

HIPERCONEXÃO: O PENSAMENTO NA ERA DA CANIBALIZAÇÃO DO TEMPO

Lídia Oliveira

lidia@ua.pt

Universidade de Aveiro - Departamento de Comunicação e Arte, DigiMedia – Digital Media and Interaction

Do tempo

UMA QUESTÃO DE TEMPO

Do outro lado da casa, as crianças brincam com o tempo que corre para que elas não brinquem com ele. Na casa ao lado, um cão vê o tempo a passar e ladra-lhe para ele fugir como se fosse um ladrão. Na rua, o mendigo pede a toda a gente a esmola de um tempo, e toda a gente diz que não tem tempo para lhe dar. No café, peço uma chávena de tempo, curto e bem forte porque não tenho tempo para dormir, mas ao meu lado há quem peça uma chávena bem cheia de tempo para que o tempo demore a beber. Há quem corra por falta de tempo, e o tempo vai atrás dele para o apanhar. No metro, a rapariga atravessa o cais, devagar, como se tivesse mais tempo do que todos os que contam o tempo para não lhes descontarem no tempo. E quando me perguntam se tenho tempo, olho para o relógio, como se ele estivesse cheio de tempo, e peço que tirem de dentro dele todo o tempo, e que o esvaziem até ao último segundo, para eu ficar com tempo para ver quanto tempo já passou.

(Júdice, 2014, p. 18)

O tempo é um elemento de elevadíssima complexidade que tem vindo a ser tratado por áreas científicas diversas, da filosofia à física, passando pela sociologia, antropologia, etc., até à poesia. Foi pela poesia que se optou por começar, porque através da subtileza poética se consegue passar pelas dimensões caleidoscópicas do tempo, da sua percepção e do seu usufruto.

O tempo na sociedade da abundância material, em que paradoxalmente há escassez de tempo, promotora da velocidade e do cansaço – tempo unidimensional que tende a canibalizar o tempo plural, e a desencadear a exaustão.

O pensamento na era da canibalização do tempo

O tempo enquanto variável é muito difícil de ser incorporado em esquemas e análises interpretativos, embora represente um fator muito importante na explicação dos motivos e fins das ações humanas. O tempo medido pelo movimento de um relógio é contrastado com o tempo medido pelas situações sociais - os sociólogos estão interessados no tempo social que podem ser diferenciado em muitas categorias, tais como tempo do eu, tempo de interação, tempo de trabalho, tempo livre, tempo “entre”, tempo perdido, etc. Devido ao fato de que o tempo passa independentemente de intervenções ou ações humanas, a vida humana pode ser analisada através das mudanças do tempo social medido pelas mudanças nos estágios da vida humana, dependendo das diferentes posições que uma pessoa ocupa durante sua vida (Čaldarović, 2009, p. 235).

O tempo social contemporâneo é marcado pela escassez. Ninguém tem tempo! O que é feito do tempo? Foi comido pela aceleração? Está a ser comigo pela transparência dos ecrãs que nos seduzem o olhar? Dilui-se na liquidificação das relações e dos processos sociais? A egotização das relações sugam o tempo? A (ego) narcisação absorve a atenção engolindo o tempo num processo de suavização da existência? A *overdose* informacional, a *overdose* relacional, a paradoxilização da existência no processo ambivalente caleidoscópico que não permite a lucidez da paragem, da quietude, da contemplação... Talvez tudo isto junto e algo mais.

Os grande blocos temporais são marcados pela organização sociocultural do tempo – o tempo de ser criança, o tempo de ser adolescente, o tempo de ser jovem adulto, o tempo de ser adulto jovem, o tempo de ser adulto, o tempo de ser idoso, o tempo de ser estudante, o tempo de ser trabalhador, o tempo de ser reformado, o tempo de ser jovem idoso, o tempo de ser idoso, o tempo de ser idoso-idoso.

Estas temporalidades afetam de forma profunda e estrutural o que se espera do uso social do tempo nesses períodos.

