

Qualidade de Vida na Palma da Mão: tecnologias móveis digitais, vigilância e visibilidade na busca pelo bem-estar

Erika Oikawa¹

Resumo

Este trabalho busca refletir como as tecnologias móveis digitais são apropriadas no cotidiano das pessoas na busca pelo bem-estar individual e coletivo, analisando-se principalmente a possibilidade desses dispositivos em promover interações ubíquas e possibilitar a formação de *smart mobs*. Para isso, primeiramente, apresenta-se um panorama geral sobre como essas tecnologias vêm transformando a vida social contemporânea. Em seguida, reflete-se sobre como características desses dispositivos móveis podem ajudar a alcançar as metas de uma vida mais regrada, por possibilitarem uma interação constante entre pessoas com os mesmos objetivos, e, ao mesmo tempo, promover um regime de visibilidade e vigilância permanente.

Palavras-chave: Tecnologias móveis digitais; Vigilância; Bem-estar.

Abstract

This work aims to reflect how the mobile digital technologies are appropriate in daily life in the pursuit of individual and collective wellness. It analyzes the possibility of these devices promote ubiquitous interactions and enable the formation of smart mobs. First of all, we present an overview of how these technologies are transforming the contemporary social life. Then, it reflects on how characteristics of mobile devices can help achieve the goals of a more orderly life, because of they allow the constant interaction among people with the same interests and promote a regime of visibility and permanent surveillance.

Keywords: Mobile digital technologies; Surveillance; Welfare.

Submissão realizada em: 30/09/2013

Aceito em: 30/10/2013

¹ Doutoranda em Comunicação Social no PPGCOM/PUCRS; Mestre em Comunicação e Informação pelo PPGCOM/UFRGS; Jornalista pela UFPA. E-mail: erikaoikawa@gmail.com

Introdução

Alcançar uma vida mais saudável e equilibrada em meio à rotina estressante das grandes cidades é um dos principais anseios na sociedade atual. Ironicamente, os mesmos aparelhos apontados como os grandes “vilões” do estresse contemporâneo, tais como *tablets e smartphones*², têm sido utilizados também na busca por uma maior qualidade de vida, principalmente por meio de programas e aplicativos voltados para o bem-estar, tanto individual – como os que ajudam em dietas e exercícios físicos – quanto coletivo, como os aplicativos que permitem às pessoas inferirem sobre o grau de limpeza, saúde e segurança no bairro em que residem.

Essa “façonha” das tecnologias móveis digitais de, ao mesmo tempo, serem utilizadas para uma vida mais saudável e serem apontadas como a causa de uma rotina estressante ocorre justamente por esses dispositivos permitirem que as pessoas estejam em um estado de conexão permanente – “*always on*” – que facilita o consumo e a produção de informação em “tempo real”, alterando os processos comunicativos e as dinâmicas relacionais contemporâneas. Assim, com a comunicação cada vez mais móvel e menos confinada em lugares fixos, os fluxos de signos e de informações se aceleram, afetando nossos processos cognitivos, afetivos, nosso modo de viver e a maneira como concebemos a noção de tempo e espaço (SANTAELLA, 2007). Consequentemente, essas tecnologias transformam também a maneira como habitamos e nos relacionamos nos espaços urbanos (LEMONS, 2007; PELLANDA, 2011), já que passamos a acessar “territórios informacionais”, que podem ser compreendidos como

[...] áreas de controle do fluxo informacional digital em uma zona de intersecção entre o ciberespaço e o espaço urbano. O acesso e o controle informacional realizam-se a partir de dispositivos móveis e redes sem fio. O território informacional não é o ciberespaço, mas o espaço movente, híbrido, formado pela relação entre o espaço eletrônico e o espaço físico. (LEMONS, 2007).

