

# Espelhos de Silício e Solidões Humanas

written by Mário Portela | 18 de Dezembro, 2025

**OCIDADÃO**  
Jornalismo Livre

**CRÓNICA**  
**Mário Portela**



Já se apanhou a pedir “por favor” a uma máquina? A agradecer a um algoritmo? Ou, pior, a ficar genuinamente irritado com uma resposta de uma IA como se ela tivesse acordado de mau humor? **Não se preocupe: não está sozinho.** Está apenas a fazer aquilo que os humanos fazem há milénios – projetar humanidade onde ela não existe. No episódio 38 do *IA & EU* falámos precisamente disto: da estranha, fascinante e por vezes inquietante psicologia do utilizador quando interage com inteligências artificiais. E a verdade é desconfortável: quando falamos com as máquinas, estamos muitas vezes a falar connosco próprios.

Este tema merece estar aqui, n’**O Cidadão**, porque um jornal verdadeiramente livre não se limita a relatar factos – provoca reflexão. E refletir sobre a forma como nos relacionamos com a tecnologia é, hoje, um acto quase subversivo. Num tempo de

*slogans* fáceis, alarmismos históricos e gurus de *LinkedIn* com frases motivacionais recicladas, é essencial haver um espaço sério onde se possa dizer: o problema não é a IA. Somos nós. O Cidadão existe precisamente para isto – para dar voz a todos, sim, mas também para recusar simplificações cómodas e expor as contradições de uma sociedade que prefere apontar o dedo a olhar-se ao espelho.

O ser humano antropomorfiza porque precisa. Precisa de sentido, de ligação, de resposta emocional. Sempre precisou. Fizemo-lo com deuses, com animais, com objectos – e agora com linhas de código surpreendentemente bem escritas. Quando alguém acha uma IA “fofa”, quando quer ter “uma RITA só para si”, não está a descobrir sentimentos numa máquina: está a revelar carências, desejos, necessidades não satisfeitas. **A IA não sente.** Mas simula tão bem a compreensão que activa os nossos circuitos sociais mais profundos. E o cérebro, esse velho contador de histórias, faz o resto.

O mais irónico – e talvez o mais grave – é que esta tendência está a ser explorada de forma cirúrgica. Há empresas que não vendem tecnologia, vendem companhia. Vendem empatia embalada, validação sob subscrição mensal, intimidade artificial sem risco de rejeição. Aplicações que prometem amigos, parceiros, ouvintes eternamente disponíveis. Tudo perfeitamente calibrado para um mundo cada vez mais isolado, mais ofendido, mais incapaz de lidar com o outro real – esse ser imprevisível, imperfeito e incómodo que é o ser humano.

Não, as IAs não criaram esta solidão. Apenas chegaram a um terreno fértil, cultivado durante décadas de individualismo, globalização mal digerida e substituição do diálogo pelo ataque em grupo. As máquinas são o espelho *high-tech* de um problema antigo: a dificuldade crescente de viver em relação. E o perigo não está na tecnologia, mas na tentação de a usar como fuga – como substituto da complexidade humana em vez de ferramenta para a compreender melhor.

O futuro, com agentes de IA cada vez mais autónomos e emocionalmente “afinados”, pode ser tanto uma oportunidade como um desastre. Pode ajudar a detectar sofrimento, apoiar quem está isolado, servir de ponte. Ou pode criar gerações incapazes de lidar com frustração, conflito e diferença – viciadas numa empatia programada, sempre disponível, sempre dócil. Um mundo onde a emoção é simulada e a relação real se torna demasiado trabalhosa.

A questão central não é tecnológica. É ética, psicológica e profundamente humana. Ou usamos a IA para nos conhecermos melhor, ou usá-la-emos para fugir de quem somos. E isso, garanto-lhe, nunca acabou bem em nenhuma fase da História.

Se quiser aprofundar este tema – sem alarmismos baratos, mas também sem ingenuidade – vale a pena ouvir o **episódio 38 do podcast IA & EU**, onde eu e a RITA desmontamos, com ironia e seriedade, a psicologia do utilizador, a antropomorfização das máquinas e aquilo que tudo isto diz sobre o estado da nossa sociedade.

**Porque compreender a IA é importante.  
Mas compreender o humano continua a ser urgente.**