A granularidade quotidiana do uso do tempo está contaminada pelos usos sociais dos dispositivos e serviços de comunicação – os minutos contraem-se na interação social mediada, na micro mensagem, na expectativa dos *likes*. Na suave passagem do tempo ao ritmo dos vídeos *online*, no acompanhamento quotidiano de personagens reais que editam as suas vidas-rotinas num canal do Youtube.

Suspende-se a temporalidade onírica, o pensar no que se virá a ser, o vir a ser no momento seguinte do presente, o vir a ser de amanhã, ou depois de amanhã, e também o pensar no vir a ser do próximo bloco temporal (mais ou menos dilatado) fica suspenso porque o tempo de ser *online* come vorazmente o ser e o vir a ser!

O tempo *online* hiperboliza o presente (Baldi, 2011a, 2011b), agarrados no momento, na atualização permanente de perfis de redes sociais, de vídeo blogues, etc., mas também na avalanche permanente de *e-mails* que gritam por resposta (mesmo que tentemos ignorá-los!), de publicações para ler, avaliar, escrever... Partilhar. O presente acelera e comprime o tempo pela saturação, pelo preenchimento absoluto, sem brechas, sem oportunidades de sair do ciclo infernal que se renova em permanência, das atualizações, do “o que se passa”, de atualização em atualização, esmaga o pensamento para lá do presente!...

Esta reflexão sobre o tempo *online* como canibalizador das restantes temporalidades materializa-se a cada momento. Fim de julho de 2016, estou de férias numa casa agrícola da Alsácia, as minhas duas filhas estão suspensas da temporalidade presente e também do vir a ser – elas estão dentro de casa (quando lá foram há sol, um grande jardim, uma piscina...) – o seu tempo de usufruir de um lugar, onde provavelmente nunca mais virão nas suas vidas, está a ser comido pelo tempo compulsivo da necessidade de estar a fazer consumos *online*, de qualquer coisa, desde que seja *online*, pode ser uma conversa de superfície, um vídeo de maquilhagem, uma música, uma qualquer coisa no ecrã que suspende o tempo de fruir da materialidade presente. Encontram-se em estado de “tempo entre” (*Time Between*), ou seja, o seu estar *online* coloca-as na suspensão do “estar entre”, nem estão aqui, nem estão lá. Este “tempo entre” suspende a fruição do espaço, o tempo do estar-entre suga a sensorialidade do lugar, o aroma do tempo e do espaço.

A suspensão do tempo da existência, considerando a existência como categoria polifónica de experientiação do mundo, atinge a todos pela supremacia que a dimensão profissional e económica ganha na gestão/consumo do tempo.

Agora grandes empresas como o Facebook ou a Apple oferecem como vantagem às suas colaboradoras (jovem mulheres) o congelamento dos seus óvulos (Cosslett, 2016) – adiar o tempo de ser mãe... esses filhos terão como mãe “as suas avós”, e deste modo canibalizar o tempo da relação intergeracional, nenhuma destas mães tardias terão oportunidade de ser avós, e os filhos tardios dos filhos tardios nunca terão a oportunidade de ter estado no colo das avós e dos avós, de ter provado a comida dos avós e guardado essa experiência subtil do aroma, do aroma do tempo!

Tempo que canibaliza tempo, tempo presente que absorve as restantes temporalidades, absorve o futuro, congelando-o numa tentativa de o suspender, como se ao congelar óvulos humanos se congelasse a alegria da juventude, se congelasse o contexto sócio emocional da maternidade, e com esta suspensão suspende-se também um passado que não acontece para ser herança desse futuro.

Estar colado ao presente, e às recompensas imediatas do presente. A recompensa dos *likes*, a recompensa de ser respondido mesmo que por meio de um grafismo (porque alinhar palavras exige tempo, exige ponderar de forma mais detida sobre o seu significado).

Os indivíduos nas sociedades contemporâneas sofrem de fome de tempo (quantos de vós sentem que tem tempo livre, tempo disponível para ser reequacionado o seu uso, a sua distribuição?) – ninguém tem tempo. Para onde foi o tempo dilatado dos dias longos, de verão ou de inverno, em que a espessura do tempo é sentida? O que nos impede de sentir o tempo dilatado, suave, por vezes agressivo na sua duração? Como se justifica o frenesim para se obter o que se quer no mais curto prazo de tempo possível? (Torres, 2016).

