

A Arquitetura da Compreensão: Metáfora, Analogia e o Exercício Metacognitivo da Soberania do Pensamento

Introdução

Este relatório postula que a proficiência no uso e na análise de metáforas e analogias, quando aliada a uma prática metacognitiva robusta e constante, transcende a mera competência comunicacional. Representa um estágio avançado de maturidade intelectual, capacitando o indivíduo a não apenas construir e compreender mundos conceituais, mas a navegar com soberania pelas narrativas que buscam moldar a percepção da realidade. A análise que se segue traçará a evolução do conceito de metáfora, desde a sua concepção clássica como um ornamento retórico, uma figura de linguagem com funções primariamente estéticas ¹, até à sua redefinição fundamental na ciência cognitiva como um mecanismo onipresente e basilar do pensamento, da linguagem e da ação humana.³ Ao desvendar a arquitetura conceitual destas ferramentas, sua função na cognição e seu poder persuasivo, este trabalho culminará na exploração da metacognição como a chave mestra que permite não só o domínio destas estruturas, mas também a defesa contra sua instrumentalização, garantindo a autonomia do pensamento em um mundo saturado de narrativas.

Parte 1: Fundamentos e Distinções Conceituais: A Gramática do Pensamento Figurado

Para compreender o impacto profundo da metáfora e da analogia na cognição e na comunicação, é imperativo primeiro estabelecer uma fundação teórica sólida, dissecando suas definições, traçando suas origens e, crucialmente, iluminando a distinção estrutural que as separa. Essa distinção não é meramente acadêmica; ela é a chave para entender as funções cognitivas e persuasivas radicalmente diferentes que cada uma desempenha.

1.1 As Raízes do Sentido: Definições e Origens

A compreensão contemporânea da metáfora e da analogia é o produto de uma longa evolução intelectual, que se inicia na retórica clássica e sofre uma revolução

paradigmática com o advento da linguística cognitiva.

A Visão Clássica (Retórica)

A origem etimológica do termo metáfora, do grego *metaphorá*, já encapsula a visão clássica: trata-se de um "transporte" ou "transferência" de sentido de uma palavra para outra.² Foi Aristóteles, em suas obras seminais

Arte Poética e *Arte Retórica*, quem primeiro sistematizou o conceito. Para ele, a metáfora consistia na "transposição do nome de uma coisa para outra", um processo que poderia ocorrer do gênero para a espécie, da espécie para o gênero ou, de forma mais significativa, por via de uma analogia.² Longe de ser um mero artifício, Aristóteles via a capacidade de criar boas metáforas como um sinal de genialidade, afirmando que "bem saber descobrir as metáforas significa bem se aperceber das semelhanças".⁵ A tradição greco-romana que se seguiu, em grande medida, manteve essa visão, restringindo a metáfora a um paralelismo fundamentado na analogia.⁵

O retórico romano Quintiliano solidificou ainda mais essa perspectiva ao cunhar a influente definição da metáfora como uma "comparação abreviada" (*metaphora brevior est similitudo*), um recurso linguístico tão comum que era utilizado por todas as pessoas, mesmo as sem cultura formal.⁵ Nesta concepção clássica, a metáfora é classificada como um "tropo", uma figura de linguagem cuja função principal é ornamental ou de clarificação, um adorno elegante para o discurso.¹

A analogia, por sua vez, não era vista como um mero componente da metáfora, mas como um dos pilares da argumentação lógica e filosófica. Sua função era fundamentar a estrutura do real, estabelecendo uma proporção ou uma semelhança de relações entre duas ou mais entidades distintas, seguindo a fórmula A está para B assim como C está para D (A:B::C:D).⁷ Era uma ferramenta para a descoberta e a persuasão racional.⁷

A Revolução Cognitiva (Linguística Cognitiva)

O século XX testemunhou uma mudança de paradigma radical. Com os trabalhos pioneiros de George Lakoff e Mark Johnson, notadamente em "Metaphors We Live By" (1980), a metáfora foi destronada de sua posição como mera figura de linguagem e elevada ao status de **figura de pensamento**, um mecanismo com profundo e inescapável valor cognitivo.¹ A tese central da linguística cognitiva é audaciosa e

transformadora: nosso sistema conceitual, a própria arquitetura do nosso pensamento e, por consequência, nossas ações, é fundamentalmente de natureza metafórica.³

A **Teoria da Metáfora Conceitual (TMC)** postula que a metáfora não é uma questão de palavras, mas de conceitos. Ela é definida como um **mapeamento conceitual** sistemático de um domínio de experiência mais concreto, físico ou familiar (o **domínio-fonte**) para um domínio mais abstrato, complexo ou menos estruturado (o **domínio-alvo**).³ Por exemplo, na metáfora conceitual

ARGUMENTO É GUERRA, não estamos apenas usando palavras bélicas por acaso; estamos ativamente utilizando nossa compreensão do domínio-fonte (guerra) — com sua lógica de atacar posições, defender um ponto, ganhar e perder terreno, destruir argumentos do oponente — para compreender, estruturar e vivenciar o domínio-alvo (argumento).

