

# GERAÇÃO

*Um guia para  
entender esses jovens  
hiperconectados,  
que influenciam a  
sociedade com seus  
comportamentos e  
querem ser ouvidos*

**ESTADÃO** 

# GERAÇÃO Z

O Estado de S. Paulo

Copyright © 2024

Direção de Jornalismo

Eurípedes Alcântara

Coordenação Editorial e Edição

Ana Carolina Sacoman

Capa, Projeto Gráfico e Diagramação

Viviane Jorge

Todos os direitos estão reservados a

O Estado de S. Paulo

# SUMÁRIO

<b>Apresentação</b> .....	5
<b>Relacionamento:</b> <i>Saiba o que é ‘orbiting’, novo pesadelo da geração Z</i> .....	7
<b>Entrevista:</b> <i>Carmita Abdo</i> .....	14
<b>Trabalho:</b> <i>Jovens levam pais a entrevistas de emprego; recrutadores dão dicas</i> ...	19
<b>Perrengue no dia a dia:</b> <i>‘Geração digital’ tem dificuldade ao usar computadores</i> ...	23
<b>Amigo Virtual:</b> <i>‘Prefiro falar com robô’: jovens buscam conselhos profissionais no ChatGPT e evitam chefes</i> .....	27
<b>Nostalgia:</b> <i>O CD voltou: discos encantam mesmo quem nem tem onde tocá-los</i> ...	30
<b>Resgate:</b> <i>Jovens viram fãs de filmes nacionais mais velhos do que eles</i> .....	36
<b>Cliques vintage:</b> <i>Eles desenterram a Cybershot e sentem gostinho da era do Orkut</i> .....	40

# SUMÁRIO

<b>Saúde mental:</b> <i>Gerações Y e Z são as mais ansiosas, alerta psicóloga americana em livro</i> .....	44
<b>Opinião:</b> <i>‘Fomo’ e ‘Folo’: entenda os vícios sociais atuais</i> .....	48
<b>Moda:</b> <i>Millennials não sabem mais o que vestir. E a geração Z pode ajudar</i> .....	52
<b>Retromania:</b> <i>Vovôcore: o resgate do passado para um futuro sustentável</i> .....	58
<b>Análise:</b> <i>Críticas à geração Z são cheias de pontos cegos</i> .....	61

# APRESENTAÇÃO

## A geração Z quer ser ouvida e compreendida - e talvez ninguém esteja fazendo isso direito

**ANA CAROLINA SACOMAN**

**E**les querem que a balança entre a vida pessoal e o trabalho seja mais equilibrada, priorizam sua saúde mental, se preocupam com as mudanças climáticas e com a falta de emprego, são mais ansiosos e fazem menos sexo - pelo menos o presencial. Muito se fala, e se pesquisa, sobre a geração Z, mas quem são eles?

Os jovens nascidos entre 1995 e 2010 estão entrando, ou prestes a entrar, no mercado de trabalho e chegam com tudo. Os “Zoomers”, como também são chamados, estão dispostos a trocar de emprego caso a empresa exija trabalho presencial, são muito menos interessados em postos de comando do que as gerações anteriores e, surpresa!, apesar de serem nativos digitais - ou seja, não conhecem o mundo antes da tecnologia e da internet-, enfrentam algumas dificuldades com computadores, principalmente porque o celular é a sua ferramenta primordial de conexão com o mundo.

# APRESENTAÇÃO

Por viverem online, têm encontros virtuais antes mesmo do tête-à-tête – e nem sempre gostam do que experimentam no “mundo físico”. Seus relacionamentos se pautam pelas redes sociais, e um glossário de expressões como “orbiting” e “benching” ou “ghosting” é de domínio obrigatório para quem quer entendê-los.

A geração que escreve o futuro enquanto você lê essas linhas também gosta de olhar para o passado – pelo menos na moda e nas tendências de consumo. Alguns se vestem como vovôs, enquanto outros dispensam as câmeras cada vez mais sofisticadas dos celulares para fotografar com máquinas digitais dos anos 90 ou 00. Eles desprezam os jeans skinny de outros tempos, mas resgatam as calças de cintura baixa que foram febre 20 anos atrás e colecionam CDs e LPs, apesar de não terem onde ouvi-los.

Segundo estudo da McKinsey, eles representam 20% da população brasileira, ou algo em torno de 40 milhões de pessoas, e influenciam toda a sociedade com seus comportamentos. Os “Zoomers” valorizam sua individualidade e provavelmente não concordam com os rótulos mencionados acima, pois rejeitam esse tipo de classificação. Mas querem ser ouvidos e compreendidos. Nas próximas páginas, e em links indicados ao longo delas, damos a bússola para explicar o que move essa geração tão intrigante e única. Ótima leitura!

## NÃO ATA NEM DESATA

Saiba o que é  
'orbiting', novo  
pesadelo da  
geração Z

# RELACIONAMENTO

**EVA ROYTBURG**

FORTUNE

**P**ara a geração Z, termos como “attachment style”, “love bombing” e “breadcrumbing” transformaram a vida amorosa em um jogo de estratégia e sobrevivência.

As redes sociais e os aplicativos de namoro não só deram força a tendências há muito existentes, como o “ghosting”, mas também a novas situações para os que buscam o amor. A mais recente é o “orbiting” (ou orbitar, em português).

Benjamin Camras, conhecido como “The Flirt Coach” (coach de paqueras) por seus milhares de seguidores no TikTok, define o fenômeno como a situação em que um ex-namorado, ex-paquera ou até mesmo interesse romântico continua conectado a você pela internet, mas parou de se envolver diretamente em suas atividades online.

“Vocês estão observando um ao outro, portanto, assistem às histórias, olham as postagens, mas não estão realmente deixando uma pegada digital, a não ser pelas visualizações que podem ser registradas”, diz Camras. “Você não dá likes, não deixa comentários nem manda mensagens privadas, você está apenas meio que lá.”

Se você já se conectou com um parceiro nas redes sociais, é provável que já tenha experimentado o orbiting, afirma Camras. Embora a experiência seja comum e não inerentemente negativa, ele notou que o fenômeno causa ansiedade em muitas pessoas mais jovens. No entanto, pelo menos um aplicativo de namoro - o Hinge - está capitalizando essa tendência e tentando entender por que o namoro online para a geração Z pode ser tão complicado.

# RELACIONAMENTO

## A (complicada) interpretação de sinais

Para as gerações mais antigas, acostumadas a depender exclusivamente de ligações telefônicas fixas para se conectar a alguém, o conceito de se fixar no comportamento online do outro pode parecer absurdo. Entretanto, para um típico membro da geração Z, que cresceu imerso na comunicação digital, as normas da mídia social moldam suas percepções. Por exemplo, os indivíduos mais jovens podem interpretar um atraso no envio de mensagens de texto como falta de interesse e podem até mesmo reter intencionalmente as respostas para parecerem indiferentes ou misteriosos.

Essa é uma das perguntas mais comuns que Camras recebe como coach de relacionamentos para jovens: alguém tem um primeiro encontro excelente e, depois, antes do segundo encontro, percebe um distanciamento.

“A pessoa se afasta um pouco, mas continua assistindo às suas histórias, então você envia uma mensagem direta e ela não responde, mas continua ativa online”, diz ele. No final das contas, no entanto, esses sinais não se transformam em informações produtivas.

Sabrina Zohar, coach de relacionamentos online, argumenta que as redes sociais levam muitos jovens a se iludir com sinais que não são significativos. Acompanhar a atividade de alguém estimula uma “queda de dopamina e uma alta de cortisol”, fazendo com que os jovens fiquem obcecados em criar narrativas que não estão enraizadas na realidade, enfatizou ela.



*“A pessoa se afasta um pouco, mas continua assistindo às suas histórias, então você envia uma mensagem direta e ela não responde, mas continua ativa online”*

**Benjamin Camras,**  
conhecido como “The Flirt Coach”  
(coach de paqueras)

# RELACIONAMENTO

## Linguagem corporal digital

A pressão de entender e responder a esses sinais tornou-se esmagadora para a geração Z, que agora evita aplicativos de namoro por considerá-los sem autenticidade. Em resposta, aplicativos como o Hinge tentaram entender as novas e complexas formas de comunicação da era digital.

Em fevereiro, o Hinge fez referência à “linguagem corporal digital” em um novo relatório chamado DATE (Data, Advice, Trends and Expertise, ou Dados, Conselhos, Tendências e Expertise), que estudou os hábitos de namoro da geração Z. Essa “linguagem corporal digital” refere-se ao tipo de sinais de que Camras e Zohar falaram: “Emojis, pontuação, duração da mensagem e tempo de resposta”. Essas são as dicas sutis e não verbais que os namorados dão.

“EMOJIS, PONTUAÇÃO,  
DURAÇÃO DA MENSAGEM  
E TEMPO DE RESPOSTA”.  
ESSAS SÃO AS DICAS SUTIS  
E NÃO VERBAIS QUE OS  
NAMORADOS DÃO

Embora essas formas de comunicação (ou a falta delas) possam parecer triviais, os dados do relatório sugerem que elas são importantes. Segundo o estudo, dois em cada três namorados que usam o Hinge dizem que observam o tempo de resposta das

mensagens para determinar se a pessoa com quem estão conversando está falando sério sobre ter um encontro. Três em cada quatro dizem que iniciar uma conversa é um sinal claro de interesse.

O relatório permite que a geração Z analise a linguagem corporal digital. Explica, por exemplo, o que significa se uma pessoa pedir para transferir sua conversa para outro aplicativo de mensagens (o relatório diz que isso pode ser um “sinal de interesse”) ou se eles enviarem memes, mas não tiverem marcado um encontro (isso “não diz muito sobre o que a pessoa está pensando sobre o relacionamento”).

A mudança para atrair as gerações mais jovens é necessária para os aplicativos de namoro. No entanto, isso também pode ser um sinal de que os aplicativos estão começando a entender os efeitos psicológicos que tiveram sobre os jovens adultos.

# RELACIONAMENTO

As pessoas apaixonadas sempre foram obsessivas, afirma Zohar. Mas agora as ferramentas para manter alguém em um ciclo são abundantes.

“Você fica empolgado quando publica aquele storie. Você mal pode esperar para ver se (*sua paixão*) o vê, e então ela não entra em contato, e você volta a esse ciclo de novo, do ‘que mais posso fazer para chamar a atenção dessa pessoa?’”, afirma Zohar. “Você está tentando controlar as outras pessoas, mas o que precisamos começar a fazer é trazer isso para dentro de nós e dizer: ‘Se não é bom que essa pessoa esteja orbitando em torno de você, esta-beleça alguns limites’.”

C.2024 FORTUNE MEDIA IP LIMITED - DISTRIBUÍDO POR THE NEW YORK TIMES LICENSING GROUP

ESTE CONTEÚDO FOI TRADUZIDO COM O AUXÍLIO DE FERRAMENTAS DE INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL E REVISADO POR NOSSA EQUIPE EDITORIAL. [SAIBA MAIS EM NOSSA POLÍTICA DE IA](#)

# RELACIONAMENTO

## GLOSSÁRIO

>> **Aplicativos de namoro são considerados uma forma bastante comum de se conhecer novas pessoas e, quem sabe, encontrar um parceiro. Ao longo dos anos, o ambiente dentro desses apps deu origem a um vocabulário específico com expressões muito utilizadas para falar de relacionamentos – às vezes, até mesmo fora desses aplicativos. Conheça os principais termos:**

### SABRINA BRITO

● **Ghosting:** É o que acontece quando uma das pessoas envolvidas na relação desaparece sem explicação. Assim, o indivíduo simplesmente deixa de responder mensagens ou ligações e some sem dar justificativas.

● **Catfishing:** É o termo usado para pessoas que criam perfis falsos ou apresentam uma personalidade ou aparência que não corresponde à realidade. A ideia é se passar por alguém diferente.

● **Breadcrumbing:** Por sua vez, breadcrumbing é o nome dado à situação em que se mantém alguém interessado em uma relação, porém lançando mão apenas do mínimo esforço possível. A expressão em inglês

significa “migalhas de pão”, uma vez que são dadas somente “migalhas” de atenção e afeto ao outro indivíduo.

