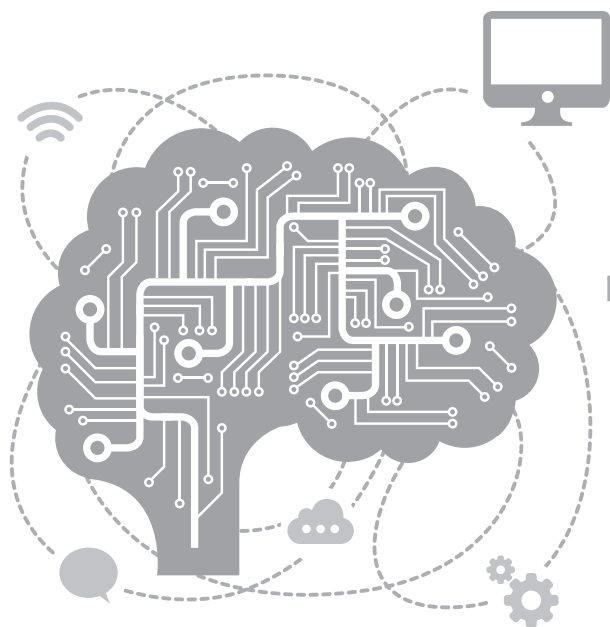


—○ **SUSAN** PESQUISADORA SÊNIOR NO LINCOLN
COLLEGE E NA UNIVERSIDADE DE OXFORD
GREENFIELD



COMO AS
TECNOLOGIAS
DIGITAIS ESTÃO
DEIXANDO
MARCAS
EM NOSSOS
CÉREBROS

TRANSFORMAÇÕES MENTAIS



ALTA BOOKS
EDITORA

Rio de Janeiro, 2021

Transformações Mentais

Copyright © 2021 da Starlin Alta Editora e Consultoria Eireli.
ISBN: 978-65-5520-829-0

Translated from original Mind Change. Copyright © 2015 by Susan Greenfield. ISBN 978-0-8129-9382-0. This translation is published and sold by permission of Random House, an imprint and division of Random House LLC, a Penguin Random House Company, the owner of all rights to publish and sell the same. PORTUGUESE language edition published by Starlin Alta Editora e Consultoria Eireli, Copyright © 2021 by Starlin Alta Editora e Consultoria Eireli.

Todos os direitos estão reservados e protegidos por Lei. Nenhuma parte deste livro, sem autorização prévia por escrito da editora, poderá ser reproduzida ou transmitida. A violação dos Direitos Autorais é crime estabelecido na Lei nº 9.610/98 e com punição de acordo com o artigo 184 do Código Penal.

A editora não se responsabiliza pelo conteúdo da obra, formulada exclusivamente pelo(s) autor(es).

Marcas Registradas: Todos os termos mencionados e reconhecidos como Marca Registrada e/ou Comercial são de responsabilidade de seus proprietários. A editora informa não estar associada a nenhum produto e/ou fornecedor apresentado no livro.

Impresso no Brasil — 1ª Edição, 2021 — Edição revisada conforme o Acordo Ortográfico da Língua Portuguesa de 2009.

Erرات e arquivos de apoio: No site da editora relatamos, com a devida correção, qualquer erro encontrado em nossos livros, bem como disponibilizamos arquivos de apoio se aplicáveis à obra em questão.

Acesse o site www.altabooks.com.br e procure pelo título do livro desejado para ter acesso às erratas, aos arquivos de apoio e/ou a outros conteúdos aplicáveis à obra.

Suporte Técnico: A obra é comercializada na forma em que está, sem direito a suporte técnico ou orientação pessoal/exclusiva ao leitor.

A editora não se responsabiliza pela manutenção, atualização e idioma dos sites referidos pelos autores nesta obra.

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) de acordo com ISBD

G812t	Greenfield, Susan
Transformações mentais: como as tecnologias digitais estão deixando marcas em nosso cérebro / Susan Greenfield ; traduzido por Rafael Surgek. - Rio de Janeiro : Alta Books, 2021. 368 p. : il. ; 16cm x 23cm.	
Inclui índice. Tradução de: Mind Change ISBN: 9784651552082910	
1. Cognição. 2. Tecnologia da informação - Aspectos psicológicos. 3. Tecnologia da informação - Aspectos sociais. I. Surgek, Rafael. II. Título.	
2021-4317	CDD 155.9 CDU 159.91

Elaborado por Odílio Hilario Moreira Junior - CRB-8/9949



Rua Viúva Cláudio, 291 — Bairro Industrial do Jacaré
CEP: 20.970-031 — Rio de Janeiro (RJ)
Tels.: (21) 3278-8069 / 3278-8419
www.altabooks.com.br — altabooks@altabooks.com.br

Produção Editorial
Editora Alta Books

Gerência Comercial
Daniele Fonseca

Editor de Aquisição
José Rugeri
acquisition@altabooks.com.br

Produtores Editoriais
Illyabelle Trajano
Maria de Lourdes Borges
Thié Alves

Marketing Editorial
Livia Carvalho
Thiago Brito
marketing@altabooks.com.br

Equipe de Design
Larissa Lima
Marcelli Ferreira
Paulo Gomes

Diretor Editorial
Anderson Vieira

Coordenação Financeira
Solange Souza

Coordenação de Eventos
Viviane Paiva

Produtor da Obra
Thales Silva

Equipe Ass. Editorial
Beatriz de Assis
Brenda Rodrigues
Caroline David
Gabriela Paiva
Henrique Waldez
Mariana Portugal
Raquel Porto

Equipe Comercial
Adriana Baricelli
Daiana Costa
Fillipe Amorim
Kaique Luiz
Victor Hugo Morais

Atuaram na edição desta obra:

Tradução
Rafael Surgek

Copidesque
Bernardo Kallina

Capa
Larissa Lima

Revisão Gramatical
Hellen Suzuki
Thais Pol

Diagramação
Joyce Matos

✉ **Ouvidoria:** ouvidoria@altabooks.com.br

Editora afiliada à:



alabr
ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE
DIREITOS REPROGRÁFICOS

ASSOCIADO



SUMÁRIO

	PREFÁCIO	XIII
1	TRANSFORMAÇÕES MENTAIS: UM FENÔMENO GLOBAL	3
2	TEMPOS INÉDITOS	17
3	UM TEMA CONTROVERSO	27
4	UM FENÔMENO MULTIFACETADO	39
5	COMO O CÉREBRO FUNCIONA	51
6	COMO O CÉREBRO MUDA	61
7	COMO O CÉREBRO SE TORNA UMA MENTE	77
8	FORA DE SI	93
9	O “QUÊ” DAS REDES SOCIAIS	103

XII SUMÁRIO

10	REDE SOCIAL E IDENTIDADE	119
11	REDES SOCIAIS E RELACIONAMENTOS	137
12	REDES SOCIAIS E SOCIEDADE	153
13	O QUÊ DOS JOGOS ELETRÔNICOS	161
14	JOGOS ELETRÔNICOS E ATENÇÃO	179
15	JOGOS ELETRÔNICOS, VIOLÊNCIA E INCONSEQUÊNCIA	195
16	O QUÊ DA NAVEGAÇÃO	213
17	A TELA É A MENSAGEM	227
18	PENSANDO DIFERENTE	247
19	AS TRANSFORMAÇÕES MENTAIS PARA ALÉM DA TELA	263
20	CRIANDO CONEXÕES	275
	NOTAS	289
	LEITURAS COMPLEMENTARES	339
	ÍNDICE	341