Dessa maneira, por meio da utilização dos dispositivos móveis de comunicação, ocorre uma mútua transformação, tanto dos espaços urbanos para as redes, como destas para os espaços físicos e, assim, as “[...] relações entre os indivíduos com os lugares se alteram pela utilização no contexto da rede, e a fronteira entre real e virtual se funde” (PELLANDA, 2011, p.167). Essa fusão entre esses espaços resulta em um estado “hipermobilidade” que passa a afetar nossas interações sociais diárias. “Hipermobilidade porque à mobilidade física do cosmopolitismo crescente foi acrescida a mobilidade virtual das redes. Com os aparelhos móveis, ambas as mobilidades se entrelaçaram, interconectaram-se, tornaram-se mais agudas pelas ações de uma sobre a outra” (SANTAELLA, 2007, p. 187).

² De acordo com a matéria “Smartphone pode causar estresse, insônia e depressão, diz especialista”, publicada pelo site IDGNow em dezembro de 2011, pesquisa realizada pela farmacêutica Bayer revelou que 28% das mulheres entrevistadas chegam a culpar seus celulares pelo fracasso na vida sexual. Disponível em <<http://idgnow.uol.com.br/ti-pessoal/2011/12/23/smartphone-pode-causar-estresse-insomnia-e-depressao-diz-estudo/>>. Acesso em 23 jun. 2012.

Entre as consequências dessa hipermobilidade está a possibilidade de experienciar a ubiquidade, borrando qualquer fronteira até então bem delimitada entre presença e ausência, ao permitir que uma pessoa interaja simultaneamente em dois contextos espaciais distintos (SANTAELLA, 2007). Assim, um dos grandes anseios humanos é tornado possível: a capacidade de onipresença, que “se dá pela possibilidade de estar conectado a vários espaços simultaneamente, com um mínimo de deslocamento físico” (PELLANDA, 2011, p.167). Nesse cenário, borram-se também as barreiras entre o espaço público e o privado, além de se intensificar o regime de visibilidade e vigilância a partir da prática de compartilhamento de informações geolocalizadas em “tempo real”, possibilitada pelos dispositivos móveis digitais, como será visto a seguir.

A dimensão “cidadã” das práticas de vigilância nas grandes cidades

Para Howard Rheingold (2002), a mobilidade proporcionada pelas tecnologias digitais representa a possibilidade de se realizar coisas até então impossíveis e não apenas ler e-mails e navegar pela Web enquanto se anda pela rua.

Estes dispositivos ajudarão as pessoas a coordenarem ações com outras ao redor do mundo – e, talvez mais importante, com pessoas próximas. Grupos de pessoas que utilizarem estas ferramentas vão ganhar novas formas de poder social, novas formas de organizar suas interações e trocas na hora certa e no lugar certo. Fortunas de amanhã serão feitas pelas empresas que encontrarem uma maneira de lucrar com estas mudanças e as fortunas de ontem já estão sendo perdidas pelas empresas que não compreendê-las³ (RHEINGOLD, 2002, p. xii).

O cenário descrito por Rheingold (2002) há 10 anos se torna mais nítido ao nos depararmos com aplicativos como o MyFunCity⁴, “a primeira rede social privada de interesse público do Brasil”⁵, lançada em outubro de 2011. Baseado em critérios que compõem o Índice de Desenvolvimento Humano (IDH), o MyFunCity é um aplicativo voltado para medir a satisfação e a felicidade nas cidades. Funciona assim: ao fazer o *login* no aplicativo, o usuário informa o local onde se encontra e responde a 12 perguntas sobre o nível de bem-estar local, tais como “Você está satisfeito com o serviço de limpeza urbana no seu bairro?”. Com base nas opiniões dos usuários, é gerado um mapa e gráficos mostrando o nível de satisfação coletiva em determinada região (Ver Figura 1 e Figura 2).