● **Orbiting:** O orbiting pode ser definido como a situação em que um interesse romântico permanece conectado à outra pessoa na internet, mas deixou de se envolver diretamente com suas atividades online.

● **Cushioning:** É usado quando uma pessoa quer se sentir protegida, resguardada, após engatar um relacionamento sério. Por isso, ela mantém conversas e relações com outras pessoas em uma tentativa de estar “segura” se o namoro der errado.

# RELACIONAMENTO

## GLOSSÁRIO

● **Match:** Dar match é uma expressão que se popularizou com o sucesso do Tinder. No aplicativo, quando duas pessoas demonstram interesse uma na outra, diz-se que elas “deram match”, ou seja, combinaram.

● **Webnamoro:** Nome dado à relação a distância que se mantém por meio da internet. Se não fosse pela possibilidade de conversar e se relacionar no ambiente virtual, seria impossível construir um relacionamento desse tipo. Muito frequentemente, essas relações são iniciadas em apps de namoro.

● **Conversante:** É a pessoa com quem se passa bastante tempo falando por meio das redes sociais, porém

com quem ainda não se construiu um relacionamento pessoalmente.

● **Zumbis:** São aqueles que periodicamente reaparecem e tentam retomar o relacionamento. Assim, existe uma espécie de padrão que envolve a volta dessas pessoas a cada semana, mês ou ano, podendo fazer com que o outro fique sempre à espera desse retorno.

● **Benching:** Trata-se da ação de deixar alguém no “banco de reservas” enquanto outras alternativas são avaliadas. Dessa forma, caso não seja encontrado um indivíduo que melhor se encaixa naquilo que se procura, é possível recorrer às opções deixadas no banco (ou bench, em inglês).

## Entrevista Carmita Abdo

# Eles podem passar anos só no sexo virtual, diz especialista

FABIANA CAMBRICOLI

**S**e por um lado a geração Z cresceu dando “matches” em aplicativos de relacionamento e com acesso fácil à pornografia online; por outro, estudos mostram que esses jovens fazem menos sexo que as gerações anteriores. Mas o que explica esse paradoxo sobre o comportamento sexual dos nascidos entre 1995 e 2010?

Para a psiquiatra Carmita Abdo, professora da Faculdade de Medicina da USP e uma das maiores especialistas em sexualidade do País, em primeiro lugar, é preciso saber de qual sexo estamos falando quando esses estudos são feitos.

Para ela, os jovens da geração Z nem sempre estão interessados em levar sua vida sexual online para a dimensão física.

# RELACIONAMENTO

“A interpretação que se dá para esse tipo de pergunta é se ele faz aquele sexo cara a cara, corpo a corpo. Esse ele não faz ainda, mas ele está desde os 11 anos acessando material erótico, tendo a sua iniciação, primeiro masturbatória, frente a um vídeo e, daqui a pouco, vai buscando parcerias na internet e pode passar anos, como de fato muitos passam, sem nem se preocupar em ter um encontro físico com alguém”, diz a especialista, que também é autora do livro *Sexo no Cotidiano* (Editora Contexto).

Em entrevista ao **Estadão**, Carmita explica que o início mais tardio das práticas sexuais presenciais e a frequência menor de relações na geração Z não significam necessariamente falta de interesse no sexo, mas uma predileção por vivências virtuais. O comportamento nem sempre é ruim, na visão dela, mas pode trazer problemas caso o jovem não consiga romper a barreira das telas.

## **O que os estudos mostram sobre o comportamento sexual da geração Z?**

A gente sabe que é uma geração que começa (*a fazer sexo*) mais tarde. A libido deles está distribuída para vários interesses, então, enquanto para gerações passadas o único entretenimento que competia com o sexo eram o cinema, a TV, alguma baladinha, hoje se multiplicaram todas as possibilidades de estar envolvido com algo realmente muito interessante e que leva a libido para aquele interesse. E não é necessariamente uma carreira, uma missão, mas é também algo com o que ele possa se divertir sozinho, na tranquilidade do seu quarto, sem gasto nenhum e na maior acessibilidade, quando ele resolver.

## **A geração Z parece ter maior liberdade sexual e maior facilidade de ter múltiplos parceiros, mas, ao mesmo tempo, há pesquisas que mostram que esses jovens estão fazendo menos sexo. Como vê esse paradoxo?**

Sem dúvida, os resultados das pesquisas não podemos refutar, elas são muito bem estruturadas, bem desenvolvidas, porém, talvez a forma de interpretar as respostas é que precisa de um pouquinho mais de cautela. A interpretação que o respondente

# RELACIONAMENTO

deu para a pergunta é se ele faz aquele sexo cara a cara, corpo a corpo. Esse ele não faz ainda, mas ele está desde os 11 anos acessando material erótico, tendo a sua iniciação, primeiro masturbatória, frente a um vídeo e, daqui a pouco, vai buscando parcerias na internet e pode passar anos, como de fato muitos passam, sem nem se preocupar em ter um encontro físico com alguém e começar, de fato, uma atividade sexual. Recebo paciente aqui e pergunto: ‘Você faz sexo?’ (*Ele responde:*) ‘Faço. Eu entro lá e a gente faz, mas eu nunca vi na minha frente aquela pessoa, nunca estive com ela, nunca marcamos um encontro, a gente tem encontros virtuais’. Isso é muito comum. Então, quando a pesquisa pergunta ‘você já teve quantos atos sexuais?’ (*Eles respon-*

*dem*): ‘Nenhum’, porque a pergunta é entendida como um sexo que a pessoa tenha feito da forma mais convencional, pré-era da internet. Passados anos, anos e anos de uma atividade masturbatória com o lado de lá, que também está se masturbando, o que acontece é que esse jovem, quando vai iniciar, enfim, uma relação física, ele não tem o mesmo desempenho porque (*antes*) era ele próprio que se estimulava. Ser estimulado

“RECEBO PACIENTE AQUI E PERGUNTO: ‘VOCÊ FAZ SEXO?’ (*ELE RESPONDE:*) ‘FAÇO. EU ENTRO LÁ E A GENTE FAZ, MAS EU NUNCA VI NA MINHA FRENTE AQUELA PESSOA”

por alguém é inédito, então é como se ele estivesse começando agora, apesar de já estar há anos com prática sexual. E por vezes ele falha.

## Até que ponto esse tipo de conduta de privilegiar o sexo virtual é saudável e sustentável?

Num primeiro momento, estar preocupado consigo mesmo, se bastar, é tudo de bom. Só que, ao longo do tempo, a própria pessoa vai percebendo que ela não desfruta de uma outra alternativa que poderia ser interessante, que ampliaria o contexto. A situação que nós estamos vivendo é a pós-modernidade líquida. Lembra-se então quando o Bauman (*Zygmunt Bauman, filósofo e sociólogo polonês*) trouxe esse conceito de que estávamos vivendo relacionamentos muito descompromissados e muito temporários, tudo é rápido e é sem a mínima necessidade de continuidade,

## RELACIONAMENTO

não só no sexo. A geração que antecedeu a geração Z usufruiu dessa temporariedade e desse descompromisso, e a sensação de solidão, a depressão que essas pessoas passaram a viver e que, com a pandemia, se tornou ainda mais evidente, foi o resultado desse descompromisso. Aí vem uma geração Z, que resolve de outra forma: eu até fico várias vezes com a mesma pessoa, mas num outro plano. Eu até me prendo, até me ligo, mas no outro plano.

### **Que é o plano virtual...**

Sim, é o plano virtual. Porque 'eu não quero sair do meu conforto'. É uma geração que preza muito o seu conforto. Então essa coisa voltada para si vem da geração anterior, que é o descompromisso e a provisoriedade.

### **Há estatísticas que mostram que a geração Z também vem sendo fortemente impactada por problemas de saúde mental. Como vê esse paradoxo de ser uma geração com mais possibilidades de parceiros e amigos, mas que também se sente muito sozinha e tem altos índices de ansiedade e depressão?**

É uma geração que não se expõe e, quando se expõe, sente que é muito frágil. Não acho que a responsabilidade seja deles. Eles precisam ser colocados nas situações, não atrás de telas, mas diante da vida. Então quando a vida se impõe, inexorável, ele se perde. Na solidão do seu quarto, que não é vivida como solidão porque ali ele tem um mundo todo, ele manuseia tudo, ele é o dono do pedaço. Agora, quando ele tem de se compor no mundo em que todo mundo está buscando uma posição, por vezes ele se sente incompetente. Há uma falta de preparo para uma vida adulta.

### **A sra. comentou que hoje há muito mais estímulos (*sexuais e não sexuais*) para a libido. Hoje há acesso livre a vídeos pornográficos das mais variadas práticas. Esse amplo acesso à pornografia online também está mudando o comportamento sexual das gerações mais jovens?**

Tudo que o nosso cérebro vê repetidamente, ele assimila, e mesmo que, em um pri-

# RELACIONAMENTO

meiro momento, tenha parecido absurdo ou fora de propósito, pela assimilação vai se tornando habitual e, ao se tornar habitual, se torna corriqueiro, normal e natural. E a partir daí, é passível de ser repetido porque tudo que eu vejo e assimilo, eu incorporo e passo a repetir. Então aquelas múltiplas alternativas pornográficas, sejam elas saudáveis ou não, passarão a ser exercidas por esses jovens porque se tornaram cotidianas. Mas com uma agravante: a parceria que o jovem escolhe para se excitar (*com a pornografia*) é deslumbrante, performática, e, de repente, no presencial, no físico, é muito ‘inferior’. Então, ele não se excita. Esse é outro aspecto, ele não consegue ter com aquela parceria do mundo real o prazer que ele tem com a que foi escolhida na internet. E aí ele falha, por falta de atração. E agora, com a inteligência artificial, nós vamos ter isso mais exacerbado ainda.

## **Como fazer uso equilibrado das novas tecnologias para que elas não sejam uma trava para que o jovem viva experiências também no mundo fora das telas?**

Claro que tudo que existe precisa ser incorporado, então não acho que vamos demonizar a rede social, a internet, nem vamos tirá-las da vida. Primeiro que não dá para tirar. Se você tira, de alguma forma, a criança ou o adolescente vai buscar em algum lugar. Então vamos equilibrar. Vamos deixar clara a importância de viver no mundo real, assim como no mundo virtual, com uma parcimônia, não ficar se escondendo do mundo real no mundo virtual.

### LEIA MAIS

**Sem filhos, nem parceiros fixos: saiba o que é agamia, nova forma de relacionamento dos jovens** <https://tinyurl.com/4yzbd5se>

**Geração Z não quer pagar por recursos extras em apps de namoro e vira desafio para o Tinder** <https://tinyurl.com/bdcsunnw>

**Sabe o que é tecnossexual? Entenda o que significa ter romances mediados por tecnologia** <https://tinyurl.com/y2pyn839>

## DIFICULDADES

Jovens levam pais a entrevistas de emprego; recrutadores dão dicas

## AMANDA FUZITA

**J**ovens recém-formados da geração Z estão levando seus pais para participar das entrevistas de emprego. Isso aconteceu em 20% das empresas consultadas em um levantamento feito nos Estados Unidos com 800 gestores, diretores e executivos responsáveis por contratações, ouvidos pela Intelligent, revista on-line universitária.

Segundo o mesmo estudo, os jovens têm sido alvo de críticas pelo comportamento no ambiente de trabalho, em questões como o uso de roupas inadequadas, falta de habilidades de comunicação, dificuldades em cumprir horários, em lidar com a rotina estabelecida, desafios em gerenciar a carga de trabalho e uma tendência a se ofenderem facilmente.

O cenário traz questionamentos às empresas sobre a preparação e a maturidade desses novos profissionais. Esse problema também é observado no Brasil, e diversos profissionais de RH apontam situações atípicas nos processos seletivos.