A necessidade de responder sempre e sempre rápido a todas as solicitações como se o mundo, profissional e pessoal, se tivesse tornado uma urgência. Expressões como “isso é para ontem” denotam uma indisposição para com o tempo, uma dívida performativa! Afinal aquela realização por mais rápida que venha a ser feita já está em falha, porque já deveria ter sido feita!

A expectativa que se instaurou que a comunicação mediada tecnologicamente deve ter *feedback* imediato – todos esperam obter resposta aos *e-mails* no próprio dia, resposta ao *post* no *chat* nos segundos seguintes. As ferramentas de comunicação têm acoplados modos de verificar se o recetor visualizou a mensagem, se visualizou então tem/deve responder – este imperativo da imediatez esmaga o tempo e o pensamento, canibaliza o tempo não deixando tempo para as tarefas mentais de carácter lento: contemplar, relacionar, deixar a mente vaguear... não há contemplação, apenas pressão para a compulsão, para a reação – “A densificação

de acontecimentos, informações e imagens tornam impossível a *demora*. O rápido encadeamento de fragmentos não deixa lugar para uma demora contemplativa” (Han, 2016, p. 55).

O paradoxo do sossego, se observarmos pessoas *online* elas estão bastante sossegadas, imperturbáveis pelo contexto. Aparentemente está-se face a um tempo da perdurabilidade e sossego, que dá lugar ao demorar-se – demorar-se *online* perdurando o sossego suspenso do contexto. Paradoxalmente as atividades *online* são de natureza de solicitude interatuante permanente, embora possa variar entre interação reativa e interação mútua, o efetivo é que há uma necessidade de reação.

O tempo *online* suprime o espaço, em duplo sentido. No sentido em que o espaço de proximidade é ignorado, suprimido da assimilação interpretativa e no sentido em que se verifica a epifania do ausente superando as barreiras espaciais (Varsori & Oliveira, 2015).

Em que medida o preenchimento exaustivo do tempo e a compulsão para o desempenho performativo é sinal de um tédio profundo? Em que medida preenchemos até à exaustão o tempo disponível para não termos de pensar sobre o sentido ontológico da existência? Ou será apenas pela pressão para sermos performativos, cada vez mais e melhor em menos tempo, mas todo o tempo; incorporando o carrasco, a ponto da percentagem de pessoas com depressão ser cada vez maior, sendo Portugal o segundo país no mundo com a maior taxa de pessoas com depressão¹ – “O homem depressivo é aquele *animal laborans* que se explora a si mesmo, ou seja, voluntariamente, sem coerção externa. Ele é, ao mesmo tempo, carrasco e vítima.” (Han, 2010/2012, p. 30).

As pessoas sentem “*Workplace Telepressure*”,

A telepressão é um estado psicológico que consiste na preocupação e no desejo de responder rapidamente a comunicações baseadas em mensagens de outros. Telepressão tem sido associada a resultados de *stress* e de saúde negativos, mas a medida em vigor concentra-se em experiências específicas ao local de trabalho.” (Barber & Santuzzi, 2016, p. 1).

Esta pressão que é exercida a distância através dos serviços de comunicação *online*, síncronos e assíncronos, não é apenas uma pressão relativa ao desempenho

1 Retirado de http://www.sabado.pt/vida/detalhe/portugueses_sao_os_mais_deprimidos_na_europa.html

laboral, mas também uma telepressão social, a urgência da resposta passou a contaminar a maioria das dinâmicas quotidianas.

A aplicação da Escala de Organização do Tempo (EOT) (Leite et al., 2003) permite realizar a análise de como os sujeitos gere e percebem a gestão do seu tempo.