3 Tradução da autora para “These devices will help people coordinate action with others around the world - and, perhaps more importantly, with people nearby. Groups of people using these tools will gain new forms of social power, new ways to organize their interaction and exchanges just in time and in place. Tomorrow’s fortunes will be made by the businesses that find a way to profit from these changes, and yesterday’s fortunes are already being lost by business that don’t understand them”.

4 Segundo informações do próprio site: “Lançada no dia 5 de outubro de 2011, MyFunCity nasce do Movimento Mais Feliz, um movimento apartidário, não governamental e não-assistencialista focado em comunicação e articulação de projetos sociais”. Disponível em <<http://www.myfuncity.org/quem-somos/>>. Acesso em 23 jun. 2012.

5 Informação do próprio site do aplicativo. Disponível em <<http://www.myfuncity.org/quem-somos/>>. Acesso em 23 jun. 2012.

MyFunCity possibilita gestão pública por meio da tecnologia digital das redes sociais, permitindo que os cidadãos avaliem a qualidade de vida das cidades a partir de 11 indicadores relacionados a trânsito, segurança, meio ambiente, saúde, educação e bem-estar. De maneira orgânica, um banco de dados abrigará todas as opiniões em um mapa preciso sobre o índice de satisfação da população quanto aos serviços públicos oferecidos pelos municípios, assim abrindo caminho para organizações público-privadas transformarem muitas realidades⁶.

O aplicativo pode ser usado em *smartphones*, *tablets* e no Facebook, e está disponível gratuitamente na *App Store* e no *Google Play*. No Facebook, “permite interação entre os usuários, possibilitando convidar amigos, enviar mensagens e comentários, curtir e enviar fotos. Também é possível fazer *check-in*, opinando sobre as regiões da cidade e, simultaneamente, ter acesso aos dados postados na rede social”⁷.



Figura 1 – Interface do mapa de “check-in” do MyFunCity no iPad

⁶ Informação do próprio site do aplicativo. Disponível em <<http://www.myfuncity.org/quem-somos/>>. Acesso em 23 jun. 2012.

⁷ Informação do próprio site do aplicativo. Disponível em <<http://www.myfuncity.org/quem-somos/>>. Acesso em 23 jun. 2012.



Figura 2 – Interface das estatísticas de satisfação do MyFunCity no iPad

Atualmente, o MyFunCity conta com mais de 24 mil usuários, principalmente nas cidades de São Paulo e do Rio de Janeiro. A ideia é que as administrações públicas possam comprar os dados monitorados pelo aplicativo, definindo assim medidas sociais com base nas percepções da comunidade⁸. Apesar de ser uma rede privada com fins lucrativos, iniciativas como o MyFunCity só se tornam possíveis graças à capacidade que as pessoas hoje têm em se organizar e agir de forma coletiva por meio dos dispositivos móveis, mesmo sem se conhecer uns aos outros.

As pessoas que formam *smart mobs* cooperam de maneira nunca antes possível porque carregam dispositivos que possuem capacidade tanto para comunicação quanto para computação. Seus dispositivos móveis as conectam com outros dispositivos de informação no ambiente, bem como com telefones de outras pessoas [...]. Quando eles conectam objetos tangíveis e lugares de nossas vidas diárias com a Internet, os meios de comunicação portáteis se transformam em dispositivos “wearable” de controle remoto para o mundo físico⁹ (RHEINGOLD, 2002, p. Xii).

Assim, o que Rheingold (2002) chama de *smart mob* pode ser compreendido como “novas’ formas de *swarming* usando tecnologias móveis como celulares com voz e SMS, *pages*, internet sem fio, blogs, etc.” (LEMOS, 2004, *online*). Os objetivos dessas manifestações são os mais diversos, desde mobilização de grandes protestos antiglobalização por meio de trocas de SMS, até os chamados *flash mobs*, aglomerações

⁸ Dados da matéria “Rio+20: Felicidade como plano de governo”, disponível em <<http://infosurhoy.com/cocoon/saii/xhtml/pt/features/saii/features/society/2012/06/15/feature-01>>. Acesso em 23 jun. 2012.