**Jovem de 20 anos levou mãe e tia na entrevista**

Andre Minucci, mentor de empresários e especialista em desenvolvimento profissional, relatou uma experiência surpreendente de uma jovem de 20 anos que levou a mãe e a tia na entrevista presencial, alegando que a tia tinha experiência no mercado de trabalho.

“Nos surpreendeu porque, ao recebermos a candidata, ela apresentou a mãe e a tia, perguntando se poderiam participar com ela”, conta. “Com respeito e delicadeza, explicamos que não era permitido e que era uma vaga para pessoas sem experiência. A mãe ainda insistiu: ‘Eu não posso ir mesmo?’. A garota ficou um pouco relutante, mas acabou fazendo a entrevista.”

## TRABALHO

### Recrutadora percebeu presença do pai em entrevista on-line

Patrícia Santos, fundadora da Empregue Afro, especialista em recursos humanos focada em equidade racial, relata um caso marcante durante uma entrevista por videochamada:

“Lembro de ver a manga da camisa do pai da candidata aparecendo e a jovem olhando com frequência para que ele avaliasse as respostas. Dava para ouvir o pai falando do lado. Até a hora em que eu questioneei: ‘Quem está aí do seu lado é seu pai?’”, conta.

“A menina confirmou e ficou bastante constrangida. Ele apareceu na câmera e se apresentou, e eu falei que ficava feliz que ele estivesse ali apoiando, mas que era importante que a filha conversasse comigo sozinha.”

Segundo a especialista, é um fenômeno recente de uma geração muito ligada à tecnologia que sofre com dificuldade na interação com as pessoas. São mais tímidos, travam na hora de falar. E os pais, querendo ajudar, acabam participando das entrevistas.

### Pais questionam reprovação e demissão dos filhos

A gerente de projetos da Companhia de Estágios, Jéssica Gondim, diz que é comum se deparar com pais que cobram retorno em relação à vaga e se mostram mais engajados que o próprio candidato. “Eles falam: ‘Meu filho precisa trabalhar, por que ele foi reprovado?’”. Fernando Campos, CEO do Portal de Estágios, diz que os responsáveis chegam a entrar em contato com a empresa para questionar desligamentos. “É bem chato, mas acontece.”

Jéssica Gondim também afirma ser comum que os telefones nos currículos e nos cadastros sejam os dos pais. “Ligamos ou mandamos mensagem pelo WhatsApp para o candidato no número de cadastro e, quando vamos ver, é a mãe”, conta. “É recorrente.”



*“Lembro de ver a manga da camisa do pai da candidata aparecendo e a jovem olhando com frequência para que ele avaliasse as respostas”*

**Patrícia Santos,**  
especialista em recursos humanos

# TRABALHO

## Mãe impediu recrutadora de falar com jovem

A gerente de relacionamento com instituições de ensino no Núcleo Brasileiro de Estágios (Nube), Camila Garcia, lembra quando tentou marcar uma entrevista com um estudante, maior de idade, mas a mãe a barrou.

“Eu liguei no telefone, e era o telefone da mãe que estava no currículo dele. Ela atendeu. Pedi para falar com o candidato, ela disse que eu poderia falar com ela, pois ele era envergonhado. Expliquei que era importante que eu falasse com ele. Ela continuou insistindo que eu passasse as informações para ela, porque ele não iria conseguir se comunicar comigo”, diz.

“A mãe se mostrou bastante resistente, porque aparentemente achava que ele não seria capaz de responder, e eu precisei falar: ‘Como eu não consigo falar com seu filho, infelizmente não conseguirei seguir com o processo’.”

“Em outra ocasião, uma candidata, também maior de idade, trouxe o avô em uma entrevista presencial de estágio. O avô disse que tinha medo de que a garota trabalhasse na região central, porque era um pouco perigosa e não sabia se ela conseguiria”, afirma.

## >> Como se sentir seguro na entrevista?

Enfrentar uma entrevista de emprego pode ser um desafio assustador para muitos candidatos, mas a chave para se sentir seguro depende de uma boa preparação e confiança. Para isso:

**1** Avalie a cultura, os valores e, se possível, a pessoa que conduzirá a entrevista. O conhecimento aprofundado do contexto ajudará a responder às perguntas de forma mais precisa;

**2** Pratique antes. Simular uma entrevista com um amigo ou familiar pode ser útil;

**3** Prepare perguntas que sejam relevantes e as repita em voz alta. Além de aprimorar as suas respostas, isso também aumentará a sua confiança;

**4** Foque nas suas conquistas anteriores, lembre-se de como elas o prepararam para esta oportunidade.

## PERRENGUE NO DIA A DIA

# ‘Geração digital’ tem dificuldade ao usar computadores

**ALICE LABATE\***

Chamada de “geração da tecnologia”, a geração Z é conhecida por ser conectada desde cedo, já que experimentam o mundo digital desde muito crianças. Ainda assim, ao iniciar no mercado de trabalho, esses jovens vêm surpreendendo empregadores e recrutadores por apresentarem dificuldades básicas ao mexer com computadores.

“Durante processos seletivos para vagas, nós fomos observando dificuldade por parte dos jovens no uso de algumas ferramentas pelo computador, até para acessar chamadas de vídeo”, diz Vitoria Ribeiro, recrutadora da agência de integração Nube. “Achei que era só impressão minha, mas comecei a ver as pessoas comentando nas redes sociais e percebi que é algo que realmente acontece.”

Diversos usuários nas redes sociais - em sua maioria, millennials, nascidos entre 1980 e 1994 - têm compartilhado suas experiências trabalhando com pessoas da geração Z, e todos reclamam da mesma coisa: a falta de habilidade desses jovens ao usar computadores de mesa, desses que têm Windows como sistema operacional e que exigem tarefas em processadores de texto e planilhas.

Geralmente, vagas de estágio ou de jovem aprendiz não têm requisitos focados em habilidades com plataformas muito complexas, porém mesmo as mais comuns podem ser desafiadoras. “As empresas exigem conhecimento, não necessariamente cursos, mas conhecimento de algumas plataformas, principalmente ferramentas como Excel, esse é o mais comum”, diz Vitoria.

# TRABALHO

A estudante de Administração Larissa Menegasso, de 23 anos, conta que, até conseguir a sua atual vaga de estágio, teve dificuldades em processos seletivos anteriores. “Hoje tenho facilidade com os programas que uso para trabalhar, mas no começo eu não sabia nada. Quando via requisitos de conhecimento em Excel, para mexer com planilha, eu desistia da vaga, aquilo me assustava, achava que seria humilhada por não saber usar”, conta.

Dependendo do tipo de vaga, os processos seletivos têm fases que testam na prática os programas que estão como requisito. “Nem todas as empresas fazem testes práticos, mas quando fazem, muitas vezes os resultados não são satisfatórios”, explica Almiro Neto, supervisor do CIEE no Ceará.

Vitória também conta que já passou por uma situação engraçada, em que uma candidata fugiu de um teste prático: “Estávamos fazendo teste para uma vaga de design gráfico, e os candidatos precisavam saber mexer em ferramentas de edição de imagem, como Photoshop, mas na hora do teste uma candidata pediu para ir ao banheiro e nunca mais voltou.”

## Quais são as principais dificuldades?

“O grande desafio desses jovens é usar as funções de um programa no dia a dia, ou seja, saber como e quais funções usar para resolver situações de cotidiano de trabalho”, explica João Martins, sócio-fundador da Hashtag Treinamentos, que oferece cursos de uso de Excel e programação.

“Eu vejo que a dificuldade maior por aqui é com o Gmail, que é a plataforma que mais usamos”, explica Roberta de Santana, supervisora do Instituto Saber Aprendiz.



*“Hoje tenho facilidade com os programas que uso para trabalhar, mas no começo eu não sabia nada”*

**Larissa Menegasso**  
estagiária e estudante  
de Administração

## TRABALHO

“Para a gente é muito fácil e básico, mas para os estagiários, por exemplo, temos de ensinar a usar algumas funções, como organizar a caixa de entrada com tags.”

Os jovens que ainda nem chegaram ao mercado de trabalho também enfrentam desafios. Daniel Proença é coordenador de Tecnologia Educacional no Colégio Presbiteriano Mackenzie Tamboré - Internacional e dá aulas para alunos do ensino médio, com idades entre 14 e 17 anos. Ele explica que, apesar de sempre conectados, eles têm dificuldades com a tecnologia.



*“Embora muitas vezes vistos como ‘nativos digitais’, os jovens também enfrentam desafios ao interagir com plataformas tecnológicas”*

**Daniel Proença,**  
coordenador de Tecnologia  
Educativa no Colégio  
Presbiteriano Mackenzie

“Embora muitas vezes vistos como ‘nativos digitais’, os jovens também enfrentam desafios ao interagir com plataformas tecnológicas”, diz Proença. “As dificuldades enfrentadas ao usar softwares específicos são multifatoriais, abrangendo desde o desenvolvimento cognitivo e psicomotor até experiências limitadas com tecnologia, interfaces não intuitivas, excesso de informação, variações nas motivações e no engajamento, diferenças individuais em estilos de aprendizagem e a falta de acessibilidade e design universal nos softwares”, detalha.

### Por que a ‘geração da tecnologia’ não tem facilidade com PCs?

Apesar de a geração Z estar sempre conectada, nem sempre isso acontece por meio de um PC - o celular, claro, ganha com folga. E mesmo quando esses jovens usam um computador, o acesso não é focado nas ferramentas mais exigidas para vagas de emprego. “Sempre usei bastante o computador, mas não esses programas voltados para trabalho. Eu não precisava na época, então não me preocupei em aprender lá atrás”, diz Bianca Andrade.

De acordo com a pesquisa TIC Domicílios feita em 2023, 95% das pessoas entre 16 e

# TRABALHO

24 anos se conectam à internet. Dentro desse grupo, 100% das pessoas acessam a internet pelo celular, 63% acessam pela TV e 49%, pelo computador - aqui, a preferência pela TV indica o streaming de vídeo como uma atividade mais elevada do que atividades realizadas no PC.

Já entre o público mais adulto, entre 25 e 34 anos, 94% estão conectados à internet - desses, 52% acessam a internet pelo PC. “Vimos que o pessoal mais velho, perto dos 30 ou 40 anos, tem mais afinidade com o computador, geralmente eles fazem mais cursos, o que é menos observado no público mais jovem”, explica Vitoria.

## **Cursos com foco no mundo profissional**

Com o aumento da procura, atualmente há diversos cursos específicos que ensinam como usar essas ferramentas com foco no mundo profissional - é como se depois de tudo o que a tecnologia evoluiu, a sociedade tivesse voltado para a era do “cursinho de informática”, popular nos anos 1980 e 1990.

Apesar do foco no mercado de trabalho, as motivações para fazer esses cursos variam. João Martins explica que no Hashtag Treinamentos, alunos de 16 a 25 anos têm como principal motivação conseguir estágio ou vaga de trainee. Já os de 26 a 35 anos geralmente já estão inseridos no mercado de trabalho e têm como objetivo a transição de carreira, enquanto alunos a partir dos 36 anos normalmente são os que querem apenas aprender a usar esses programas para se sentirem atualizados.

“Fui concorrer a uma vaga, porque vi que alguns requisitos eu já tinha, mas quando perguntaram do Excel e eu disse que sabia só o básico, me desclassificaram de cara, por isso fui atrás de um curso”, conta Bianca. “O Excel é um pré-requisito para praticamente todas as vagas no mercado de trabalho, mas nas escolas e faculdades isso não é muito ensinado nem praticado, então esses alunos depois acabam precisando fazer cursos”, explica Martins. “O ideal seria ensinar essas habilidades nas etapas anteriores da formação do aluno.”

“Costumo dizer que os jovens aprendem muito fácil. Quando eles passam a usar uma plataforma, aprendem rápido”, diz Almiro Neto, do CIEE. “O que falta é oportunidade e orientação.”