Itens
Deixo o que tenho para fazer para última hora (R)
Adio tarefas de hoje para o dia seguinte (R)
Demoro a iniciar as minhas tarefas (R)
Desperdiço o meu tempo (R)
Interrompo com frequência o que estou fazendo (R)
É difícil manter minhas obrigações em dia (R)
Desisto facilmente após ter iniciado uma atividade (R)
Uma vez que começo uma atividade, persisto até concluí-la.
Tenho dificuldade em terminar atividades iniciadas (R)
Planejo minhas atividades seguindo uma ordem durante o dia.
Todos os dias, planejo minhas atividades.
Sigo uma rotina diária.
Quando termino uma tarefa, sei o que devo fazer em seguida.
Chego atrasado(a) aos meus compromissos (R)
Faço o suficiente com meu tempo.
Tenho dificuldades em saber o que é mais importante para eu fazer no dia (R)
Termino minhas tarefas antes do prazo final (R)

Figura 1: Escala de Organização do Tempo (EOT).

Fonte: Leite et al., 2003, p. 63.

Estes itens de organização do tempo têm especial interesse se cruzados com uma escala de valores e com a presença dos *media* (Sora, 2016) no ecossistema do processo de decisão que conduz ao uso/distribuição do tempo. Se acrescentarmos como critério de análise o ritmo (Wajcman, 2008; Alhadef-Jones, 2017) compreendemos com facilidade que a aceleração é a marca dominante introduzida pela modernidade (Rosa, 2013a).

Se fizermos um exercício, ainda que de forma ficcional, de observar a atividade humana ao longo da história da humanidade seremos facilmente confrontados com uma aceleração progressiva das atividades, dos movimentos, das deslocações, a introdução de meios de transporte como o comboio e o carro deram a esta aceleração um impulso extraordinário. A aceleração caminha de mãos dadas com a

afirmação do domínio de uma lógica capitalista que marca o quotidiano cada vez mais, de forma intensa e profunda, pela lógica da produtividade expansiva cujo modelo é o máximo rendimento, com o menor número de recursos, no menor intervalo temporal (Wajeman, 2015). Esta lógica conduz-nos à Sociedade da Pressa e à Sociedade Faminta de Tempo – à aceleração do tempo social (Maldonado, 2015). Nas palavras de Beriain, “A aceleração do tempo, entendida como aumento da velocidade de deslocamento de mensagens, pessoas e bens será um dos principais condicionantes da experiência do homem na vida moderna” (Beriain, 2008, p.54).

E como bem explana na sua obra Hartmut Rosa, o que caracteriza a modernidade é a mudança da estrutura temporal, mais precisamente a experiência de aceleração da vida, da cultura e da história (Rosa 2011, 2013a, 2013b).

Dos Paradoxos no Tempo da Hiperconexão

Evidentemente que o tempo pode ser perspectivado de diversos ângulos e camadas, ou seja, o tempo tem diversas dimensões que se distinguem entre si, apesar de interagirem numa dinâmica complexa. Temos o Tempo Quantitativo, temporalidade cronológica, que se mede (séculos, anos, meses, semanas, dias, horas, minutos, segundos) e o Tempo Qualitativo, temporalidade subjetiva, da atribuição de significado.

É certo que podemos medir objetivamente o tempo com ajuda de calendários e relógios, mas a experiência do tempo é um fenómeno subjetivo, de duração interior, impossível de medir com correspondência com o tempo cronológico mensurável. Uma hora pode passar de forma muitíssimo rápida ou pode parecer uma eternidade. Aqui reside os fenómenos designado de “Paradoxo Subjetivo do Tempo” - que expressa que o tempo da experiência e o tempo da lembrança são qualidades inversas (Rosa, 2013b, p. 127): quando fazemos alguma coisa que nos é aprazível e que nos deixa sensações agradáveis o tempo escoá-se normalmente de forma rápida. Mas, quando o tempo é preenchido com tarefas enfadonhas esse tempo parece-nos extremamente longo.

O tempo que é sentido na experiência como um tempo rápido transforma-se na memória num tempo longo – por exemplo: as férias de duas semanas na Alsácia passaram muito rápido, mas a memória está plena de imagens e experiências desses dias. Enquanto a mesma quantidade de dias dedicados a tarefas burocráticas e enfadonhas que parece uma eternidade do ponto de

vista da experiência vivida, mas é uma brevidade mnésica, quase nada fica em memória sobre esses dias – os dias passam como se nada se tivesse passado, o tempo avança lentamente – “Assim, um tempo passado rapidamente (um tempo breve), na experiência vivida, transforma-se em um tempo prolongado (um tempo longo) na memória. Mas o inverso também é verdadeiro. (...). O tempo lento e longo da experiência, transforma-se num tempo breve na memória” (Rosa, 2013b, p. 128).