⁹ Tradução da autora para “The people who make up smart mobs cooperate in ways never before possible because they carry devices that possess both communication and computing capabilities. Their mobile devices connect them with other information devices in the environment as well as with other people’s telephones [...]. When they connect the tangible objects and places of our daily lives with the Internet, handheld communication media mutate into wearable remote control devices for the physical world.”

relâmpagos para a realização de uma ação organizada previamente, muitas vezes sem uma causa específica a não ser a própria mobilização.

É importante atentar que, quando Rheingold publicou o livro “*Smart Mobs*” em 2002, os *smartphones* ainda não eram tão populares no Brasil como hoje. Atualmente, além do crescimento exponencial desses dispositivos móveis no país¹⁰, esses aparelhos se tornaram um dos principais meios para acessar a Internet¹¹. Segundo a pesquisa “Nosso Planeta Mobile: Brasil – Como entender o usuário de celular”¹², divulgada em maio de 2012 pelo Google, 86% dos entrevistados indicaram realizar, por meio do *smartphones*, atividades voltadas para a “comunicação”, especificamente, atualização em sites de redes sociais e leitura/envio de e-mails, e 53% afirmaram acessar os sites de redes sociais por esse dispositivo móvel pelo menos uma vez ao dia. Além disso, 88% dos usuários entrevistados já procuraram informações locais via *smartphone* e, desses, 92% realizaram ações em decorrência disso.

É nesse contexto de grande utilização do *smartphones* para acessar sites de redes sociais e informações locais que podemos compreender eventos como a “Serenata Redenção Iluminada”¹³, em Porto Alegre, como exemplos de *smart mob*, já que toda a mobilização foi feita por meio das redes sociais na Internet. O objetivo da mobilização foi chamar atenção das autoridades locais para a precariedade na iluminação e na segurança do parque à noite. A própria ideia do evento surgiu em uma plataforma colaborativa PortoAlegre.cc¹⁴, que permite os usuários criarem “causas” direcionadas para temas como “cultura”, “mobilidade urbana”, “cidadania”, entre outros. A causa “Serenata Redenção Iluminada” foi inscrita na categoria “Urbanismo” e em sua defesa, a autora da proposta, Renata Becker, afirma:

A minha ideia aqui é reunir o maior número de adeptos à causa da redenção iluminada. Numa noite, marcamos um local de partida, cada um com a sua lanterna, luz de celular, lampião... além de um instrumento musical. Vale de chocalho a violino. Vamos iluminar o Parque Farroupilha fazendo muito barulho. Com isso podemos chamar a atenção das autoridades para que quem sabe esta causa seja atendida¹⁵

O que se percebe, portanto, é que “os indivíduos vêm sendo incitados a participar não apenas das formas de entretenimento e da produção de bens e serviços na

10 De acordo com matéria no portal G1, cerca de 8,9 milhões de smartphones foram comercializados no país em 2011 e a expectativa é que as vendas cheguem a 15,4 milhões de unidades em 2012. Disponível em <<http://g1.globo.com/tecnologia/noticia/2012/03/vendas-de-smartphones-no-brasil-devem-crescer-73-em-2012-diz-idc.html>>. Acesso em 23 jun. 2012.

11 De acordo com pesquisa divulgada em maio de 2012 pela seccional brasileira da agência *Interactive Advertising Bureau* (IAB), 40% dos entrevistados costumam acessar a internet por smartphone; 15% por iPad; 16% por outros tablets; e 10% por “outros dispositivos portáteis”, como o iPod. Disponível em <<http://www.slideshare.net/leonardonline/iab-brasil-conectadoconsumodemedia>>, acesso em 23 jun. 2012.