Esses mapeamentos são parciais (nem todos os aspectos da guerra se aplicam a um argumento), assimétricos (compreendemos argumentos em termos de guerra, mas não o contrário) e profundamente enraizados em nossas experiências corpóreas e culturais.³ O ponto crucial é que a base da metáfora, nesta visão, não é a semelhança preexistente, como na visão clássica, mas a capacidade de

estruturar um conceito em termos de outro, criando coerência e permitindo a inferência.⁵

A transição da perspectiva retórica para a cognitiva representa mais do que uma simples atualização de definições; é uma mudança fundamental no escopo da análise, uma migração da *palavra* para a *mente*. A retórica clássica, com Aristóteles e Quintiliano, localizava o fenômeno metafórico no nível do léxico, da palavra. A metáfora era uma "transposição de nome" ou uma "comparação abreviada", e a unidade de análise era a expressão linguística isolada, cuja função era primariamente estilística.² Em contrapartida, a linguística cognitiva de Lakoff e Johnson desloca o locus da metáfora para o nível do conceito, da cognição. A metáfora torna-se um "mapeamento entre domínios conceituais", e a unidade de análise passa a ser o sistema de pensamento humano.³ Sua função deixa de ser ornamental para se tornar fundamentalmente cognitiva: permitir a própria possibilidade de compreender conceitos abstratos.

Portanto, a revolução cognitiva não negou a existência de expressões metafóricas na linguagem. Em vez disso, ela as redefiniu como manifestações superficiais de um

processo cognitivo profundo, sistêmico e, em grande parte, inconsciente.⁴ Esta nova compreensão explica de forma elegante por que as metáforas são tão onipresentes e parecem tão naturais em nosso discurso cotidiano. Elas não são adornos que escolhamos adicionar ao pensamento; elas são o próprio andaime sobre o qual o pensamento abstrato é construído.

1.2 A Arquitetura da Comparação: Distinção Estrutural

Apesar de sua relação histórica e da confusão frequente, metáfora e analogia possuem arquiteturas conceituais distintas, que ditam suas funções e efeitos.

Metáfora: Fusão de Domínios (A é B)

A metáfora opera por meio de uma **identificação** ou **fusão** implícita entre dois domínios conceituais. Ela não diz que o alvo é *como* a fonte; ela afirma categoricamente que o alvo é a fonte. Exemplos como "Aquele político é *uma raposa*"¹⁰, "O tempo

é *um ladrão*", ou "A casa deles era *uma prisão*"¹¹ ilustram essa estrutura de predicação. A forma

A é B não é uma simples comparação, mas um ato que cria um novo significado a partir da interação e da tensão entre os dois conceitos.⁵ A poesia moderna, em particular, explorou a metáfora como uma "técnica da fusão" de opostos, onde a justaposição de elementos díspares não serve para revelar semelhanças preexistentes, mas para forjar uma nova realidade conceitual e perceptiva.⁵

Analogia: Mapeamento de Relações (A está para B assim como C está para D)

A analogia, em contraste, opera por meio de uma **comparação explícita da estrutura relacional** entre dois sistemas ou domínios.¹² Sua forma canônica,

A:B::C:D, deixa claro que o foco não está na identidade dos elementos, mas na similaridade de suas relações. Uma analogia não afirma que o domínio-alvo é o domínio-fonte, mas que a *relação* entre os componentes do alvo é similar à *relação* entre os componentes da fonte. O exemplo clássico da ciência, "A estrutura do átomo (alvo) é análoga à do sistema solar (fonte)", não postula que um átomo seja

literalmente um sistema planetário. Em vez disso, mapeia a relação *núcleo-elétron* para a relação *sol-planeta*, usando a segunda para elucidar a primeira.¹⁴ Por sua natureza, a analogia tende a ser mais explícita, estruturada e didática, frequentemente marcada por conectivos como "assim como", "da mesma forma que" ou "é como".⁷

A Relação entre os Dois

A ideia de que a metáfora é uma "**analogia condensada**" é antiga, remontando a Aristóteles, e persiste na análise contemporânea.⁷ A analogia formal "a velhice está para a vida assim como a noite está para o dia" pode ser elegantemente condensada na metáfora "o anoitecer da vida".⁸ Contudo, reduzir todas as metáforas a analogias condensadas é uma simplificação excessiva. Enquanto a analogia se dedica a comparar explicitamente as estruturas de dois domínios, a metáfora muitas vezes opera de forma mais implícita e holística, focando na transferência de atributos e qualidades relacionais em vez de um mapeamento sistêmico completo.¹³ A sobreposição e a confusão entre os termos são compreensíveis, pois ambos os mecanismos se baseiam na percepção de semelhanças, mas eles as expressam e as utilizam de maneiras fundamentalmente diferentes.¹³

1.3 A Prática da Distinção: Exemplos Ilustrativos

A diferença estrutural se torna mais clara quando analisamos exemplos concretos de comunicação estratégica.