\*ALICE LABATE É ESTAGIÁRIA SOB SUPERVISÃO DO EDITOR BRUNO ROMANI

## AMIGO VIRTUAL

# ‘Prefiro falar com robô’: jovens buscam conselhos profissionais no ChatGPT e evitam chefes

AMANDA FUZITA

Estudo da agência de pesquisa Workplace Intelligence e da consultoria INTOO apontou que 47% dos profissionais da geração Z afirmam que têm recebido melhores conselhos de carreira do ChatGPT do que de seus gestores. O levantamento ouviu 1.600 líderes de RH e outros profissionais nos Estados Unidos. A mesma pesquisa mostrou que 1 em cada 5 funcionários afirma nunca ter conversas sobre carreira com seu gestor.

Entre os entrevistados, 62% afirmaram que gostariam de falar mais frequentemente com os seus gestores sobre sua carreira, mas que eles estão ocupados para isso. O diagnóstico da pesquisa é de que os trabalhadores da geração Z têm se sentido “desconectados” da sua chefia.

## Melhor falar com um robô do que com uma pessoa

O **Estadão** ouviu jovens que consultam o ChatGPT em suas decisões profissionais. Veja a seguir:

“Por que vou mandar uma mensagem para um gestor ou qualquer pessoa perguntando algo, se eu consigo descobrir sozinho na internet? Sempre vai ser mais rápido recorrer ao ChatGPT, poupa muito tempo. A minha geração já cresceu muito ligada à internet, a gente vê a internet desde sempre como a única fonte que vai saber dizer tudo que a gente precisa. É uma relação de confiança que já foi sendo construída com o tempo e agora mais com o ChatGPT, que vai gerar uma resposta exclusivamente

## TRABALHO



*“Não acredito que substitua o conselho do gestor, mas uso bastante no meu dia a dia de trabalho. O chat me ajuda principalmente a economizar tempo. Eu consigo fazer mais tarefas em menos tempo e com maior eficiência”*

**Laura Vilela,**

especialista de Marketing no Nubank

única para você”, afirma Vinicius Marotti, de 19 anos, estudante de Marketing e analista de Insights Jr. no iFood.

Laura Vilela, especialista de Marketing no Nubank, conta que usou o ChatGPT durante o recente processo de transição de carreira, e traz um contraponto sobre a substituição dos gestores.

“Eu fui da área de pesquisa para o marketing. E, durante essa transição, usei muito ChatGPT para adquirir alguns conhecimentos e entender um pouco mais do dia a dia desses profissionais, aspectos específicos do marketing e conhecimentos que precisava adquirir. E principalmente entender como eu poderia utilizar

todas as habilidades que eu tinha nessa minha nova área de atuação”, explica.

“Não acredito que substitua o conselho do gestor, mas uso bastante no meu dia a dia de trabalho. O chat me ajuda principalmente a economizar tempo. Eu consigo fazer mais tarefas em menos tempo e com maior eficiência.”

### Falta tempo de qualidade com o chefe

Segundo a mentora de carreira Paula Boarin, esse não é um fenômeno novo. Para ela, as gerações passadas também tinham dificuldade de encontrar tempo de qualidade com o seu gestor.

“Já buscávamos conhecimento em cursos, Google e YouTube, justamente pela indisponibilidade de tempo. A grande vantagem da IA é a disponibilidade full time, nenhum ser humano está à nossa disposição 24 horas por dia, 7 dias por semana, como a inteligência artificial”, diz. “O ponto positivo é que ela está sempre disponível, mas em contrapartida oferece apenas soluções gerais, sem o conhecimento da cultura, que é percebido por quem vive, com sutilezas, vieses e regras ocultas”, completa.

# TRABALHO

## >> Como usar o ChatGPT para orientação profissional?

Se você vai consultar uma IA para ter dicas profissionais, é preciso fazer perguntas mais certeiras. O especialista em IA Edney Souza, conselheiro de Tecnologia e Inovação, indicou alguns exemplos de comandos para usar no ChatGPT buscando desenvolvimento profissional:

Como conselheiro profissional especializado em orientação de carreira para jovens, forneça um plano detalhado de desenvolvimento profissional para um jovem que acaba de se formar em [campo de interesse] e está começando em uma nova empresa. Este plano deve ajudar a resolver o problema específico de [descrever o problema específico] e incluir as seguintes seções:

**1.** Adaptação ao Ambiente de Trabalho: [descrever o problema específico];

- 2.** Desenvolvimento de Habilidades Profissionais;
- 3.** Estratégias de Networking Interno;
- 4.** Técnicas de Resolução de Conflitos;
- 5.** Planejamento de Carreira a Curto e Médio Prazos;
- 6.** Recursos de Suporte.

“Lembrando que ele vai dar uma resposta resumida para cada um dos seis tópicos acima. Para ter uma resposta mais completa, sugiro pedir um tópico de cada vez”, explica. “É importante lembrar que a máquina alucina (*inventa respostas incorretas*), e esses conselhos devem ser usados com cautela, bom senso e pensamento crítico”, afirma o especialista.

## LEIA MAIS

**Dois Pontos: O que a geração Z quer no trabalho é justo ou só mimimi? Entenda em 5 vídeos curtos** <https://tinyurl.com/3ym9w4ap>

**Geração Z já está alfabetizada em IA e quer mudar o mercado de trabalho** <https://tinyurl.com/mr2cd42u>

**Por que a geração Z foge de cargos de liderança no mercado de trabalho?** <https://tinyurl.com/bddv4xaj>

**Trabalhadores da geração Z sabem aceitar críticas, mas você está falando da forma errada** <https://tinyurl.com/yyjm7cxn>

## **HUMILHADOS SENDO EXALTADOS**

O CD voltou:  
discos encantam  
mesmo quem nem  
tem onde tocá-los

## NOSTALGIA

ZOE GLASSER

THE WASHINGTON POST

**K**ate Carniol, de 23 anos, vem colecionando todos os CDs da Taylor Swift desde o lançamento original de *Speak Now*, em 2010. O lançamento de um novo álbum significa a compra de um novo CD, regra que ela reserva exclusivamente para Taylor, cuja discografia completa enche uma prateleira no quarto de Kate na casa da família.

Mas ela não tem CD player. Não ouve os CDs de Taylor Swift há anos, sempre opta por uma plataforma de streaming. Kate, assim como outros jovens colecionadores, considera o CD mais uma mercadoria do que uma ferramenta funcional para consumir música. Ela adora as fotos, o design do álbum.

### A reconquista dos CDs?

Os CDs representam uma pequena porcentagem dos ganhos da indústria musical: cerca de 3% em 2022, bem abaixo dos 96% em 2002. Os serviços de streaming digital dominam o mundo há mais de uma década, com o vinil subindo ano após ano.

Os CDs não tiveram esse ressurgimento. Mas vêm atraindo uma base de jovens adultos que atingiram a maioria muito depois do apogeu do compact disc. São as autoproclamadas CD people, um grupo pequeno mas dedicado que continua adorando os CDs e esperando seu renascimento.

Tabby Bernardus, de 22 anos, uma recém-formada universitária de Los Angeles, lembra-se de quando seus pais lhe deram um imenso CD player com vários discos quando era criança. Ela ouvia o favorito de seu pai, The Shins, ou o favorito dela mesma, Joni Mitchell, além de uma nova banda (na época) chamada Florence and the Machine ou um clássico como Metallica.

## NOSTALGIA

Desde então, Tabby colecionou cerca de 200 CDs, alguns novos e outros retirados de caixas de brechós. Ela os coloca no som do carro – o único CD player que tem, porque o tocador de CDs de carrossel já não existe mais – e ouve o álbum inteiro na ordem pretendida. Assim como seus pais, ela mantém uma pasta cheia de CDs no carro.

“Gosto da possibilidade de colecionar os CDs e também da sensação de entrar numa loja e comprar algo, em vez de ir ao Spotify e adicionar à playlist, que é uma coisa que também faço”, diz. “Você sabe em qual loja ou em que momento da sua vida você comprou aquele CD, e acho que tudo isso deixa um pouco mais de impacto em você.”

### Apoio dos fãs aos artistas

Muitos colecionadores participam de espaços de fandom, onde a compra de CDs é uma expressão do amor por seu músico ou banda favorita. Quando um fã compra um CD, está apoiando seu músico mais do que o faria se o ouvisse centenas de vezes nos serviços de streaming. Os fãs de alguns gêneros parecem particularmente atraídos pelos CDs: country e K-pop estão entre os mais fortes, disse Jon Strickland, vice-presidente de vendas da Sub Pop Records.

Para Ben Fitchett, de 23 anos, colecionador de memorabilia musical em Los Angeles, o importante é ter itens autografados. Fitchett tem placas de certificação de discos de artistas como Selena Gomez e Justin Bieber, junto com um vestido de tule que Ariana Grande usou certa vez no palco. Ele coleciona especificamente CDs autografados e é membro de vários grupos do Facebook nos quais os fãs compram, vendem e aconselham uns aos outros sobre se as assinaturas parecem legítimas ou falsificadas.



*“Você sabe em qual loja ou em que momento da sua vida você comprou aquele CD, e acho que tudo isso deixa um pouco mais de impacto em você”*

**Tabby Bernardus**, 22 anos,  
universitária

# NOSTALGIA

“As pessoas ficam, tipo, ‘Estou atrás deste CD. Alguém tem?’ Aí alguém diz, ‘Eu tenho, mas estou atrás daquilo’. E por aí vai, são muitas negociações. As pessoas acessam esse tipo de página porque sabem que há fãs ali”, diz.

## Preço também conta

Outro motivo para a subcultura das coleções talvez seja simples: as pessoas gostam de objetos, e esses objetos são relativamente baratos. Os CDs são mais fáceis de armazenar e mais baratos que os discos de vinil.



*“As pessoas ficam, tipo, ‘Estou atrás deste CD. Alguém tem?’ Aí alguém diz, ‘Eu tenho, mas estou atrás daquilo’. E por aí vai, são muitas negociações. As pessoas acessam esse tipo de página porque sabem que há fãs ali”*

**Ben Fitchett**, 23 anos, colecionador de memorabilia musical

O preço baixo faz parte do apelo para Veronica Fuentes, de 20 anos. Ela começou a colecionar porque achou que seria engraçado comprar um CD de Lindsay Lohan que encontrou em um brechó. Desde então, Veronica criou uma variedade de rock alternativo dos anos 90, que ela usa basicamente para decoração.

Agora, está vasculhando as caixas de promoção em busca de álbuns de Fiona Apple e The Doors. Ela toca sua modesta coleção de CDs no carro – também não tem CD player em casa, embora tenha uma porta que lhe permite gravar CDs no computador.

“Acho que estamos vendo esse surto agora porque tem toda uma geração que

está saindo de casa pela primeira vez e se mudando para seus próprios espaços. E (os CDs) estão crescendo como peça de decoração, porque são acessíveis para todo mundo, é um tipo de moda”, diz ela.

Veronica também gosta da estrutura definida dos CDs e de sua capacidade limitada

## NOSTALGIA

de pular faixas, além de sua estética anos 2000 e seu valor para artistas emergentes.

### Volta tímida

Os colecionadores, ansiosos por um renascimento do CD, ficaram entusiasmados quando, em 2021, as vendas do formato viveram seu primeiro aumento desde 2004. Strickland diz que elas aumentaram na Sub Pop Records nos últimos anos.

Mas a Associação da Indústria Fonográfica dos Estados Unidos (RIAA, na sigla em inglês), que monitora a quantidade e a mídia das vendas de música no país, não dispõe de dados que indiquem que os CDs estejam voltando. O diretor de pesquisa da RIAA, Matthew Bass, diz que, se algum meio físico voltou para ficar, é o vinil.

“Embora tenhamos visto uma pequena mudança no radar nos últimos dois anos, se você ampliar a imagem, na verdade vai ver um declínio bastante constante nos CDs”, diz Bass.

Mas os dados da RIAA rastreiam apenas as primeiras vendas: muitos CDs são vendidos de segunda mão e é praticamente impossível rastreá-los. John T. Kurz, proprietário da Waterloo Records, em Austin, diz que as vendas de CDs usados continuam consistentes, mesmo com as vendas de CDs novos oscilando durante a ascensão do streaming.