12 Disponível em <http://services.google.com/fh/files/blogs/our_mobile_planet_brazil_pt_BR.pdf>. Acesso em 23 jun. 2012.

13 O evento foi realizado no dia 1º de junho de 2012, no Parque da Redenção, reunindo cerca de mil pessoas, segundo informações do site do jornal *Correio do Povo*. Disponível em <<http://www.correiodopovo.com.br/Noticias/?Noticia=428901>>. Acesso em 23 jun. 2012. Uma versão “junina” da mobilização, o “Serenata Junina Iluminada”, foi realizada no dia 25 de junho e reuniu cerca de duas mil pessoas, de acordo com o site da prefeitura de Porto Alegre. Disponível em <http://www2.portoalegre.rs.gov.br/portal_pmpa_novo/default.php?p_noticia=152938&SERENATA+JUNINA+ILUMINADA+LEVOU+2+MIL+PESSOAS+A+R+EDENCAO>. Acesso em 29 jun. 2012.

14 <<http://www.portoalegre.cc>>. Acesso em 23 jun. 2012.

15 Disponível em <<http://portoalegre.cc/causas/urbanismo/serenata-redencao-iluminada/2143>>. Acesso em 23 jun. 2012.

Internet, como também das práticas de vigilância” (BRUNO; KANASHIRO; FIRMINO, 2010, p. 11). Essa “dimensão participativa da vigilância” é destacada por Fernanda Bruno (2010) ao analisar as relações entre participação e vigilância na cibercultura, a partir da observação dos mapas de crime disponibilizados na Internet, tais como o *Wikicrimes*¹⁶. A autora problematiza como os indivíduos são levados a adotar, “como parte de seu espírito e prática cidadãos, um olhar e uma atenção vigilantes sobre os outros, a cidade e o mundo” (BRUNO, 2010, p. 159). Entretanto, ressalta Bruno (2010), essa vigilância distribuída está incorporada em diversos dispositivos, serviços e ambientes que fazem parte do nosso cotidiano e não necessariamente de maneira tão explícita como em mapas criminais. Essa forma de vigilância participativa e distribuída estende-se a uma variedade de focos, tais como transações eletrônicas, comportamento, hábitos, fluxos urbanos e etc.

Segundo Bruno (2010), a vigilância também mobiliza o campo da diversão e do entretenimento na medida em que proporciona prazer e socialização, como no caso dos *reality shows* e os diversos sites de compartilhamento de conteúdos e de sites de redes sociais que fazem parte do nosso cotidiano. Assim, vigilância distribuída apoia-se no tríplice regime: “o da segurança, o da visibilidade midiática (marcado pela presença dos dispositivos de vigilância nos circuitos de entretenimento, sociabilidade e espetáculo) e o da eficiência, sobretudo no campo dos serviços das redes e tecnologias de comunicação” (BRUNO, 2010, p. 157).

Nesse sentido, a vigilância em torno da busca de uma qualidade de vida não ocorre somente em nível coletivo e social, como no caso do MyFunCity e do PortoAlegre.cc, mas também no âmbito individual. Exemplo sintomático dessa situação é a proliferação de *gadgets*, sites e de aplicativos para dispositivos móveis, voltados para melhorar o desempenho em atividades físicas e dietas, todos com possibilidade de se conectar aos diversos sites de redes sociais, conforme será discutido a seguir.

Práticas de monitoramento na busca pelo bem-estar individual

Na edição do dia 21 de novembro de 2011, o programa Mod MTV¹⁷ teve como tema central a questão “saúde e privacidade”, abordando a prática crescente do compartilhamento de informações sobre hábitos e dados fisiológicos na Internet. Um dos entrevistados do programa, Ari Meisel, explicou como os aplicativos para celular e programas de computador ajudaram-no a controlar os sintomas da doença de Crohn¹⁸, por meio do monitoramento diário de seus dados, que iam da alimentação ao