- **Exemplo de Metáfora:** "Dados são o novo petróleo."
 - **Análise:** Esta é uma metáfora de fusão inequívoca (A é B). Ela não se preocupa em detalhar as relações processuais entre a extração de petróleo e a mineração de dados. Seu poder reside na transferência direta e massiva de atributos: valor, poder geopolítico, recurso estratégico, fonte de riqueza e conflito. A metáfora funciona como um carimbo, imprimindo o valor do "petróleo" sobre o conceito de "dados". O foco é a transferência de valor, não a elucidação de uma estrutura.
- **Exemplo de Analogia:** "Aprender uma habilidade é como construir uma casa: requer uma base sólida (os fundamentos teóricos), materiais de qualidade (a prática consistente e deliberada) e um plano bem definido (um método de estudo estruturado)."
 - **Análise:** Esta é uma analogia puramente relacional. Ela não afirma que o

aprendizado é uma casa. Sua função é explicar a estrutura de um processo abstrato (aprender) mapeando explicitamente seus componentes para os componentes de um processo concreto e familiar (construir uma casa). A relação *base-materiais-plano* é usada para iluminar a relação *teoria-prática-método*. Sua função é primariamente explicativa e estruturante.

Outros exemplos reforçam essa distinção:

- **Metáforas:** "Sua voz é música para meus ouvidos", "A vida é uma montanha-russa emocional" ¹⁷, "O amor é fogo que arde sem se ver".¹⁸ Em cada caso, há uma afirmação de identidade que transfere qualidades de forma holística.
- **Analogias:** "A mente é como um jardim: pode-se cultivar flores ou ervas daninhas, dependendo dos cuidados que se dá a ela" ¹⁷, "Ensinar uma criança a ler é como dar asas a um pássaro".¹⁵ Em cada caso, a comparação é explícita e serve para explicar uma relação ou um processo.

Para sintetizar estas distinções fundamentais, o quadro a seguir oferece uma comparação direta das características centrais de cada ferramenta linguística e cognitiva.

Característica	Metáfora	Analogia
Estrutura Fundamental	Identificação / Fusão (A é B)	Mapeamento de Relações (A:B::C:D)
Função Primária	Transferência de atributos e valor; criação de nova realidade conceitual.	Explicação de uma estrutura complexa; argumentação estrutural.
Presença de Conectivos	Implícitos ou ausentes.	Explícitos (ex: "como", "assim como", "da mesma forma que").
Natureza da Comparação	Implícita, holística, frequentemente emocional e avaliativa.	Explícita, estrutural, frequentemente didática e racional.
Exemplo Central	"O tempo é um ladrão."	"A mente é como um jardim: precisa ser cultivada."

Parte 2: A Função Cognitiva: Construindo, Criando e Criticando a Realidade

Superada a fase de distinção conceitual, a análise avança para o "porquê" da existência e da onipresença destas ferramentas. Metáforas e analogias não são meras curiosidades linguísticas; são engrenagens fundamentais da máquina cognitiva, desempenhando papéis cruciais na aprendizagem, na criatividade e no desenvolvimento do pensamento crítico.

2.1 Andaimos da Mente: Economia e Aceleração Cognitiva

A função mais basilar da metáfora e, especialmente, da analogia no processo de aprendizagem é a de servir como um "andaime cognitivo" (*cognitive scaffolding*). Este conceito, emprestado da psicologia da educação, descreve como uma estrutura de suporte temporária pode auxiliar um aprendiz a construir um novo conhecimento que, de outra forma, estaria além de seu alcance imediato.¹⁹ Metáforas e analogias funcionam precisamente desta maneira: elas utilizam uma estrutura conceitual familiar e robusta (o domínio-fonte) para apoiar a montagem de uma nova e complexa estrutura de conhecimento (o domínio-alvo).²¹ Ao fazer isso, elas permitem que o aprendiz conecte o novo ao já conhecido, organizando informações de maneira eficiente e acelerando a compreensão.²²

Este processo de andaimento está intimamente ligado à **redução da carga cognitiva**. A Teoria da Carga Cognitiva, desenvolvida por John Sweller e colegas, postula que nossa memória de trabalho — o espaço mental onde a informação é processada ativamente — possui uma capacidade extremamente limitada.²⁴ A aprendizagem eficaz é obstruída quando essa memória é sobrecarregada, seja pela complexidade inerente do material (

carga intrínseca) ou, mais criticamente, pela maneira ineficiente como a informação é apresentada (*carga estranha*).²⁵ Metáforas e analogias bem construídas são ferramentas poderosas para minimizar a carga estranha. Elas apresentam informações novas e complexas de uma forma pré-organizada e familiar, evitando que o aprendiz gaste preciosos recursos cognitivos tentando estruturar o material do zero.²³ Ao "importar" uma estrutura relacional já consolidada na memória de longo prazo, a analogia libera a memória de trabalho para se concentrar na tarefa mais

importante da aprendizagem em si, ou seja, na

carga pertinente.²⁴

Nessa perspectiva, metáforas e analogias não são apenas ferramentas de *simplificação*, mas de *otimização cognitiva*. Elas operam como um algoritmo de compressão para o pensamento. Um conceito novo e abstrato, como a estrutura de um átomo, possui uma alta interatividade de elementos (núcleo, elétrons, órbitas, forças, etc.), impondo uma elevada carga cognitiva intrínseca ao aprendiz.²⁵ Tentar assimilar todos esses novos elementos simultaneamente na memória de trabalho é um processo lento e propenso a erros. A analogia "o átomo é como o sistema solar"¹⁴ contorna esse problema de forma brilhante. Ela não apenas simplifica, mas

comprime toda essa complexidade em um único "pacote" de informação que já existe de forma estruturada na memória de longo prazo do aprendiz: o esquema do sistema solar. Em vez de a memória de trabalho ter que manipular cinco ou seis novos elementos, ela manipula apenas um: "o esquema do sistema solar, aplicado a este novo contexto". Portanto, a analogia funciona como um atalho heurístico que otimiza o uso de recursos cognitivos limitados. Ela troca um problema de alta carga computacional (construir um novo esquema do zero) por um de baixa carga (mapear um esquema já existente), acelerando drasticamente a curva de aprendizado.²²