### Qual é o atrativo do CD?

Os dados também não conseguem quantificar o que está atraindo um pequeno, mas dedicado, segmento da geração Z para os CDs. Kurz acha que os jovens estão



*“Embora tenhamos visto uma pequena mudança no radar nos últimos dois anos, se você ampliar a imagem, na verdade vai ver um declínio bastante constante nos CDs”*

**Matthew Bass**, diretor de pesquisa da Associação da Indústria Fonográfica dos EUA

## NOSTALGIA

interessados em ouvir um álbum na ordem originalmente pretendida pelo artista e que, para os consumidores, é cada vez mais importante apoiar financeiramente seu artista favorito, na medida do possível.

“Acho que as pessoas querem ter a propriedade de suas músicas, em vez de apenas baixá-las gratuitamente ou, se estão assinando um serviço de streaming, basicamente alugar músicas”, diz ele. “Os fãs mais instruídos sabem que, às vezes, cem mil reproduções no streaming não dão nem para comprar um sanduíche. *(Os colecionadores querem)* ser realmente respeitosos e apoiar os artistas e saber que há um retorno decente para eles.”

Independentemente de os CDs voltarem a igualar ou ultrapassar o vinil em vendas, não parece que o meio físico vá escapar da consciência do público tão cedo. Os ouvintes adoram a possibilidade de segurar, tocar e possuir música permanentemente e apreciam o ritual de interagir com a arte além de apenas apertar o play.

“O que mais vale é o ato de ouvir música, que ficou tão fácil e acessível para todo mundo hoje em dia. Faz com que pareça mais uma escuta ativa”, diz Veronica Fuentes. “Parece que não estou só dando play nas minhas músicas favoritas. Quero ouvir as músicas e escolher uma vibe específica para mim e meus amigos. Quero tratar a música com um pouco mais de respeito.” / TRADUÇÃO DE RENATO PRELORENTZOU

## RESGATE

# Jovens viram fãs de filmes nacionais mais velhos do que eles

**JULIA QUEIROZ**

Um compilado de imagens e trechos de uma produção, em cortes de apenas poucos segundos, com transições rápidas e uma música ou áudio do momento ao fundo. Essa é uma descrição básica de um edit, tipo de vídeo que domina as profundezas do TikTok e logo se espalha para plataformas como X (antigo Twitter) e Instagram.

Esses conteúdos talvez já sejam conhecidos por quem passa bastante tempo nessas redes sociais. Feitos por fãs apaixonados, eles podem divulgar seriados, longas e artistas de todos os tipos. Essa produção, no entanto, tem chamado a atenção pela capacidade de atrair jovens e adolescentes para um nicho que muito pode se beneficiar do interesse desse público: o do cinema e da televisão nacional, em especial de produções antigas.

No TikTok, vídeos com as hashtags #cinemanacional e #cinemabrasileiro acumulam milhões de visualizações. Os primeiros vídeos, além de trechos de produções, são edits de filmes como *Carandiru: O Filme* (2003), *Cidade de Deus* (2002), *Gabriela* (1983) e *Eu Sei Que Vou Te Amar* (1986).

Um dos casos que mais chamaram a atenção recentemente foi o da minissérie *Hilda Furacão*, de 1998, estrelada por Ana Paula Arósio e Rodrigo Santoro. Edits da produção viralizaram de tal maneira que impulsionaram o alcance da minissérie no streaming.

**Afeto pelas obras**

Wanderley Teixeira, doutor em Comunicação e Cultura Contemporâneas e crítico de cinema, aponta que os edits são a ramificação de um tipo de produção que já

## NOSTALGIA

existe desde os anos 1990 e 2000, mesmo que em diferentes formatos.

Nestas décadas, quando o avanço da internet se aliou ao lançamento de grandes franquias como *Matrix* e *Harry Potter*, fãs passaram a criar vídeos a partir dessas obras e compartilhá-los em plataformas como YouTube e o então Twitter.

“Isso antecede o próprio TikTok e vem muito desse momento em que a gente vive, em que as pessoas têm recursos para expressar seu afeto por essas obras a partir de uma produção que se apropria de cenas e imagens desses produtos”, afirma.

Daiana Sigiliano, doutoranda em Comunicação e pesquisadora de ficção seriada contemporânea e redes sociais, lembra que, agora, os edits são compartilhados e acessados em redes sociais “pautadas por um volume ininterrupto de informação”.

“O que a gente observa, de modo geral, é que esses vídeos realizam a curadoria de conteúdos, seja a partir dos melhores momentos de um reality show que está no ar, seja na seleção das cenas de um casal LGBTQ+ de uma telenovela ou da sequência mais polêmica de um filme”, explica.

Além disso, ela conta que os edits - em especial quando falamos do nicho do cinema nacional - também fazem uso da nostalgia, “que está presente em outros segmentos já há alguns anos, de recuperar acervos, obras do passado, mas com a estética contemporânea das plataformas digitais”.

### Quem faz?

A reportagem conversou com Fernando (nome fictício; ele preferiu não ser identi-



*“Isso antecede o próprio TikTok e vem muito desse momento em que a gente vive, em que as pessoas têm recursos para expressar seu afeto por essas obras a partir de uma produção que se apropria de cenas e imagens desses produtos”*

**Wanderley Teixeira**, doutor em Comunicação e Cultura Contemporâneas e crítico de cinema

# NOSTALGIA

cado), administrador do perfil @rt\_brasywood, do TikTok. Aos 15 anos, ele diz que criou a conta, que acumula 30 mil seguidores e 1,5 milhão de curtidas, justamente com o intuito de divulgar produções nacionais.

“Meu perfil começou a crescer de fato logo após a postagem de um edit de um filme nordestino independente de comédia romântica chamado *Ai Que Vida* (2008), que já era conhecido por muitos da minha região. Foi um edit simples, jamais imaginaria que conseguiria alcançar tanta gente a ponto de outras pessoas começarem a se inspirar e editá-lo também”, lembra.

Ele afirma que não tem nenhum retorno financeiro pela conta no TikTok e que já recebeu alertas por direitos autorais, “mas não é frequente”.

“Para editar, procuro pelo filme ou episódio de determinada série e dele retiro as cenas que serão usadas. Não sei ao certo quanto tempo leva para ficar pronto, mas nunca passa de um dia”, explica.

Ele costuma ver como os edits geram interesse do público com o feedback dos seguidores: “Geralmente perguntam pelo nome, vão atrás, querem mais recomendações, acho ótimo.”

## **E o cinema... cresce mesmo?**

Para Daiana Sigiliano, mesmo que os edits de filmes e séries nacionais representem apenas um nicho da internet, eles podem impulsionar o consumo dessas produções. “Esse processo de influência no consumo de conteúdos midiáticos a partir da curadoria e viralização de edits e threads pode ser observado não só no audiovisual, mas na literatura quando, por exemplo, as livrarias incluem a sessão ‘TikTok’ nas prateleiras”, compara.

Já Wanderley Teixeira aponta que é difícil classificar o impacto dos edits sem uma análise de comparação com o consumo da produção nacional, mas que a capacidade

# NOSTALGIA

desses vídeos de conversar e atrair os jovens já é benéfica.

Além disso, vale o questionamento: esse estímulo ajuda apenas a resgatar produções antigas ou também pode impulsionar lançamentos recentes? Afinal, conferir o acervo de um serviço de streaming não é o mesmo que assistir a um filme em uma sala de cinema.

“Acredito que esse processo de propagação de conteúdos midiáticos, que acaba gerando uma ‘onda’ de consumo por parte do público, é reflexo não só do ambiente digital, mas desse novo modo de consumo contemporâneo - consumo esse que é pautado pela produção do público e pela viralização nas redes sociais”, diz Daiana.

Nesse sentido, ela diz que os edits podem, sim, incluir diferentes segmentos e cita exemplos como o resgate de filmes como *Eu Sei que Vou te Amar* (1986) ou um lançamento atual como *Saltburn* (2023) - exemplo também citado por Wandelely -, que recebeu uma enxurrada de edits no TikTok (na casa de bilhões de visualizações) e passou semanas como um dos mais vistos no streaming.

Fernando vai além e cita produções nacionais que, para ele, tiveram sucesso com a ajuda das redes sociais e do público mais jovem: *Raquel 1:1*, *Os Outros* e *Cangaço Novo*. “Para mim, é de grande importância ter conhecimento, saber o que foi produzido, o que está sendo produzido e o que ainda será produzido, até porque nosso histórico no cinema e na televisão não terminou nos anos 1970 e 1980”, diz.

## CLIQUE VINTAGE

# Eles desenterram a Cybershot e sentem gostinho da era do Orkut

**BRUNA ARIMATHEA**  
**ALICE LABATE\***

A volta do emo, das calças de cintura baixa e de Paris Hilton atestam que a cultura e a estética dos anos 2000 passam por um momento de redescoberta pela geração Z - a cantora Olívia Rodrigo, por exemplo, inspira muitos jovens a embarcar na onda. Agora, mais um item do período em que o Orkut era rei faz sucesso entre essas pessoas: a Cybershot.

É pelo nome da câmera digital que a Sony comercializou nos anos 00 que os jovens atualmente se referem a qualquer dispositivo do tipo - mesmo que sejam de outras marcas, como Canon, Kodak, e Panasonic.

Segundo dados do Google Trends, ferramenta que mede o interesse por assuntos pesquisados no buscador, a procura pelo assunto começou a ganhar força no fim de 2022, quando o termo “powershot”, correspondente a um modelo da marca Canon, teve um pico. Do mundo digital para o real, foi um pulo para que as câmeras digitais voltassem a circular.

“Fui em festas em que as pessoas estavam usando essas máquinas e achei muito legal. Achei interessante a forma como as fotos ficam, com um ar vintage. Mas a aparência é de anos 2010, e não anos 1990. Foi quando eu quis muito ter uma câmera para mim”, conta o psicólogo Lucas Manoel, de 24 anos.

Apaixonado por fotografia, ele percebe a volta das câmeras digitais como uma oportunidade de produzir “novos” conteúdos. Com a sua primeira Cybershot em mãos, Manoel sente que tem uma máquina do tempo para um passado que quase não viveu.

## NOSTALGIA

Para quem está experimentando as câmeras digitais pela primeira vez, a novidade ganha ares de descoberta arqueológica. “A câmera digital traz uma sensação de usar algo antigo que ainda funciona e não é parte de um celular. Tem um charme próprio e é mais interessante do que fazer algo que já estamos acostumados. E ela tem a sua própria bateria, então não vai gastar a bateria do celular”, diz Luiza Dill Silveira, de 21 anos.

### Da revolução à busca por determinada estética

De fato, a volta das câmeras digitais tem um objetivo completamente diferente de quando surgiram, por volta da metade dos anos 90. Na época, o aparelho revolucionou a fotografia amadora, dominada por câmeras com rolos de filme limitados — as famosas poses. Com a máquina digital, foi possível tirar fotos, visualizar, apagar os cliques indesejados e seguir fotografando.

Agora, parece existir a busca por um tipo de estética nas imagens. Apps para smartphones Huji Cam, Dazz Cam e VSCO tentam simular os efeitos e limitações desses equipamentos, mas não são suficientes - afinal, as câmeras dos smartphones atualmente miram sempre qualidade, nitidez e detalhamento. “A gente percebe (*nas redes sociais*) quem usou filtro e quem tirou com a câmera. Então, para mim, para entrar na essência do negócio, a câmera funcionou”, diz Manoel.

No fim, a busca não é por aquilo que a Cybershot oferece, mas por aquilo que não oferece. Eduardo Pellanda, professor da Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (PUC-RS), explica que um dos aspectos que mais contribuem para a estética vintage das fotos não são as lentes, mas a falta de software.