Esta relação breve/longo e longo/breve, “Paradoxo Subjetivo do Tempo”, não é propriamente uma novidade. Mas, se aplicado à experiência da hiperconexão, em que o sujeito tende a ficar horas, muitas horas, conectado, como é que essa experiência longa é percebida? Como breve? Como breve deixando uma lembrança longa? Como breve deixando uma lembrança também breve?

Sendo o rotineiro, o pouco novo, desencadeador do longo/breve, mas considerando que os sujeitos hiperconectados tendem a desejar essa hiperconexão, logo não sentiram essa experiência temporal como longa (os jovens estão horas e horas ligados e querem sempre ficar mais um pouco...), ou seja, essa duração temporal é percebida como pouco tempo, como passagem rápida. Mas, que memória deixa? Uma memória longa? Parece que não! Uma memória breve, instaurando o breve/breve!

O breve/breve não gera plenitude. No lado da experiência vivida do tempo *online*, do tempo-ecrã (*zapping* na TV, navegar na internet, jogar *online*...) a sensação subjetiva de que o tempo passou rápido, não deixando intervalos temporais para outras atividades, outros pensamentos, (dis) cursos e, breve pelo lado do tempo recordação, não deixando marcas significativas, apenas uma memória breve, escassa, difusa. A fluidez da experiência do breve/breve evidencia a canibalização do tempo experiência e do tempo memória.

O tempo que come o tempo promove a descontextualização. A experiência *online* do tempo retira ao sujeito tempo de sentir o contexto, fica suspenso das circunstâncias na epifania do ausente. O contexto enraíza a experiência.

Na dinâmica de canibalização do tempo está incorporada uma espiral infernal de recomeço – Tempo Sísifo – por mais que se consulte documentos *online*, por mais que se responda e/ou apague todos os *e-mails* antes de dormir, por mais que se tenha acompanhado a publicação nos blogues e vlogues, daqui a uns momentos, horas, no dia seguinte quando acordamos a *mailbox* volta a estar carregada, as novas edições foram publicadas, novos *likes*, fotos e afins postados, bem como novos comentários e vídeos – e Sísifo volta a ter de subir a montanha.

O Paradoxo de Sísifo – há em muitas destas atividades uma compulsão prazerosa de quem as realiza! Chegando mesmo aos casos patológicos, de distúrbio de hiperconexão, também conhecido por “iDisorder”, em alusão ao iPhone. No livro *Sleeping with Your Smartphone* (“Dormindo com seu *smartphone*”), Leslie A. Perlow (2012) apresenta os casos de executivos que sofrem de “insónia controlada”, acordando três vezes por noite para verificar os *e-mails*. “O computador e o *smartphone* funcionam como cocaína eletrónica para muita gente”, afirma o neurocientista Peter Whybrow (2016). A compulsão para a recompensa imediata e procura do reconhecimento e atenção dos outros.

O cenário da hiperconexão configura-se como uma arena na qual confluem as estratégias de *multitasking* e da disponibilidade permanente e (expectativa) resposta imediata. A pressão para que se realizem muitas tarefas, de natureza diversas, em simultâneo gera uma elevada pressão e dispersão da atenção. Mas, há ainda a pressão profissional e social mais forte, que consiste na expectativa de que todos deveremos estar disponíveis a todo o momento, em qualquer circunstância. É claro que a portabilidade dos equipamentos vieram reforçar esta tendência para se considerar que é natural que a pessoa se encontre conectada e que responda. Também aqui se gera um paradoxo – o Paradoxo da Disponibilidade Permanente – o facto de se estar sempre disponível faz paradoxalmente uma pressão permanente, que faz com que se esteja permanentemente ocupado, indisponível, pressionado pela falta de tempo (Wajeman, 2015) – o Paradoxo da Pressão do Tempo (*time-pressure paradox*) – por um lado as tecnologias permitem-nos fazer as tarefas de modo mais ágil e rápido (processar informação, pesquisar, transportar, resolver problemas...), isso supostamente deixar-nos-ia mais tempo livre. Contudo, na realidade sentimo-nos sempre com menos tempos, e mais tarefas, numa pressão e saturação permanentes. Estar ocupado passou paradoxalmente a significar *status* social, o ócio e a desocupação não estão vinculados à lógica da aceleração social típica da escalada capitalista - “A vida vivida em alta velocidade tronou-se analogia para o progresso.” (Wajeman, 2015, p. 58).