2.2 O Ginásio do Intelecto: O Exercício do Pensamento Crítico

A criação e, de forma ainda mais significativa, a interpretação de metáforas e analogias são processos cognitivos ativos, e não passivos. Elas constituem um verdadeiro exercício para o pensamento crítico. Para compreender uma analogia, o indivíduo é forçado a analisar as semelhanças propostas, a avaliar a validade das conexões e, crucialmente, a identificar os limites da comparação.²⁷

O pensamento crítico se manifesta de forma mais clara na capacidade de fazer a pergunta fundamental: "Até que ponto esta analogia é válida e onde ela começa a falhar?". Retomando o exemplo da analogia entre o átomo e o sistema solar, um pensador crítico reconhece sua utilidade para explicar a noção de um corpo central com outros orbitando ao redor. No entanto, ele também deve reconhecer onde a analogia se quebra: elétrons não "orbitam" o núcleo como planetas; seu comportamento é governado pela mecânica quântica e descrito por orbitais de probabilidade, um conceito radicalmente diferente. Identificar e articular essa falha é um ato de pensamento crítico sofisticado, que evita a super simplificação e a

formação de concepções errôneas.²⁹

Essa avaliação de analogias e metáforas é, em sua essência, uma habilidade metacognitiva. Ela envolve a avaliação dos próprios processos de pensamento e dos processos de pensamento dos outros.³¹ Ao analisar um argumento baseado em uma analogia, não estamos apenas avaliando os fatos, mas a própria estrutura do pensamento que o produziu, questionando sua validade, sua coerência e suas implicações.

2.3 Motores da Descoberta: Criatividade e Inovação

Se as analogias são andaimes para a aprendizagem, elas são verdadeiros motores para a criatividade e a inovação. O pensamento analógico é um dos antídotos mais eficazes contra a "fixidez funcional" — a tendência cognitiva de perceber objetos ou conceitos apenas em seus usos e contextos mais comuns. Ao forçar a conexão entre domínios que, à primeira vista, não têm qualquer relação, a analogia pode quebrar a rigidez mental e revelar soluções, hipóteses e perspectivas radicalmente novas.

Estudo de Caso 1: O Anel de Benzeno de Kekulé

Um dos exemplos mais célebres na história da ciência ilustra esse poder. Em meados do século XIX, os químicos enfrentavam um enigma intransponível: a estrutura da molécula de benzeno (C₆H₆). O problema era que todo o pensamento químico da época estava confinado a estruturas de cadeias de carbono abertas, e nenhuma configuração linear conseguia explicar as propriedades do benzeno.³² O químico Friedrich August Kekulé quebrou esse impasse através de um salto analógico. Ele relatou ter tido um devaneio ou sonho no qual viu átomos girando e se torcendo como cobras, até que uma das cobras mordeu a própria cauda, formando um anel — a imagem do antigo símbolo do Ouroboros.³³ Essa imagem onírica forneceu a analogia crucial para uma estrutura fechada, cíclica. Essa descoberta, nascida de um pensamento analógico que conectou a química a um símbolo mitológico, não apenas resolveu o problema do benzeno, mas fundou todo o campo da química dos compostos aromáticos.³²

Estudo de Caso 2: Biomimética

A disciplina da biomimética representa a institucionalização do pensamento analógico

como motor de inovação. Ela opera sob a premissa fundamental de que a natureza, com seus 3.8 bilhões de anos de pesquisa e desenvolvimento por meio da evolução, é um vasto catálogo de soluções testadas e otimizadas para muitos dos desafios de engenharia, design e sustentabilidade que a humanidade enfrenta.³⁶ A biomimética usa a natureza como o domínio-fonte por excelência para a inovação no domínio-alvo da tecnologia humana.³⁹

Os exemplos práticos são abundantes e transformadores:

- **Velcro:** A invenção do engenheiro suíço George de Mestral foi diretamente inspirada pela observação de como as sementes de bardana, com seus minúsculos ganchos, se agarravam tenazmente ao pelo de seu cão. A análise microscópica dessa estrutura natural forneceu a analogia para o sistema de gancho e argola do velcro.³⁷
- **Trem-Bala Japonês (Shinkansen):** Para resolver o problema do estrondo sônico que os trens de alta velocidade criavam ao entrar em túneis, os engenheiros se voltaram para a natureza. A solução foi redesenhar o bico do trem para imitar a forma do bico do pássaro martim-pescador, que consegue mergulhar na água com o mínimo de respingos. A analogia com a hidrodinâmica do pássaro resolveu um problema aerodinâmico complexo, tornando o trem mais silencioso e 10% mais rápido.³⁷
- **Refrigeração Passiva:** Arquitetos têm projetado edifícios, como o Eastgate Centre no Zimbábue, que imitam a sofisticada estrutura de ventilação dos cupinzeiros. Esses montes mantêm uma temperatura interna notavelmente estável, apesar das flutuações externas extremas, através de um sistema de convecção natural. Ao aplicar essa analogia arquitetônica, foi possível construir um grande complexo comercial que dispensa ar-condicionado, consumindo significativamente menos energia.³⁷

