

Metaverso: A Segunda Vida Que Ainda Nem Sabemos Se Queremos

written by Mário Portela | 29 de Janeiro, 2026

OCIDADÃO
Jornalismo Livre

CRÓNICA
Mário Portela



Há palavras que chegam com tanto marketing em cima que quase nos obrigam a desconfiar. **“Metaverso” é uma delas.** Prometeram-nos um novo mundo, uma nova economia, uma nova forma de existir... e entregaram-nos, para já, reuniões em bonecos sem pernas e gráficos que fazem a PlayStation 2 parecer futurista. Ainda assim, convém não rir demasiado cedo. Porque, por baixo da espuma tecnológica e dos delírios corporativos, há uma verdade incómoda: nós já vivemos metade da nossa vida em espaços digitais. Só ainda não gostamos de lhe chamar casa.

Falar disto é essencial. E é por isso que esta crónica está n’**O Cidadão**. Num tempo em que a tecnologia é vendida como inevitável e incontestável, este projecto de jornalismo livre insiste em fazer o que dá mais trabalho: pensar antes de aplaudir. Aqui não se escreve para agradar a investidores nem

para repetir comunicados de imprensa com palavras mais caras. Escreve-se para dar voz a quem vive estas transformações na pele, para levantar dúvidas legítimas e para tratar os leitores como adultos capazes de lidar com ambiguidade.

O Metaverso não é um brinquedo – é uma questão cultural, social e psicológica. E merece ser tratada como tal.

Quando despimos o conceito da fantasia, o Metaverso é simples de definir: um espaço digital persistente onde trabalhamos, socializamos, compramos, aprendemos e até nos *apaixonamos* através de avatares. A novidade não é a existência desses espaços – isso já acontece há anos – mas sim a promessa de imersão total, de presença simulada, de mundos que “respiram” e reagem a nós. Mundos onde a linha entre o virtual e o real deixa de ser uma fronteira e passa a ser uma zona cinzenta muito confortável.

Aqui entra a Inteligência Artificial, não como figurante, mas como arquitecta invisível. É a IA que constrói os cenários, ajusta a luz, cria texturas, sons, atmosferas e, mais inquietante ainda, emoções. Não estamos a falar de mundos bonitos, mas de mundos convincentes. Ambientes que contam histórias, NPCs (avatares autónomos) que têm memória, humor, contradições e até falam de nós quando não estamos presentes. Sociedades artificiais que continuam a existir mesmo quando desligamos os óculos. Quase como a vida real, mas sem filas nas finanças.

E depois vem a personalização. O verdadeiro superpoder – e o verdadeiro risco. No Metaverso, a IA não se limita a adaptar o espaço às nossas preferências. Adapta-o ao nosso estado emocional, ao nosso cansaço, às nossas fragilidades. Ajusta o ambiente para nos acalmar, para nos motivar, para nos convencer. Tudo em nome da “melhor experiência possível”. O problema é que a melhor experiência nem sempre é a mais saudável. Às vezes, é apenas a mais confortável.

É aqui que o entusiasmo tecnológico começa a tropeçar na psicologia humana. Relações digitais perfeitas, avatares sem defeitos, parceiros artificiais sempre disponíveis e compreensivos. A sobremesa eterna. O risco não é apenas o isolamento social, é a atrofia emocional. Se treinamos a nossa capacidade de relação num modo sem conflito, sem frustração e sem imperfeição, o que acontece quando regressamos ao mundo real, esse sítio caótico cheio de pessoas cansadas, contraditórias e pouco personalizáveis?

Como se não bastasse, há o lado mais sombrio: *deepfakes* em tempo real, identidades falsificadas, vozes e rostos replicados com uma precisão perturbadora. Num Metaverso onde tudo é simulação, como distinguimos o autêntico do fabricado? Quando qualquer pessoa pode ser qualquer outra, a confiança deixa de ser um dado adquirido e passa a ser um luxo. E uma sociedade que não confia acaba, inevitavelmente, por se fragmentar.

Junte-se a isto os algoritmos culturais, as bolhas de realidade, a curadoria invisível que decide o que vemos, quem conhecemos e que ideias nos são apresentadas. Mundos feitos à nossa medida parecem apetecíveis... até percebermos que nunca somos contrariados, nunca somos desafiados, nunca crescemos. Prisões douradas onde os prisioneiros agradecem a decoração.

O Metaverso não é inevitavelmente bom nem inevitavelmente mau. É, como quase tudo, um amplificador. Do melhor e do pior de nós. A questão não é se ele vai existir. A questão é se vamos entrar nele de olhos abertos... ou de avatar sorridente e espírito desligado.

Quem quiser aprofundar esta conversa, com exemplos concretos, humor ácido e alertas sem histeria, pode ouvir o episódio 45 do podcast «**IA & EU**». Um episódio para quem prefere compreender o futuro antes de lá se mudar.