O Paradoxo da Flexibilidade – a digitalização dos processos de trabalho, ou desmaterialização, e a portabilidade dos equipamentos vieram permitir e potenciar a flexibilidade dos horários e lugares de exercício de muitas profissões. Esta situação parece cheia de vantagens e possibilidades destes trabalhadores poderem fazer um uso customizado do seu tempo. Mas, na realidade o que se verifica é que o tempo de trabalho passou a contaminar todos os outros tempos, o tempo de lazer, em que nas horas e dias supostamente de descanso, de lazer,

a pessoa continua a responder a *e-mails*, escrever relatórios, etc. e, mesmo que não o faça tem a pressão dos colegas e das chefias para que o faça, o tempo da família e o espaço doméstico passam a estar também eles contaminados pelo tempo de trabalho. O tempo da pressão para a realização cada vez mais rápida, eficiente, produtiva, numa lógica de crescimento (até ao absurdo) canibaliza todos os outros tempos, o tempo do ócio, da transcendência, da criatividade, das relações, os quais se veem comprimido pela flexibilização do tempo de trabalho. Hibridizam-se as temporalidades, e muitas vezes o que fica é a desorganização temporal (Shove et al., 2009) (Southerton, 2009) – “a erosão das rotinas institucionalmente fixadas e a fragmentação das atividades diárias significa que mais negociações, mais decisões e maiores esforços são necessários para realizar as tarefas básicas da vida quotidiana” (Wajeman, 2015, p. 76). A acompanhar a diluição das fronteiras das diferentes temporalidades cria-se a sensação de densidade temporal, a compressão de demasiadas tarefas que se concentram num mesmo tempo. O tempo saturado canibaliza o tempo da reflexão, da ponderação. Esta sensação conduz à perceção de necessidade de expansão do tempo, como se o tempo fosse uma bolha à beira de estourar e todos pedem que o dia tenha mais de 24 horas. Este pedido é o indicador de que se saturou o tempo disponível, ficando incapaz de suportar a incorporação de mais tarefas.

Mas, qual a presença/papel do tempo-ecrã (*screen time*) na saturação do tempo? O tempo-ecrã é o grande canibalizador do tempo? Quantas horas passamos frente a ecrãs? O tempo-ecrã tem a característica de percecionar o tempo longo cronológico como tempo curto subjetivo, esta característica inibe a capacidade de análise crítica do consumo do tempo. Fica o desafio de investigar no sentido de compreender se o *sreen time* nos está a inibir a diversidade do uso social do tempo. Se o *sreen time* canibaliza as outras temporalidades, com a suavidade do toque no ecrã, suspensos entre clicar e pensar. Estaremos condenado ao pensamento curto, segmentado e superficial pressionado pela lógica do clicar ou haverá oportunidade no fluxo da hiperconexão para o tempo lento que a reflexão requer?