A verdadeira genialidade da inovação por analogia, seja no sonho de Kekulé ou na prática da biomimética, não reside em um ato de *cópia* superficial, mas em um processo sofisticado de *abstração de princípios*. Kekulé não propôs que o benzeno era, de fato, uma cobra.³² Os engenheiros do Shinkansen não construíram um trem com penas.³⁷ O que esses inovadores fizeram foi identificar um

princípio funcional subjacente no domínio-fonte: no caso de Kekulé, o princípio da "circularidade auto-conectada"; no caso do trem-bala, o princípio da "entrada em um meio com baixa resistência". Eles então *abstrairam* esse princípio de seu contexto original (mitologia, biologia) e o *reaplicaram* de forma criativa em um novo contexto (química, engenharia). O poder criativo da analogia, portanto, reside na capacidade

de separar a *função* da *forma*. A biomimética não copia a aparência da natureza, mas seus "princípios de vida" e suas estratégias funcionais.³⁶ É um processo de engenharia reversa de princípios, não uma imitação estética.

Parte 3: O Poder da Moldura: Persuasão, Valor e Resignificação

Após explorar as funções construtivas da metáfora e da analogia, a análise se volta para seu aspecto mais potente e, por vezes, mais perigoso: sua capacidade de moldar a percepção, transferir valores e persuadir de maneira sutil, contornando as defesas da análise racional. É aqui que a metáfora, em particular, revela seu poder como ferramenta de engenharia social e cognitiva.

3.1 A Alquimia da Linguagem: Transferência de Valor e Resignificação

Metáforas raramente são descrições neutras da realidade. Elas funcionam como "molduras" conceituais que impõem uma perspectiva específica sobre um tema, um fenômeno conhecido como **Efeito de Enquadramento (Framing Effect)**.⁴¹ Como uma moldura em uma pintura, a metáfora direciona nossa atenção, destacando certos aspectos do conceito-alvo enquanto, inevitavelmente, deixa outros na sombra, fora do quadro.⁴³ Essa seleção e ocultação não é um processo neutro; ela influencia profundamente o raciocínio e as decisões, muitas vezes de forma subconsciente, levando o indivíduo a focar na maneira como a informação é apresentada, em vez de nos fatos em si.⁴²

O mecanismo central desse enquadramento é a **transferência de valor emocional e moral**. O frame metafórico não apenas transfere estrutura, mas também todo o ecossistema de valores, emoções e inferências do domínio-fonte para o domínio-alvo. Quando um comunicador usa a metáfora "Pobreza é uma doença", ele não está apenas fazendo uma comparação. Ele está ativamente transferindo os sentimentos de medo, a noção de contágio, a urgência de tratamento e a necessidade de erradicação, todos associados ao domínio "doença", para o domínio "pobreza".⁴⁵ Da mesma forma, metáforas morais, como a da

AUTORIDADE MORAL, são frequentemente estruturadas pela metáfora mais profunda da **ORDEM MORAL**, que por sua vez se baseia no modelo da família tradicional. Neste modelo, a hierarquia (pais sobre filhos) é percebida como natural, justa e benéfica, transferindo essa legitimidade para as estruturas de poder na

sociedade.⁴⁶

Essa capacidade de alterar a percepção através de uma nova moldura é a essência da **Ressignificação (Cognitive Reframing)**, uma técnica fundamental em psicologia que consiste em mudar a forma como uma situação é percebida para alterar seu significado e sua resposta emocional.⁴⁸ Mudar a metáfora central usada para descrever um problema é uma das formas mais poderosas de resignificação. Considere a diferença entre enquadrar uma discussão como "Argumento é guerra" e "Argumento é dança". A primeira metáfora implica um objetivo de vencer, destruir o oponente e defender posições. A segunda implica um objetivo de colaboração, coordenação e criação de algo harmonioso em conjunto. A mudança da moldura metafórica altera fundamentalmente a percepção, o comportamento e o resultado da interação.

3.2 A Engenharia do Consentimento: Aplicações em Comunicação Estratégica

O poder de enquadramento da metáfora a torna uma ferramenta indispensável na comunicação estratégica, onde o objetivo é moldar a opinião pública e direcionar o comportamento.

No Discurso Político

A política é um campo de batalha de metáforas. As escolhas metafóricas não são meros floreios retóricos; elas definem a própria natureza do debate ideológico.