*“A câmera digital traz uma sensação de usar algo antigo que ainda funciona e não é parte de um celular. Tem um charme próprio e é mais interessante do que fazer algo que já estamos acostumados. E ela tem a sua própria bateria, então não vai gastar a bateria do celular”*

**Luiza Dill Silveira**, 21 anos

## NOSTALGIA

“O software dos smartphones tem conseguido juntar processadores cada vez mais rápidos com a inteligência de entender a imagem — se é uma pessoa ou uma paisagem, por exemplo. É possível tirar muitas fotos quase simultâneas com exposições diferentes e juntar essas imagens em várias composições. Hoje, a mágica está muito mais no software do no hardware. É o que diferenciou as câmeras convencionais das câmeras de celulares”, explica.



*“Meu vídeo no TikTok virou um comércio de máquina digital, porque a galera nos comentários ficou perguntando: ‘Alguém vende?’, ‘Como que eu uso?’”*

**Lucas Manoel**, psicólogo, 24 anos

### Trend no TikTok

Na nova leva de fotos digitais é impossível também desvincular o uso das câmeras das redes sociais. A tendência não apenas surgiu em plataformas como X (antigo Twitter) e TikTok, mas também se alimenta delas para ganhar curtidas e engajamento, com milhões de visualizações para diferentes hashtags, como “digitalcamera” ou “cameradigital”.

Artur Bier, de 17 anos, conta que os cliques feitos por ele com sua Cybershot fazem sucesso nas redes. “Os amigos com quem saio gostaram bastante quando apareci com ela”, diz.

Da mesma forma, Manoel também compartilhou algumas imagens feitas com a câmera no TikTok e ficou surpreso quando percebeu a interação na rede. “Meu vídeo no TikTok virou um comércio de máquina digital, porque a galera nos comentários ficou perguntando: ‘Alguém vende?’, ‘Como que eu uso?’”, diz o psicólogo.

# NOSTALGIA

## Vendas crescem

Enquanto as redes começam a ser inundadas por fotografias “vintage”, canais de vendas desses aparelhos usados comemoram o aumento na procura. Uma dessas lojas, a Annalogica, tem um perfil no Instagram especializado em máquinas fotográficas antigas - desde polaroides às famosas Cybershot.

“Antes a procura era zero, as pessoas tinham até um certo preconceito com a câmera digital. Achavam cafona”, explica Giovanna Avino, uma das proprietárias da loja. “Depois, a venda aumentou muito. Quem gosta do efeito e da granulação da analógica não troca, mas as pessoas procuram as digitais por serem mais ‘fáceis’, não precisarem nem de filme nem de revelação, com a vantagem de um efeito retrô similar.”

Para quem é um pouco mais velho, a preciosidade pode estar apenas esquecida em uma gaveta. Clarisse Reis, de 34 anos, resgatou a câmera comprada em 2009 depois que viu no X e no TikTok que a máquina estava na moda outra vez. “É legal manusear a câmera e repetir o processo das antigas. Atualmente é mais sobre o uso em si do que propriamente a qualidade”, diz.

\*ALICE LABATE É ESTAGIÁRIA SOB SUPERVISÃO DO EDITOR BRUNO ROMANI

## LEIA MAIS

**‘Saudade do que a gente não viveu’: o que explica a nostalgia da geração Z pelo vinil?** <https://tinyurl.com/2s8fr34c>

**Como os jovens adultos movimentam o ‘mercado da nostalgia’ com brinquedos e produtos licenciados** <https://tinyurl.com/3m8zkpev>

## ENTREVISTA

Gerações Y e Z  
são as mais ansiosas,  
alerta psicóloga  
americana em livro

ANDRÉ BERNARDO

Quando chamou o nome de seu novo paciente, um jovem mexicano chamado Luís, na sala de espera de sua clínica em Pasadena, na Califórnia, Lauren Cook encontrou um homem nervoso, constrangido e envergonhado. Luís sofria de transtorno obsessivo compulsivo (TOC) e, entre outras manias, lavava as mãos incontáveis vezes ao dia – a ponto de elas ficarem feridas ou começarem a sangrar. “Outros pacientes já haviam descrito o TOC como se o cérebro estivesse ‘pegando fogo’ e você não tivesse um extintor por perto para apagar o incêndio”, relata a psicóloga.

Luís é apenas um dos 11 pacientes que tiveram seus casos relatados em *Geração Ansiosa – Um guia para se manter em atividade em um mundo instável* (Rocco, 2023). Cada capítulo é dedicado a um paciente diferente. O de Luís é o quarto: *Seguindo mesmo quando seu oceano é frio e assustador*. Não à toa, a autora compara uma crise de ansiedade à sensação de afogamento. Ela própria, que sofre de emetofobia (pavor a vômito) desde pequena, já teve inúmeras crises. “Há vários paralelos entre nossa mente e o mar: suas águas são desconhecidas e há tubarões à nossa volta”, adverte.

**No livro, a sra. compara crise de ansiedade à sensação de afogamento. Por que as gerações Y e Z são as mais propensas a “morrer afogadas”?**

Sim, comparo o ataque de pânico à sensação de afogamento porque é algo muito assustador. Muitas pessoas têm a sensação de que estão morrendo quando sofrem um ataque de pânico. As gerações Y e Z estão experimentando altas taxas de ansiedade por uma série de razões. Muitos deles se sentem inseguros, enfrentam dificuldades financeiras e são inundados pelas redes sociais. Embora vejam pessoas online constantemente, se sentem mais sozinhos e isolados do que nunca.

# SAÚDE MENTAL

## **A sra. diria que as gerações Y e Z são mais ansiosas do que as anteriores? Por quê? Quanto mais tecnologia, mais ansiedade?**

Ao que parece, essas duas gerações apresentam níveis mais altos de ansiedades em comparação com as anteriores. Isso se deve ao fato de que, em suas curtas vidas, suportaram convulsões políticas, onda de violência (hoje em dia, qualquer um pode ser vítima de um tiroteio) e se sentem menos esperançosas quanto ao futuro – tanto do ponto de vista financeiro quanto no que diz respeito ao aquecimento global. A tecnologia também desempenha um papel importante. Embora tenhamos hoje mais acesso à informação do que nunca, há também uma grande desvantagem nis-

so: somos constantemente bombardeados por acontecimentos preocupantes, não só nos Estados Unidos, como no mundo inteiro. Além de nos sentirmos excluídos socialmente, também sentimos que os outros estão se saindo melhor do que nós. Afinal, vemos apenas seus “melhores momentos” nas redes sociais.

ESSAS DUAS GERAÇÕES  
(Y E Z) APRESENTAM  
NÍVEIS MAIS ALTOS DE  
ANSIEDADES E SE SENTEM  
MENOS ESPERANÇOSAS  
QUANTO AO FUTURO

## **Em geral, de onde vem a ansiedade? Ela é genética (já nascemos ansiosos) ou ambiental (aprendemos a ser)?**

É uma mistura dos dois: genes e ambiente. Embora alguns sejam mais ativados do que outros (e isso se deve ao centro do medo em nosso cérebro, a amígdala, que varia em termos de tamanho e de nível de resposta), muitos de nós sofreram traumas ou outros eventos estressores que nos levam à ansiedade. Em outros casos, podemos ter sido criados em famílias onde fomos educados a nos preocupar excessivamente com o futuro. Estava arraigado em nós que a preocupação era algo essencial para que pudéssemos evitar possíveis armadilhas. Infelizmente, ao aprendermos a estar constantemente ansiosos, não aprendemos também que éramos pessoas resilientes e que, por essa razão, poderíamos superar desafios aparentemente insuperáveis.

## **De uns tempos para cá, muita gente passou a confundir inquietação com ansiedade. Como se diagnostica o transtorno de ansiedade? Não há uma banalização?**

O diagnóstico de ansiedade tem algumas características essenciais: insônia, nervosismo, inquietação, tensão muscular, dificuldade de concentração... Note que a inquietação é apenas um dos componentes da ansiedade. Por si só, não atende aos critérios de diagnóstico. É preciso que haja preocupação com o fato de parecer algo fora do controle. Eu diria que não se trata de uma banalização do diagnóstico, mas de uma simplificação do transtorno. As pessoas podem simplesmente sentir um sintoma desconfortável e achar que se trata de ansiedade. No entanto, o principal aspecto é: o quão angustiante é a ansiedade para você? E em segundo lugar: a ansiedade está trazendo impactos negativos para a sua vida? Se ambos os componentes acima estiverem contribuindo para como você se sente, então, são dois dos pré-requisitos mais importantes para o diagnóstico de transtorno de ansiedade.

### **De tudo que o que a sra. pesquisou para escrever *Geração Ansiosa*, o que mais chamou sua atenção? Qual teria sido sua descoberta mais desconcertante?**

Fiquei surpresa ao descobrir como somos afetados pela ansiedade em termos geracionais. Quando você observa como nossos genes são fisicamente alterados e transmitidos de geração em geração por causa de traumas que sofremos ou de estresses que enfrentamos, nos faz pensar não apenas sobre o que vivenciamos, mas sobre o que nossos pais e avós vivenciaram. Não significa que devemos encarar a situação como se já estivéssemos condenados. Também vimos, por meio de pesquisas, como diferentes mudanças em nosso estilo de vida podem mudar nossos genes. Isso nos motiva a viver bem não só para nós próprios, mas também para nossos filhos e netos.

### **Há cura para a ansiedade? Quero dizer: você aprende realmente a nadar ou vai precisar de colete para o resto da vida?**

Não existe “cura” para a ansiedade. Essa, aliás, é a mensagem do meu livro: aceitação empoderada! Temos de aceitar que, às vezes, podemos nos sentir ansiosos e ok, está tudo bem. Quando não nos sentirmos mais ameaçados, recuperaremos nosso poder. Também precisamos ser capacitados em nossa abordagem. Precisamos estar dispostos a criar mudanças positivas e precisamos saber que ainda podemos viver vidas realmente significativas, mesmo que, às vezes ou o tempo todo, nos sintamos ansiosos ou assustados.

## OPINIÃO

# ‘Fomo’ e ‘Folo’: entenda os vícios sociais atuais

**CAROLINA DELBONI\***

Com o crescente uso das mídias sociais versus os crescentes índices de transtornos mentais provocados pelas mesmas, especialistas e pais têm se preocupado cada vez mais. Agora, mais do que eles, os próprios adolescentes e jovens têm percebido - e sentido - o mal das redes e estão de afastando e/ ou fechando suas contas. A razão? Medo, ansiedade, angústia, tristeza, solidão.

As mídias sociais influenciam diretamente na forma como os indivíduos se veem. Com adolescentes de 13 anos verificando suas contas sociais até cem vezes por dia, os pesquisadores alertam para possíveis problemas de dependência. Outros estudos vão ainda mais longe, apontando problemas de autoestima e depressão.

E o que era para servir de integração e entretenimento, hoje já é sinônimo de medo. É o que indicam as expressões “Fomo” e “Folo”, que, do inglês, servem para classificar dois tipos de medo que surgem de um uso não saudável das redes sociais.

“Fomo” vem da expressão em inglês Fear of missing out, que pode ser traduzido como o medo de perder algo. Essa perda não é material necessariamente, mas se refere às experiências que alguém pode estar perdendo enquanto não participa. Parecido com o “Fomo” é o “Folo”, que significa Fear of logging off, ou medo de se desconectar. O medo de perder algo na internet fica tão grande que a pessoa teme sair daquele ambiente.

Um estudo de 2022 sobre o tema publicado na revista *Current Approaches in Psychiatry* classifica o “Fomo” e o “Folo” como ansiedades. Eles compõem a parte ruim do uso das redes sociais para interações entre as pessoas. Nesse contexto, o Fomo é de-

# SAÚDE MENTAL

finido como o “desejo constante de seguir a vida dos outros pela internet e o estado de ansiedade que isso desperta”.



*“Ao mesmo tempo você tem o medo de desconectar e perder sabe-se lá o que, você também tem medo de se conectar e ficar mais angustiado ao se expor a coisas que não quer”*

**Naia Silveira**, especialista de conteúdo da WGSN Brasil

Além deles, há outro efeito colateral nessa situação: o medo de se conectar. Naia Silveira, especialista de conteúdo da WGSN Brasil, uma empresa de tendências, aponta o Fear of logging on, ou medo de se conectar: “Ao mesmo tempo você tem o medo de desconectar e perder sabe-se lá o que, você também tem medo de se conectar e ficar mais angustiado ao se expor a coisas que não quer”.