16 De acordo com informações do próprio site, “Wikicrimes é um software que permite o acesso e registro de ocorrências criminais no computador diretamente em um mapa digitalizado. Por esta razão esta atividade se chama mapear o crime. A filosofia que norteia Wikicrimes é a mesma da enciclopédia Wikipedia. Parte-se do princípio que a participação individual pode gerar uma sabedoria das massas. Ou seja, se todos participarem o mapeamento criminal passa a ser feito colaborativamente e todos terão o benefício de ter acesso às informações de crimes no mapa. Por isso nosso slogan é ‘Compartilhe informações sobre crimes. Saiba onde não é seguro!’. Wikicrimes não é um projeto desenvolvido por uma instituição policial. Trata-se de um projeto de cidadania. [...] Disponível em <<http://www.wikicrimes.org/main.html>>. Acesso em 23 jun. 2012.

17 Disponível em <<http://mtv.uol.com.br/programas/mod/>>. Acesso em 23 jun. 2012.

18 De acordo com a Wikipédia, a doença de Crohn é “uma doença crônica inflamatória intestinal, que atinge geralmente o íleo

batimento cardíaco. A prática do monitoramento ajudou Meisel a controlar a doença incurável a ponto de ele anular seus efeitos e conseguir participar do *Ironman France 2011*¹⁹.

A Revista *Época* (2012, *online*), por sua vez, publicou em janeiro de 2012 a matéria de capa “Emagrecendo usando a Internet”, exaltando os benefícios que a integração entre sites de dietas, aplicativos para *smartphones* e as redes sociais na Internet poderiam oferecer na busca por mais saúde e bem-estar. Não faltaram depoimentos de pessoas que mudaram o estilo de vida graças à prática de reeducação alimentar e de exercícios físicos, monitoradas 24 horas pelas tecnologias móveis digitais. Entre as entrevistadas, a professora Edna Batista, que emagreceu 20 quilos com a ajuda do site *Dieta e Saúde*²⁰, que funciona como um programa de emagrecimento à base de pontuação dos alimentos. Além do site, no qual é possível ter uma gama de informações sobre dietas e tirar dúvidas com nutricionistas, o programa possui um aplicativo para *smartphones* para que a pessoa possa calcular constantemente as calorias ingeridas, além de uma comunidade virtual para a troca de experiência com os participantes do mesmo programa.

Esse monitoramento só é possível a partir do momento em que há aparelhos que permitam uma mobilidade suficiente para que possam ser levados para qualquer lugar sem dificuldades e cuja interface seja amigável o bastante para que a produção de informação seja constante. Os atuais dispositivos móveis de comunicação, como os *smartphones*, são assim: cada vez mais pervasivos e integrados ao nosso cotidiano, a caminho de “desaparecerem”, como previu Michael Dertouzos (2002).

Os aplicativos para corrida, como os da *Nike*, por exemplo, monitoram as corridas, armazenam dados do treino, oferecem *feedbacks* auditivos sobre o desempenho do corredor, além, é claro, da possibilidade de compartilhar os dados nas redes sociais *online*. Afinal, nada mais conveniente do que “manter, também, uma alta performance em estado de visibilidade permanente” (SIBILIA, 2010, p. 206). O *Nike +*, por exemplo, conecta o corredor ao Facebook e, cada vez que alguém “curte” o seu desempenho na corrida, ele ouve palmas de incentivo. Para Bruno (2010), não há redes sociais na Internet isentas de qualquer forma de vigilância e monitoramento, o que ocorre é justamente o oposto:

[...] os sistemas de vigilância e monitoramento são imanentes a tais redes e são parte integrante tanto da eficiência do sistema, que monitora, arquiva e analisa os dados disponibilizados pelos usuários de modo a otimizar seus serviços, quanto das relações sociais que aí se travam, as quais encontram um de seus motores na vigilância mútua e consentida, com pitadas de *voyerismo* e exibicionismo (BRUNO, 2010, p. 158).

e o cólon (mas pode afectar qualquer parte do tracto gastrointestinal). Muitos danos são causados por células imunológicas que atacam uma ou mais partes dos tecidos do tubo digestivo, mas não há certeza de etiologia autoimune. Os sintomas e tratamentos dependem do doente, mas é comum haver dor abdominal, diarreia, perda de peso e febre. Actualmente não há cura para esta doença, no entanto os tratamentos permitem alívio dos sintomas e melhoria de qualidade de vida.” Disponível em <http://pt.wikipedia.org/wiki/Doen%C3%A7a_de_Crohn>. Acesso em 23 jun. 2012.