- **"Cortar a gordura do Estado"**: Esta metáfora enquadra os gastos públicos não como investimentos em serviços (educação, saúde, infraestrutura), mas como um excesso de peso insalubre e indesejável em um corpo. A inferência imediata é que "cortar" essa "gordura" é uma medida de saúde, disciplina e eficiência, tornando os cortes orçamentários uma ação virtuosa e necessária, enquanto oculta a conseqüente redução de serviços essenciais para a população.
- **"Guerra às drogas"**: Esta poderosa metáfora enquadra o complexo problema social e de saúde do vício e do tráfico como um conflito militar. Ela evoca um inimigo claro, justifica táticas agressivas e punitivas (encarceramento em massa, militarização da polícia) e marginaliza abordagens alternativas baseadas na saúde pública, tratamento e redução de danos.
- **NAÇÃO É UMA FAMÍLIA**: Como analisado por George Lakoff, esta é talvez a metáfora mais fundamental da política moderna. A forma como essa metáfora é

declinada define espectros ideológicos inteiros. A visão conservadora tende a usar o modelo do **"Pai Severo"**, que valoriza a disciplina, a autoridade, a autossuficiência e a responsabilidade individual. A visão progressista, por outro lado, emprega o modelo dos **"Pais Apoiantes"** (ou Nutritivos), que enfatiza a empatia, a proteção, o apoio mútuo e o bem comum como responsabilidade coletiva.⁹ A escolha de uma ou outra versão desta metáfora-mãe determina toda uma constelação de posições políticas sobre impostos, bem-estar social, justiça e regulação.⁹

No Marketing e Publicidade

O mundo do marketing é igualmente dependente da alquimia metafórica para criar valor e desejo.

- **"Dados são o novo petróleo"**: Como já mencionado, esta metáfora concede instantaneamente aos dados um status de recurso de imenso valor estratégico e econômico, justificando investimentos massivos em sua coleta e processamento.
- **"Não é assim uma Brastemp"**: Neste slogan genial, a marca transcende o produto e se torna a própria metáfora de um padrão de excelência. A Brastemp não é mais comparada a um padrão; ela é o padrão contra o qual todas as outras marcas são medidas, uma jogada que estabelece uma dominância conceitual no mercado.⁵¹
- **Metáforas Visuais**: A publicidade explora intensamente as metáforas visuais. O icônico "swoosh" da Nike é uma metáfora visual direta para movimento, velocidade e fluidez, encapsulando a essência da marca sem uma única palavra.⁵² Uma imagem de uma garrafa de cerveja gelada coberta de gotículas de condensação, deliberadamente fotografada para parecer "suada", cria uma poderosa metáfora visual com o suor do trabalhador, associando o produto ao alívio, à recompensa e ao merecido descanso após um dia de trabalho duro.⁵³

3.3 A Ressonância da Alma: Conexão com a Experiência Subjetiva

Por que as metáforas são tão devastadoramente eficazes na persuasão? A resposta reside em sua capacidade de contornar as defesas da lógica formal e se conectar diretamente com nosso repertório mais profundo de experiências subjetivas, corporificadas e emocionais.⁴⁷ Elas não falam primariamente à razão, mas à intuição e à emoção; em termos psicoterapêuticos, elas "falam com o inconsciente".⁵⁵

As emoções humanas, muitas vezes difusas e complexas, são mediadas e estruturadas pela linguagem, e as metáforas são a ferramenta primária para dar forma, significado e um lugar no universo simbólico a esses sentimentos internos.⁴⁷ Uma metáfora como "coração de pedra"¹⁵ não é uma descrição lógica, mas a evocação de uma experiência sensorial concreta (a frieza, dureza e inércia de uma pedra) para dar corpo e compreensibilidade a um estado emocional abstrato (insensibilidade). O poder persuasivo da metáfora, portanto, reside em sua capacidade de condensar um argumento complexo ou uma posição ideológica em uma única imagem emocionalmente ressonante, que é processada pelo cérebro de forma mais rápida, intuitiva e memorável do que uma longa cadeia de proposições lógicas.⁵⁶

Este processo pode ser entendido como uma forma de **"contrabando cognitivo"**. A metáfora funciona importando um sistema completo de inferências, emoções e soluções de um domínio familiar (a fonte) e aplicando-o a um domínio novo ou contestado (o alvo), muitas vezes sem que o receptor tenha consciência da transação. Considere-se a metáfora política "Imigração é uma inundação".⁴¹ O domínio-fonte "inundação" ativa imediatamente um frame cognitivo que inclui conceitos como força destrutiva e avassaladora, perda de controle, perigo iminente e a necessidade urgente de construir barreiras (diques, muros). As emoções associadas são, inequivocamente, medo e ansiedade. Ao mapear este frame para o domínio-alvo "imigração", a metáfora não está simplesmente fazendo uma comparação poética. Ela está, de fato, contrabandeando todo o sistema de inferências e a carga emocional do frame da inundação. Se a solução lógica para uma inundação é uma barreira física, então a solução para a imigração torna-se, por inferência metafórica automática, uma barreira física (um muro). A metáfora vence a batalha argumentativa antes mesmo que ela comece, pois ela define o campo de jogo. O debate deixa de ser sobre os fatos complexos da imigração (economia, demografia, direitos humanos) e passa a ser sobre como lidar com a "inundação" que ameaça a nação.