## Vício nas redes sociais

Especialistas apontam que esses medos podem afetar tanto os jovens quanto os adultos. Os fenômenos aparecem entre aqueles que usam descontroladamente e se viciam nas redes sociais. Há uma particularidade, porém, no caso dos mais novos. A geração dos nativos digitais -

aqueles que já nasceram com a tecnologia na mão - tende a ser naturalmente mais ansiosa por não pertencer a determinado grupo ou contexto.

Pais, educadores e profissionais de saúde mental continuam a questionar se as redes sociais são uma influência positiva ou negativa, especialmente porque muitos ainda são adolescentes (ou mais jovens) e estão justamente na fase de formação da identidade.

Segundo dados do estudo americano #Being13, mais da metade dos adolescentes acessa freneticamente as redes sociais porque querem ver se estão recebendo curtidas e comentários. Mais de um terço queria ver se seus amigos estavam se reunindo sem eles e 21% queriam confirmar que ninguém estava dizendo coisas ofensivas sobre eles. Embora isso possa ser um reflexo do estágio da vida, também é possível ver traços de uma geração guiada pelas mídias sociais durante a vida. Como resultado, eles rotineiramente se preocupam com o impacto de suas vidas e identidades digitais em seus relacionamentos com outras pessoas na vida real.

Mariana Ochs, coordenadora do programa de educação midiática Educamídia, explica que, como resultado, as redes sociais acabam exacerbando essa tendência: “O número de pessoas com quem se comparar e o número de atividades das quais se tem medo de não participar aumenta. Essa comparação fica muito mais extrema”. Se antes a comparação se dava com os colegas, hoje isso acontece com personalidades do mundo inteiro.

Um problema é que a realidade que aparece nas redes sociais nem sempre é idêntica ao que aparece fora dela, e mesmo eles sabendo disso, o efeito ainda é negativo. “(O *ambiente digital*) nos expõe às realidades fabricadas e a coisas que podemos estar perdendo que são artificialmente produzidas. Ele também traz uma forma de funcionamento muito viciante. Essas coisas se combinam para gerar uma ansiedade de não estar inserido e de não estar pertencente”, explica Mariana.

### **Os sintomas do ‘Fomo’ e do ‘Folo’**

Os estudos já dão conta de alguns sinais que alguém com “Fomo” ou “Folo” pode sentir. Uma revisão da literatura sobre o tema mostrou que a pessoa tem o desejo de fazer todas as atividades que aparecem nessas plataformas; ela se sente mal quando não está presente em algum evento que o seu círculo compartilhou nas redes; checa constantemente seu aparelho e se desespera quando está fora do ambiente virtual.

Com isso, a ansiedade gera resultados negativos, que incluem a perda de foco, queda da interação face a face, sono irregular, procrastinação, aumento dos níveis de estresse. “As pessoas estão se sentindo desvalorizadas e desconfortáveis quando estão offline. E com mais dificuldades de viver offline, vão vivendo cada vez mais no online”, aponta Clara Becker, diretora executiva das Redes Cordiais.

O remédio para esses tipos de ansiedade está no uso controlado das redes sociais - o desafio do século. Nesse sentido, o processo de educação midiática aparece como uma forma de rever a relação das pessoas com a internet. O objetivo final é trazer mais controle para o usuário e tornar o ambiente digital mais saudável: “A educação midiática vai permitir fazer uma leitura crítica das redes sociais, inclusive sobre o papel das redes sociais na vida”, diz Clara Becker.

## Momentos offline como regra

Especificamente na contenção do “Fomo” e do “Folo”, especialistas recomendam o controle parental das redes. Saber o que os filhos estão consumindo, com quem eles estão falando e controlar o tempo de tela são estratégias importantes para evitar alguns problemas decorrentes dessa ansiedade, como a baixa autoestima e o esgotamento.

Mariana Ochs também recomenda o estabelecimento de momentos offline, em que as famílias deixem de lado o celular por um tempo. “São pactos a serem construídos nas famílias para um uso mais consciente, deliberado e saudável dos ambientes digitais, menos frenético e com mais intencionalidade.”

Apesar de cada vez mais haver a preocupação com os problemas psicológicos causados pelo uso excessivo das redes sociais, Naia Silveira encara o assunto com mais otimismo. A WGSN acredita que a preocupação e os cuidados com a saúde mental no ambiente digital vão aumentar, o que traz uma relação mais saudável entre usuários e as redes sociais. “Temos o crescimento da preocupação com saúde mental e uma tendência de relativizar o uso e de diminuir o tempo de tela”, indica para os próximos anos.

\*EDUCADORA E ESCRITORA, ESPECIALISTA EM COMPORTAMENTO ADOLESCENTE. INTEGRANTE E PESQUISADORA DO GRUPO ABORDAGEM PSICANALÍTICA DA ADOLESCÊNCIA (INSTITUTO SEDES SAPIENTIAE). CONSULTORA EDUCACIONAL E PALESTRANTE EM ESCOLAS E INSTITUIÇÕES. AUTORA DO LIVRO *DESAFIOS DA ADOLESCÊNCIA NA CONTEMPORANEIDADE*. MÃE DO PEDRO, LUCAS E FELIPE. @CAROLINA\_DELBONI

## LEIA MAIS

**Geração Z impulsiona indústria do bem-estar com busca por terapia e outros métodos** <https://tinyurl.com/2p94uxtz>

**Terapia com IA? Chatbots vêm ajudando geração Z, mas tecnologia gera preocupações** <https://tinyurl.com/ffjctnr>

**Choro e exposição: jovens nos EUA agora exibem suas demissões no TikTok** <https://tinyurl.com/tt7jtrr4>

## CONFLITOS DE GUARDA-ROUPA

Millennials não sabem mais o que vestir. E a geração Z pode ajudar

**REMY TUMIN**  
THE NEW YORK TIMES

**A**lgo na minha roupa não estava bom. Era a altura das minhas meias? O caimento da minha calça jeans ou do meu suéter? Se você, como eu, está se fazendo essas perguntas, há uma boa chance de ser um millennial tentando lidar com os TikToks que criticam sua escolha de jeans.

Não estamos apenas sendo criticados por nossas calças skinny. A geração Z está nos informando que nossas escolhas de meias, modelos de camisas, cores neutras e até mesmo a compra de peças novas em vez de usadas são ultrapassadas, desatualizadas e, às vezes, até ofensivas.

Todas as gerações têm dificuldade em acompanhar as tendências da moda, mas a geração Z se tornou a que define o que é descolado na era do TikTok, quando as tendências se movem mais rápido do que nunca.

Dessa forma, à medida que você deixa de lado os modeladores de cachos e os cortes justos, em vez de ficar sobrecarregado (e ter flashbacks do início dos anos 2000), experimente as dicas desses estilistas para adotar as novas tendências e, ao mesmo tempo, ser fiel a si mesmo.

### **Por que é tão difícil se vestir de manhã?**

Não é só você. A ascensão do TikTok fez com que as tendências mudassem tão rapidamente que as marcas e os consumidores não conseguem acompanhá-las, explicou Stacey Widlitz, analista de varejo. “Tudo o que a geração Z consome é impulsionado por influenciadores”, disse ela. “A velocidade com que algo chega é a mesma com que algo pode desaparecer.” Enquanto ficávamos em casa durante o confinamento, a moda também continuava mudando.

Se você não estava procurando ativamente por conteúdo de moda, “você perdeu algo”, disse a estilista Payton Dale, de 32 anos, que estima que muitas pessoas perderam até seis ciclos de tendências diferentes durante os três anos da pandemia.

### Deixe os jeans skinny para trás

Vamos direto ao ponto: talvez seja finalmente a hora de aposentar suas calças jeans skinny. Kelly Augustine, de 37 anos, estilista de celebridades e defensora da inclusão de tamanhos, acha que abandonar o jeans skinny tem menos a ver com mudança de geração e mais com uma “liberdade pós-pandemia”.

“Eu realmente não quero usar coisas muito apertadas e que vão até os tornozelos”, disse ela, acrescentando que está vestindo seus clientes com calças cargo com cordões na parte inferior e calças wide-leg (“perna larga”) - ela própria também está usando essas peças. A modelagem na cintura e no bumbum é fundamental, disse ela.

Perguntada se ela se sentia pessoalmente ofendida pelos jeans skinny, Ashlyn Greer, de 33 anos, fundadora do serviço de styling virtual Fashivly, disse que sim e sugeriu um jeans fino e reto como ponto de partida. “Há maneiras de nos atualizarmos e ainda nos sentirmos modernos sem ir contra tudo o que parece normal”, afirmou.

Indigo Tshai Williams-Brunton, de 32 anos, uma diretora de criação e criadora digital, zombou do mom jeans e do jeans skinny em um vídeo do TikTok, mas os espectadores hesitaram quando ela sugeriu a calça de cintura baixa - uma tendência que foi condenada após o início dos anos 2000 por promover a magreza como padrão de beleza.

Mas desta vez é diferente, disse ela: “Estamos falando de um modelo de 7 ou 8 polegadas (cerca de 17 ou 20 centímetros), não de 2 polegadas (cerca de 5 centímetros)”.



*“Vamos direto ao ponto: talvez seja finalmente a hora de aposentar suas calças jeans skinny. ‘Eu realmente não quero usar coisas muito apertadas e que vão até os tornozelos’”*

**Kelly Augustine,**

37 anos, estilista de celebridades

## MODA



*“Muitas pessoas têm medo de mostrar seu corpo ou de se vestir de maneira muito jovem”*

**Kendall Hoyt**, 25 anos,  
criadora digital

Para Indigo, trata-se de encontrar o equilíbrio entre as tendências e o estilo pessoal, “ao mesmo tempo em que se percebe que algo como um chapéu Santa Barbara de aba larga pode ser deixado em 2012”.

Kendall Hoyt, de 25 anos, uma criadora digital que tem três irmãs mais velhas, disse que muitos millennials foram “traumatizados” pela cultura da dieta do início dos anos 2000. “Muitas pessoas têm medo de mostrar seu corpo ou de se vestir de maneira muito jovem”, afirmou. “Essas são crenças realmente limitantes.” Mas os jeans wide-leg não precisam ser assustadores.

Ashlyn Greer disse que seu jeans favorito para todos os tipos de corpo é o Perfect Vintage Straight Jean, da marca Madewell. Para um jeans reto mais longo que tenha um toque mais vintage, ela recomenda o jeans Val 90s Mid-Rise Straight da Reformation.

Para os homens, a maneira mais fácil de mudar para um ajuste mais folgado é experimentar calças com uma parte superior “relaxada”, da cintura até o joelho, mas com um leve afinamento do joelho para baixo.

Embora as bainhas mais largas sejam mais populares, Turner Allen, de 31 anos, estilista, sugere o uso de uma calça que passe pela parte superior do sapato: nos jeans, ele sugere uma folga de um quarto ou metade. Para jeans mais folgados, ele é fã do Baggy Jean, da Abercrombie & Fitch, e do Loose Fit Jeans da Los Angeles Apparel.

### **Experimente silhuetas mais soltas**

No que diz respeito a vestidos e saias, Ashlyn Greer disse que as saias e os vestidos máxi (especificamente jeans e materiais transparentes) estão em alta, enquanto as saias mídi de cintura alta e plissadas estão em baixa.

Além disso, há a dobra: você pode estar inclinado a enfiar a frente da blusa na calça,

mas o que antes era conhecido como uma dobra à francesa chique agora é considerada dobra millennial fora de moda, disse Ashlyn Greer.

Calças jeans com suéter ficam melhores se você tiver uma jaqueta sobre o suéter. Você também pode combinar uma blusa curta com uma jaqueta mais longa, ou uma blusa mais longa com uma jaqueta curta, para ajudar a “quebrar um pouco o corpo”.

