sobrevivência de pessoas, organizações e países no mundo em que vivemos, o que faz qualquer ideia restritiva ao uso da rede parecer antiquada e maléfica à coletividade.

A pergunta, portanto, não deve ser se queremos ou não inclusão digital, mas *que tipo de inclusão queremos*. Não haveria uma forma de se atingir a inclusão digital sem que esta causasse danos para crianças e jovens? De que forma os riscos à saúde dos usuários podem ser mitigados? A ciência já aponta algumas respostas para essas questões, todas no sentido de que precisamos fazer com que esses caminhos sejam trilhados com cautela, para que os jovens de hoje não se tornem vítimas do processo de desenvolvimento tecnológico.

Lembremos de costumes que foram sedimentados no seio da sociedade ao decorrer de séculos, muitos dos quais, embora diagnosticados como prejudiciais à saúde, ainda hoje se encontram entre nós, tais como o uso do tabaco e o uso excessivo de bebidas alcoólicas.

Foram necessárias inúmeras pesquisas científicas para comprovar os efeitos maléficos do cigarro e da ingestão de bebidas alcoólicas, que subsidiaram amplos debates na sociedade mundial durante décadas para, somente após, ser possível a implementação de medidas restritivas ao uso e à comercialização desses produtos, tais como a restrição a propagandas e a inclusão de advertência nas embalagens dos produtos.

Portanto, parece-nos de suma importância a intensificação do debate sobre *que uso da internet queremos*, no qual devem

⁸ Termos de Uso dos sites (também conhecidos como Termos de Responsabilidade ou Regras de Utilização) têm a finalidade de regulamentar a relação entre o site (prestador de serviços ou fornecedor de um bem - contratado) e o usuário (tomador de serviços ou comprador - contratante) de forma prática e célere.

ter voz a comunidade médica, as escolas, as famílias, os governos e as empresas de tecnologia. Uma regulação prudencial deverá estar fundamentada em dados científicos sobre os efeitos maléficos de determinada atividade, mas, sem o apoio de todos os setores da sociedade, a regulação mostrar-se-á insuficiente para as mudanças comportamentais esperadas com a adoção das cautelas aqui propostas.

Conclusão

A velocidade conferida às mudanças tecnológicas exige um tempo de adaptação cada vez menor para os cidadãos, o que poderá dar ensejo a dois tipos distintos de postura igualmente indesejáveis: (i) uma atitude imprudente na qual o usuário imerge desprevenidamente no mundo digital sem que sejam avaliadas as consequências de suas ações, fato que, como visto, poderá desencadear graves problemas de saúde, especialmente nas crianças e adolescentes; ou (ii) uma postura de resistência ao mundo virtual, com a fuga desse universo tecnológico, sem se saber exatamente do que se está protegendo, o que fará com que o indivíduo viva fora de sua época, sem acesso aos recursos disponíveis para atender às suas necessidades com plenitude, de forma mais eficiente e a um menor custo.

Deste modo, no âmbito das discussões que envolvem medidas prudenciais, é de suma importância que não se enverede para uma postura conservadora, baseada no medo e na negatividade, com resistência ao novo, em nome de uma sensação de conforto e aparente segurança. Ao contrário, os cidadãos devem preparar-se para o uso dos recursos tecnológicos, pois estes permitirão o acesso a vantagens e facilidades oferecidas na *web*, tais como informações, relacionamentos, oportunidades de capacitação, de formação profissional e realização de negócios, bem como o acesso às atividades empresariais, governamentais e culturais disponíveis na rede.

Por essa razão, esperamos ter demonstrado com as informações e análises realizadas neste artigo ser possível que a sociedade utilize a internet de maneira mais saudável desde que sejam adotadas algumas cautelas. E a regulação, ao proporcionar uma análise racional e estruturada dos problemas verificados e a sua ponderação com os amplos benefícios ofertados, poderá colaborar para a busca de soluções adequadas.

E os desafios da regulação não terminam por aqui. O mundo digital apresenta uma série de outros grandes problemas que precisarão ser enfrentados, tais como os relacionados ao

consumismo e às práticas de crimes como o de estelionato, pedofilia, entre outras práticas danosas, que necessitarão de atenção especial por terem encontrado na *web* um terreno fértil. Mas essas *patologias* já são assunto para outros *tratamentos*.

Referências

ABREU, Cristiano Nabuco de et al. Dependência de Internet e de jogos eletrônicos: uma revisão. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, São Paulo, v. 30, n. 2, p.156-167, jun. 2008.

RAGAZZO, Carlos Emmanuel Joppert. **Regulação jurídica, racionalidade econômica e saneamento básico**. Rio de Janeiro: Renovar, 2011.

RAGAZZO, Carlos Emmanuel Joppert; ABREU RIBEIRO, Gustavo Sampaio de. O dobro ou nada: a regulação de jogos de azar. **Revista Direito GV**, São Paulo, v. 8, n. 2, p. 625-650, 2012.

SETZER, Valdemar W. **Efeitos Negativos dos Meios Eletrônicos em Crianças, Adolescentes e Adultos**. Original de 12/08; versão 15.3 de 27/5/14. Disponível em: <<https://www.ime.usp.br/~vwsetzer/efeitos-negativos-meios.html#16/>>. Acesso em: 02 jun. 2017.