Referências bibliográficas

- ALHADEFF-JONES, M. (2017). *Time and the Rhythms of Emancipatory Education - Rethinking the temporal complexity of self and society*. Londres: Routledge.
- BALDI, V. (2011a). Oltre il presentismo. *Critica Sociologica*, XLV(178), 75–80. doi: <http://doi.org/ISSN 0011-1546>
- BALDI, V. (2011b). Su tiempo! Más allá de la ubiquidad del presente. *Interartive. A Platform for Contemporary Art and Thought*, Abril/Maio, 31–32. doi: <http://doi.org/ISSN 2013-679X>
- BARBER, L., & SANTUZZI, A. (2016). Telepressure and College Student Employment: The Costs of Staying Connected Across Social Contexts. *Stress and Health*. [eBook]. Retirado de <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/smi.2668/pdf>
- BERIAIN, J. (2008). *Aceleración y tiranía del presente: la metamorfosis en las estructuras temporales de la modernidad*. Barcelona: Anthropos. [eBook]. Retirado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=599434>
- ČALDAROVIĆ, O. (2009). Sociology of Time—Overview of Major Ideas and Concepts. *Socijalna Ekologija: Časopis Za Ekološku Misao I*, 18(3–4), 215–235. Retirado de http://hrcak.srce.hr/index.php?show=clanak&id_clanak_jezik=82444
- COSSLETT, R. L. (2016, July 25). Turning Back the Biological Clock Comes at a Precide. *The Guardian*, Retirado de <https://www.theguardian.com/commentisfree/2016/jul/25/turning-back-biological-clock-comes-at-price-egg-freezing>
- HAN, B. (2010/2012). *La Sociedad del Cansancio*. Barcelona: Herder Editorial.
- HAN, B. (2016). *O Aroma do Tempo - Um Ensaio Filosófico sobre a Arte da Demora*. Lisboa: Relógio D' Água.
- JÚDICE, N. (2014). *O Fruto da Gramática*. Lisboa: Publicações D. Quixote.
- LEITE, U.; TAMAYO, Á., & GÜNTHER, H. (2003). Organização do uso do tempo e valores de universitários. *Avaliação Psicológica*, 1, 57–66. Retirado de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1677-04712003000100007&script=sci_arttext&tlng=en
- MALDONADO, C. (2015). About the acceleration of social time in the contemporary capitalist society. *Civilizar Ciencias Sociales Y Humanas*, 15(28), 263–276. Retirado de http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-89532015000100018&lng=en&nrm=iso&tlng=en
- PERLOW, L. (2012). *Sleeping With Your Smartphone: How To Break The 24/7 Habit And Change The Way You Work*. Boston: Harvard Business Review Press.

- ROSA, H. (2011). Aceleración social: consecuencias éticas y políticas de una sociedad de alta velocidad desincronizada. *Revista Persona Y Sociedad*, 1(25), 9–49. Retirado de <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/1467-8675.00309/abstract>
- ROSA, H. (2013a). *Accélération - Une critique social du temps*. Paris: La Découverte.
- ROSA, H. (2013b). *Aliénation et accélération: vers une théorie critique de la modernité tardive*. Paris: La Découverte.
- SHOVE, E.; WILK, R., & TRENTMAN, F. (Eds.). (2009). *Time, Consumption and Everyday Life: Practice, Materiality and Culture*. Oxford & Nova Iorque: Berg Publishers.
- SORA, C. (2016). *Temporalidades Digitales - Análisis del Tiempo en los New Media y las Narrativas Interactivas*. Barcelona: Editorial UOC.
- SOUTHERTON, D. (2009). *Communities of consumption: Place, Geographical Mobility and Identification*. Nova Iorque: VDM Verlag.
- TORRES, F. (2016). A secular acceleration: Theological foundations of the sociological concept “social acceleration”. *Time & Society*, 25(3), 429–449. doi: <http://doi.org/10.1177/0961463X15622395>
- VARSORI, E. & OLIVEIRA, L. (2015). Ecrã-quotidiano: Epifania do ausente. In *Atas do IX Congresso Sopcom*. Coimbra: Sopcom. (no prelo)
- WAJCMAN, J. (2008). Life in the fast lane? Towards a sociology of technology and time. *The British Journal of Sociology*, 1(59), 59–77. doi: <http://doi.org/10.1111/j.1468-4446.2007.00182.x>
- WAJEMAN, J. (2015). *Pressed for Time: the acceleration of time in digital capitalism*. Chicago e Londres: The University of Chicago Press.
- WHYBROW, P. (2016). *The Well-Tuned Brain The Remedy For A Manic Society*. Nova Iorque: WW Norton & Go.