Parte 4: Metacognição: A Maestria do Intelecto e a Defesa da Mente

A análise das funções e do poder da metáfora e da analogia nos leva à questão final e mais crucial: como podemos dominar estas ferramentas em vez de sermos dominados por elas? A resposta reside em uma capacidade cognitiva de ordem superior: a metacognição. É o exercício da metacognição que nos permite ascender de usuários inconscientes a artesãos conscientes e críticos da linguagem e do

pensamento.

4.1 Pensando sobre o Pensamento: A Metacognição no Domínio da Linguagem

Metacognição, em sua definição mais direta, significa "cognição sobre cognição" ou, mais simplesmente, "pensar sobre o próprio pensamento".⁵⁸ É a capacidade exclusivamente humana de monitorar, avaliar e regular ativamente os próprios processos cognitivos.⁵⁹ A psicologia cognitiva geralmente divide a metacognição em duas dimensões inter-relacionadas: o

conhecimento metacognitivo e a **regulação metacognitiva**.⁵⁸ O conhecimento metacognitivo refere-se ao que sabemos sobre nós mesmos como aprendizes (nossas forças e fraquezas), sobre a natureza das tarefas cognitivas e sobre as estratégias disponíveis para executá-las. A regulação metacognitiva, por sua vez, é o processo ativo de usar esse conhecimento para planejar uma abordagem, monitorar a compreensão e o progresso durante a tarefa, e avaliar os resultados após sua conclusão.⁶¹

Aplicada ao domínio da linguagem e ao foco desta pesquisa, a metacognição é a capacidade de voltar nossa atenção reflexiva para as próprias metáforas e analogias que produzimos e consumimos. É o ato de nos tornarmos conscientes de sua estrutura, de seus mapeamentos implícitos e de seus efeitos cognitivos e emocionais, tanto em nós mesmos quanto nos outros.⁵⁸

4.2 O Artesão da Comunicação: O Uso Consciente e Deliberado

A consciência metacognitiva é o que distingue um comunicador amador de um mestre artesão. Ela permite a transição do uso reativo e inconsciente de metáforas — que simplesmente emergem de nosso sistema conceitual — para sua **escolha deliberada, consciente e estratégica**.⁶⁴ Um comunicador que opera com alta metacognição não apenas fala; ele projeta sua comunicação. Ele analisa sua audiência, define seu objetivo persuasivo e seleciona cuidadosamente a moldura metafórica que será mais eficaz, precisa e impactante para aquele contexto específico. Ele se torna um arquiteto de significado, capaz de construir pontes conceituais ou demolir argumentos com a ferramenta metafórica certa, tornando sua comunicação exponencialmente mais poderosa e intencional.⁶⁶

4.3 O Escudo da Razão: Defesa Contra Manipulação, Vieses e Falácias

Se a metacognição é a ferramenta do artesão, ela é também o escudo do pensador crítico. Sua função defensiva é talvez ainda mais vital do que sua função produtiva. A análise metacognitiva de uma metáfora é o mecanismo primário para identificar e neutralizar o **viés de enquadramento (framing bias)**, um dos vieses cognitivos mais potentes e difundidos.⁴² Ao nos forçarmos a fazer a pergunta metacognitiva "Qual é a moldura que esta metáfora está impondo aqui?", tornamos o viés, antes invisível e subconsciente, explícito e, portanto, sujeito à análise crítica e à rejeição.

Da mesma forma, a metacognição é nossa principal defesa contra **falácias lógicas** que se apoiam em comparações, como a "falsa analogia". Uma mente não treinada pode aceitar uma analogia persuasiva pelo seu apelo superficial. Uma mente metacognitivamente ativa, no entanto, irá automaticamente iniciar um processo de avaliação, questionando a validade dos mapeamentos, a relevância das semelhanças e, crucialmente, os pontos onde a analogia falha.³¹ O pensamento crítico, em sua essência, pode ser redefinido como uma prática metacognitiva constante, um hábito de avaliar os próprios processos de pensamento em relação a padrões de lógica, evidência e coerência.³¹

Para operacionalizar essa defesa, propõe-se o seguinte framework, uma espécie de checklist metacognitivo para "decodificar" metáforas persuasivas e chegar ao seu âmago, desarmando seu potencial manipulador.

Pergunta-Chave Metacognitiva	Objetivo da Análise	Exemplo de Aplicação (Metáfora: "Impostos são um fardo")
1. Identificação: Qual é a metáfora conceitual em jogo (A é B)?	Tornar o enquadramento implícito em explícito.	IMPOSTOS SÃO UM FARDO (PESO).
2. Destaque: O que essa metáfora ilumina ou enfatiza no conceito-alvo? ⁴³	Identificar o foco seletivo da persuasão.	Destaca o custo, a dificuldade, o peso sobre o indivíduo/empresa.
3. Ocultação: O que essa metáfora esconde, ignora ou distorce? ⁴³	Revelar os aspectos negligenciados do problema.	Esconde o propósito e o benefício dos impostos: investimento em bens e serviços públicos (estradas,