19 Considerado um dos maiores eventos de *triathlon* do mundo, realizado anualmente na Riviera Francesa.

20 <http://www.dietaesaude.com.br/>

Nesse contexto, talvez sejam os aplicativos voltados para reeducação alimentar e dietas que funcionem de maneira mais eficiente segundo a lógica da vigilância e visibilidade que a Internet proporciona. Ainda de acordo com a reportagem da revista *Época* (2012, *online*), o número de amigos nas redes sociais parece ser um dos grandes estimulante para uma melhor performance nos programas de emagrecimento na Internet: “Uma pesquisa feita pelos criadores do programa MyFitness-Pal (uma espécie de contador de calorias de bolso, que pode ser carregado no celular) mostrou que os usuários emagrecem na mesma proporção em que cresce o número de seus amigos. Quanto mais gente olhando, melhor o resultado” (ÉPOCA, 2012, *online*).

É possível perceber que grande parte desses programas faz as pessoas monitorarem e disponibilizarem informações sobre o passo a passo do processo de reeducação alimentar, desde as refeições e os exercícios físicos realizados diariamente às conquistas e dificuldades cotidianas. O fato de o indivíduo expor a sua rotina de exercícios e de dietas implica um regime de visibilidade que transforma a própria experiência de emagrecimento. Tal experiência seria outra caso ficasse restrita apenas à vida privada do indivíduo, já que o simples fato de expor regularmente o peso corporal e a dieta diária perante “amigos e seguidores” dos sites de redes sociais faz as pessoas se manterem em um estado de “autocontrole” permanente.

Nesse sentido, podemos afirmar que as tecnologias digitais, por meio de diversos programas e aplicativos, funcionam como uma “autoconsciência exteriorizada” que permite que os indivíduos tomem decisões a partir do monitoramento permanente de hábitos diários e do controle e cruzamento de dados físicos, alimentares e fisiológicos. Com esses monitoramentos, os indivíduos podem melhorar substancialmente sua qualidade de vida, na medida em que as decisões tomadas hoje em relação aos cuidados com a saúde e o bem-estar passam a se refletir em um futuro mais saudável, com maiores chances de isenção de doenças como a obesidade, hipertensão e certos tipos de diabetes.

Estaríamos assistindo, assim, ao início da “revolução inacabada” da qual nos fala Dertouzos (2002), com tecnologias mais integradas ao nosso cotidiano e computadores capazes de servir às pessoas e não o contrário. Entretanto, o preço em se ter tecnologias mais “amigáveis” e imperceptíveis no nosso dia a dia implica, como foi visto, em um regime de vigilância permanente, com suas ações de monitoramento constante, que de tão “naturalizadas”, vêm se tornando parte de nossas práticas cotidianas.

Considerações finais

Com a breve reflexão acerca da busca por uma vida mais saudável – seja na esfera individual ou coletiva – por meio da apropriação das tecnologias móveis digitais,

foi possível perceber que a lógica da visibilidade e vigilância está no cerne da vida social contemporânea, transformando as formas de habitar os espaços urbanos; os modos de subjetivação; a sociabilidade; os processos comunicacionais; e as arquiteturas informacionais atuais.