### **Afaste-se das botas mojo**

Não se trata apenas de calças e vestidos. Para os homens, estamos deixando de lado os tênis brancos e minimalistas e passando para os “tênis de pai”, disse Turner Allen. Comece com um simples tênis New Balance, uma porta de entrada para designs mais elaborados.

Para as mulheres, é hora de aposentar as botas de cano curto conhecidas como “botas mojo”. “As pessoas realmente as usam para qualquer coisa - prisão, um funeral”, disse Indigo Brunton. “Simplesmente não, garota. Essa não é uma peça para todos os climas.”

Meias que não mostram o tornozelo ou meias até o tornozelo já foram onipresentes. Agora, mostrar os tornozelos é “bastante polarizador”, disse Ashlyn Greer. Experimente usar meias em camadas sobre leggings, ou uma meia de cano curto ou uma de um quarto de comprimento que mostre um pouco sobre sapatilhas ou tênis, afirmou.

Lenços infinitos estão fora de moda, mas lenços de manta, lenços finos e lenços de malha ou de caxemira de largura média em cores neutras são boas opções, explicou.

Kelly Augustine sugeriu adicionar algumas penas ou outras texturas ao seu visual “como uma maneira divertida de fazer camadas que não façam o inverno parecer uma prisão”.

A bolsa de corpo cruzado, à qual a geração do milênio se apegou por décadas, está fora de moda, de acordo com Kendall Hoyt, que a chamou de “cansativa”. Em vez disso, ela opta por uma bolsa de ombro, uma ecobag ou uma bolsa baguete.

Ela também está cansada de ver o cinto Gucci duplo G. “Esse cinto não está sendo usado para segurar seu jeans”, disse ela. “É uma monstruosidade.”

### **E quanto às roupas de ginástica?**

Hannah Brown, de 32 anos, pediu ajuda aos seus seguidores do TikTok para melhorar uma roupa de ginástica que parecia antiquada. Eles recomendaram que ela trocasse a blusa de gola em V por uma de corte quadrado; as meias até o tornozelo por uma meia mais alta e dobrada para usar por cima das leggings (definitivamente não por baixo); tênis brancos em vez de pretos; e uma legging mais grossa, uma flare ou uma calça cargo.

Hannah disse que alguns comentaristas a ridicularizaram por pedir sugestões. Ela deveria usar o que quisesse, disseram eles. “Estou totalmente de acordo - pegue o que for interessante e deixe o que não for”, disse. “Acho que essa é a graça da moda.”

### **O mais importante: use o que faz você feliz**

Estilistas de todas as idades concordam: abrace seu estilo e sua criatividade, seja qual for sua aparência. “O que é muito legal em estar na casa dos 30 anos é que você tem a oportunidade de experimentar e descobrir seu estilo”, disse Payton Dale.

Para dar início a isso, ela sugeriu que você se pergunte: se pudesse trocar de armário com qualquer pessoa no mundo e tudo lhe servisse, quem seria?

Kelly Augustine enfatizou a necessidade de itens básicos e boa alfaiataria, independentemente do que esteja acontecendo no mundo da moda. Para ela, isso significa um ótimo casaco longo, gola alta e uma boa bota (melhor ainda, uma bota pontiaguda).

Mas, no final das contas, mudar seu visual requer uma mudança de mentalidade. Indigo Brunton incentivou os millennials a deixarem de lado a necessidade de serem perfeitos.

## RETROMANIA

# Vovôcore: o resgate do passado para um futuro sustentável

**BÁRBARA CORREA**  
**JULIA QUEIROZ**

Uma boina, relógio de pulso, calça de alfaiataria, colete de tricô e mocassim nos pés. O traje parece atender ao estereótipo perfeito de uma pessoa mais velha, de outra geração, mas, na verdade, é o passo a passo de um “arrume-se comigo”, vídeo feito por jovens de 20 e poucos anos no TikTok com a legenda #vovocore, #grandmacore e #eclecticgrandpa.

O que antes era apenas “vintage” se transformou em uma estética viral entre jovens nas redes sociais no início deste ano: se vestir como um avô/avó. No fim do ano passado, o Pinterest publicou um relatório de tendências para 2024 e apontou o grandpacore e grandpa style (“estética de vovô” e “estilo vovô”) como uma das principais apostas para a moda.

A busca por estilos de roupa com o termo avô aumentou 65% na plataforma. No TikTok, a hashtag #grandmacore (“estética de avó”) já foi usada em milhares de vídeos. Mas o que explica esse interesse dos jovens em se vestirem como avós?

Para Renata Chaves, consultora de moda e idealizadora do grupo no LinkedIn Moda e Business Fashion Group Brasil, a tendência é “um resgate emocional e estético de memórias e práticas quase esquecidas, especialmente após a pandemia”.

“Ela está em alta agora pois, em um mundo cada vez mais digital e impessoal, há um desejo crescente por algo que traga calor humano e história, como as peças tecidas pelas avós”, explica a especialista.

## MODA

**O que é?**

Em linhas gerais, o vovôcore é a combinação de vestimentas antigas, com um toque “retrô”, e peças modernas, associadas ao streetwear (moda urbana).

Nathalia Pacheco, influenciadora e consultora de estilo, diz que, independentemente de o nome ser masculino, a estética não tem gênero. “É uma mistura de alfaiataria em tons neutros, blazer oversized, colete de tricô e sapato mocassim com meia. O toque final está em contrastar esse universo tradicional com o moderno, misturando essas peças com outras como bonés e tênis esportivos”, afirma.

Nathalia cita Harry Styles, Brooklyn Beckham, filho mais velho do casal Beckham, Hailey Bieber e Gigi Hadid como referências no estilo e diz que também gosta da nova moda. “Adoro peças mais largas, com ‘carinha de vó’, desde que misturadas com outras modernas, como, por exemplo, um suéter de tricô com saia de paetê. Também adoro garimpar em brechós, principalmente alfaiataria, que são peças de melhor qualidade e sobrevivem à ação do tempo”, diz.

A influenciadora Bia Ávila, de 25 anos, é pós-graduada em Fashion Business e faz parte dessa geração que encontra peças autênticas e reconfortantes garimpando em brechós. Ela se inspira em Tyler, The Creator, rapper estadunidense, que usa a mesma estética não só na roupa, mas em clipes e capas de álbuns.

“É um estilo divertido, casual e despojado. Uma mistura de tricô, com aquelas estampas bem de vovô, com losangos, cores fortes, uma pegada vintage, e, mesmo que a alfaiataria seja um clássico, ressignificamos e tornamos despojado”, explica.



*“É uma mistura de alfaiataria em tons neutros, blazer oversized, colete de tricô e sapato mocassim com meia. O toque final está em contrastar esse universo tradicional com o moderno, misturando essas peças com outras como bonés e tênis esportivos”*

**Nathalia Pacheco**, influenciadora e consultora de estilo

## Como surgiu?

A semelhança com o vintage não é à toa. A historiadora de moda e coordenadora do curso de Moda na FAAP, Maira Zimmerman, explica que as tendências são cíclicas. Para ela, esse “boom”, especialmente no TikTok, se deve ao fato de que, quando o assunto é estilo, a geração Z enxerga nas peças de roupa uma oportunidade de se “fantasiar” ou incorporar uma “skin” (expressão usada em videogames para se referir às características estéticas da personagem, como roupas, acessórios, etc).

“No TikTok, ser ‘aesthetic’ significa criar, por meio da imagem, um estilo inspirado no passado. Temos visto essa tendência, chamada de retromania, desde os anos 2000. Entre 2010 e 2015, a estética ‘brechó’ esteve muito presente na alta moda, com a Gucci, e, agora, foi para o mainstream”, explica.

De fato, tudo se repete. Bia e Nathália citam o vovôcore como uma continuação do old money, estética minimalista que reascendeu o interesse por alfaiataria, e o quiet luxury.

## Consumo sustentável

Ainda que vovôcore pareça uma “atualização” do vintage, a tendência nas redes sociais evidencia a busca da geração Z não só por autenticidade, como também por formas de consumo sustentáveis.

“A estética está ligada ao movimento contra o fast-fashion, e incentiva o consumo consciente. Essa tendência de resgatar peças de décadas passadas é uma busca por autenticidade e diferenciação. Em um mundo onde tudo é facilmente replicável, ter algo único ou feito à mão se torna um verdadeiro tesouro. O antigo volta não só por nostalgia, mas como uma forma de recontextualizar a moda”, conclui Renata Chaves.

## LEIA MAIS

**Geração Z e millennials estão em guerra - e o motivo são as meias. De qual lado você está?** <https://tinyurl.com/mry23zbn>

**Quais são as marcas favoritas da geração Z: Nike, Adidas, Zara e mais** <https://tinyurl.com/y5yeh5us>

**Este é o glorioso (e estranho) renascimento do jeans** <https://tinyurl.com/49djs3rc>

## ANÁLISE

DE PAI PARA FILHO

# Críticas à geração Z são cheias de pontos cegos

DANIEL MARTINS DE BARROS\*

**V**ocê deve achar que é da geração que nunca teve a melhor parte do frango. Quando era criança te obrigavam a esperar que os pais escolhessem primeiro. Agora que é adulto, sente-se constrangido – senão obrigado – a dar a melhor parte para os filhos.

Eu acho essa história meio desonesta. Basta perceber que todo adulto se identifica com ela, não importa que idade tenha. O avô que a ouviu acha que ela se refere à sua geração, mas seu filho, que hoje é pai, pensa o mesmo. Todos se reconhecem, porque é natural que os pais tentem dar o melhor para seus filhos. Ao mesmo tempo, nenhum filho tem aparato cognitivo e emocional suficiente para aquilatar adequadamente esses esforços de seus pais – daí não nos lembrarmos de também termos sido privilegiados por eles.

É como a tola frase que diz que homens fortes criam tempos fáceis, tempos fáceis criam homens fracos, que criam tempos difíceis, que fazem homens fortes. Trata-se de uma evidente crítica às novas gerações, considerando-as fracas e atribuindo isso a terem sido criadas nos tempos fáceis que seus pais – homens fortes crescidos em tempos difíceis – proporcionaram.

## ANÁLISE

Mas, se estendemos o raciocínio um pouquinho, ele desmorona. Ou, então, a geração anterior teria sido formada por homens fracos, já que deram ensejo aos tempos difíceis fizeram fortes seus descendentes. Quem hoje aponta a fraqueza dos filhos raramente dirá que seus próprios pais tiveram tempos fáceis.

Esses são só alguns exemplos de como a crítica geracional é cheia de pontos cegos. As explicações que começam com “esses jovens” normalmente são embasadas em ideias preconcebidas que parecem fazer sentido, mas que não resistem a uma análise mais profunda.

Sim, os mais novos apresentam diferenças. Mas, mais do que uma mudança de geração, essas diferenças apenas antecipam as mudanças dos nossos tempos.

Veja a notícia (um pouco mais acima neste e-book) de que candidatos a empregos da geração Z (com seus 20 e poucos anos) vêm comparecendo a entrevistas de emprego acompanhados de seus pais. Superficialmente, parece um fenômeno que denuncia a imaturidade e insegurança dos jovens. Mas, preste atenção: os pais aceitam ir junto. E mais: os empregadores embarcam na onda. Um cenário que seria impossível se só uma geração estivesse insegura.

É fácil olhar para os filhos e identificar a fragilidade de sua geração. Mais difícil é olhar para o espelho – ou para a nossa geração – e entender que fazemos também parte desses novos tempos, gostemos deles ou não.

\* É PROFESSOR COLABORADOR DO DEPARTAMENTO DE PSIQUIATRIA DA FACULDADE DE MEDICINA DA USP. AUTOR DO LIVRO *RIR É PRECISO*

## LEIA MAIS

**Consumidores avaliam que empresas fazem pouco por causas, e geração Z é a mais crítica, diz pesquisa** <https://tinyurl.com/2s4k834c>

**Os símbolos de status mais notáveis da geração Z e as motivações por trás deles** <https://tinyurl.com/5e2236n6>

**The Economist: rica e poderosa, a geração Z está assumindo o controle** <https://tinyurl.com/yuz4ju4m>