A partir dos exemplos trazidos neste artigo, foi possível perceber que enfrentamos uma reordenação dos regimes de visibilidade na atualidade, o que implica uma reorientação da experiência dos espaços em que vivemos e das tecnologias que fazem parte do nosso cotidiano (BRUNO, KANASHIRO E FIRMINO, 2010). Nesse sentido, as tecnologias móveis digitais, por meio de diversos programas e aplicativos, funcionam como uma “autoconsciência exteriorizada” que permite que os indivíduos tomem decisões sobre sua vida cotidiana, a partir do monitoramento permanente de hábitos diários e do controle e cruzamento de dados físicos, alimentares e fisiológicos, mas também por meio da vigilância constante sobre o local em que se habita, avaliando-se e monitorando-se coletivamente os níveis de segurança, limpeza e bem-estar de determinada rua, bairro ou cidade.

Todo esse monitoramento é possibilitado, principalmente, pela popularização de dispositivos móveis digitais, práticos o suficiente para que possam ser levados para qualquer lugar sem grandes dificuldades, e com interface “amigável” o bastante para que a produção de informação ocorra de forma constante. Assim, a noção de mobilidade torna-se central para a compreensão do atual cenário comunicativo, já que opera uma profunda transformação nas experiências e na configuração dos espaços físicos e suas interfaces com os territórios informacionais. Nesse sentido, reafirma-se a importância de estudos voltados para as apropriações das tecnologias móveis digitais, que, cada vez mais integrada à arquitetura urbana, tornam-se mais pervasivas e ubíquas em nossas vidas, ampliando o regime de vigilância e visibilidade na sociedade contemporânea.

Referências

BRUNO, Fernanda; KANASHIRO, Marta; FIRMINO, Rodrigo. **Vigilância e Visibilidade** - Espaço, tecnologia e identificação, Porto Alegre, Editora Sulina, 2010.

BRUNO, Fernanda. Mapas de Crime: vigilância distribuída e participação na cultura contemporânea. In: BRUNO, Fernanda; KANASHIRO, Marta; FIRMINO, Rodrigo (Orgs.). **Vigilância e Visibilidade** - Espaço, tecnologia e identificação, Porto Alegre, Editora Sulina, 2010.

DERTOUZOS, Michael. **A Revolução Inacabada**: como os computadores podem realmente mudar nossas vidas. São Paulo: Futura, 2002.

ÉPOCA. ed. 712, jan. 2012. Disponível em <<http://revistaepoca.globo.com/vida/noticia/2012/01/emagreca-usando-internet.html>>. Acesso em 08 jun. 2012.

RHEINGOLD, Howard. **Smart Mobs**. The next social revolution. Transforming cultures and communities in the age of instant access. New York: Basic books, 2002.

LEMOS, André. Mídias locativas e territórios informacionais. In: SANTAELLA, Lucia; ARANTES, Priscila (eds). **Estéticas Tecnológicas**. Novos Modos de Sentir. São Paulo: EDUC, 2007, pp. 207-230. Disponível em <http://andrelemos.info/artigos/midia_locativa.pdf>. Acesso em 01 nov. 2011

LEMOS, André. Cibercultura e mobilidade: a era da conexão. **Razón y Palabra**, n. 41, 2004. Disponível em <<http://www.razonypalabra.org.mx/anteriores/n41/alemos.html>>. Acesso em 23 jun. 2012.

PELLANDA, Eduardo. A conexão entre lugares e espaços proporcionada pela rede foursquare. **Intexto**, Porto Alegre: UFRGS, v. 1, n. 24, p. 164-175, janeiro/junho 2011.

SANTAELLA, Lucia. **Linguagens Líquidas na Era da Mobilidade**. São Paulo: Paulus, 2007.

SIBILIA, Paula. Em busca da felicidade lipoaspirada: agruras da imperfeição carnal sob a moral da boa forma. In: FREIRE FILHO, João (Org). **Ser Feliz Hoje**: reflexões sobre o imperativo da felicidade. Rio de Janeiro: FGV Editora, 2010, pp. 195-212.