		saúde, segurança, educação).
4. Transferência de Valor: Qual valor (emocional, moral, ideológico) está sendo "contrabandeado" do domínio-fonte para o domínio-alvo? ⁴⁵	Expor a carga emocional e ideológica subjacente.	Transfere sentimentos de opressão, sofrimento, injustiça e o desejo natural de "alívio".
5. Intenção: Qual é a provável intenção do comunicador ao usar esta metáfora específica? ⁶⁴	Analisar a estratégia retórica e persuasiva.	Persuadir a audiência a apoiar a redução de impostos e a ver o governo como um opressor.
6. Beneficiário: A quem esta metáfora beneficia? Quem ganha poder ou legitimidade com este enquadramento?	Mapear as relações de poder no discurso.	Beneficia grupos de alta renda que pagam mais impostos em termos absolutos e políticos com plataformas de desregulamentação e estado mínimo.
7. Alternativas: Que metáforas alternativas poderiam ser usadas para enquadrar o mesmo conceito, e que realidades diferentes elas criariam?	Exercitar a criatividade e a flexibilidade cognitiva para quebrar o frame imposto.	"Impostos são um investimento na comunidade. " "Impostos são a anuidade da sociedade civilizada. " "Impostos são o combustível dos serviços públicos. "

Este framework demonstra um processo fundamental: a metacognição funciona como um mecanismo para **reverter a economia cognitiva**. Como foi estabelecido, a metáfora é um atalho, um mecanismo de otimização que reduz a carga sobre a memória de trabalho. Este atalho, embora eficiente, é inerentemente arriscado, pois pode nos conduzir por um caminho pré-definido por um comunicador, um caminho minado com vieses, suposições ocultas e cargas emocionais. A metacognição, através das perguntas do framework, nos força a parar e "descompactar" a metáfora. Ela nos obriga a examinar o que foi destacado, o que foi ocultado, qual valor foi transferido, e assim por diante. Este ato de "descompactar" e analisar criticamente é cognitivamente *caro*. Ele exige esforço deliberado, atenção e o uso de recursos da memória de trabalho — precisamente o que a metáfora nos permitiu economizar. Portanto, a metacognição representa um *trade-off* consciente. Trocamos a velocidade e a facilidade do pensamento metafórico pela lentidão, pelo esforço e pelo rigor da

análise crítica. É o ato de dizer: "Este atalho parece conveniente, mas pode ser perigoso; vou pegar o caminho mais longo e inspecionar a rota cuidadosamente". Essa troca deliberada de eficiência por segurança é a essência da defesa contra a manipulação e o fundamento da soberania do pensamento.

Conclusão: Rumo à Soberania do Pensamento

A jornada pela arquitetura da compreensão, que nos levou das ágoras da Grécia antiga aos laboratórios de ciência cognitiva, e dos discursos políticos aos processos de inovação, culmina em uma síntese poderosa: a interação entre a metáfora e a metacognição. A proficiência no manejo de metáforas e analogias, quando temperada e governada por uma prática metacognitiva constante e rigorosa, representa muito mais do que erudição linguística ou habilidade comunicacional.

Ela é um marcador definitivo de maturidade intelectual e autonomia. É a habilidade que nos permite não apenas usar a linguagem para construir e compreender mundos, mas também para analisar criticamente, e se necessário desconstruir, as construções que nos são incessantemente apresentadas.⁶³ Em um ecossistema de informação saturado de narrativas que competem por nossa atenção e consentimento, a capacidade de identificar, analisar e avaliar as molduras metafóricas que estruturam essas narrativas não é um luxo, mas uma necessidade para a cidadania informada e o pensamento independente.

Em última análise, dominar a dança dialética entre a metáfora e a metacognição é o caminho para garantir nossa soberania de pensamento.⁶³ É a capacidade de escolher conscientemente as molduras através das quais percebemos o mundo e, igualmente importante, de resistir às narrativas que buscam impor suas molduras sobre nós. É o que assegura que nossos pensamentos, nossas crenças e nossas decisões sejam, em última instância e da forma mais autêntica possível, verdadeiramente nossos.

Referências citadas

1. Metáforas e ciência - Revista Educação Pública - Cecierj, acessado em julho 28, 2025, <https://educacaopublica.cecierj.edu.br/artigos/2/1/metaacuteforas-e-ciecircncia>
2. METÁFORA E DINÂMICA DA LINGUAGEM - UNITINS, acessado em julho 28, 2025, <https://revista.unitins.br/index.php/humanidadeseinovacao/article/view/6202/3743>
3. Uma idéia na cabeça e um curso na mão: processos ... - Unesp, acessado em julho 28, 2025, https://agendapos.fclar.unesp.br/agenda-pos/linguistica_lingua_portuguesa/1144.

- [pdf](#)
4. UMA PROPOSTA DE GLOSSÁRIO DOS TERMOS DA TEORIA DA ..., acessado em julho 28, 2025, <https://seer.ufrgs.br/index.php/riterm/article/download/43964/27609/176978>
 5. A metáfora: da analogia à técnica de fusão de opostos, acessado em julho 28, 2025, <https://periodicos.ufpe.br/revistas/index.php/INV/article/download/1500/1168/3954>
 6. Um passeio pelos estudos da metáfora Dieysa Fossile, acessado em julho 28, 2025, <https://revistas.utfpr.edu.br/rl/article/download/2332/1468>
 7. INTRODUÇÃO À RETÓRICA NO SÉC. XXI, acessado em julho 28, 2025, <https://falaminhalingua.com/wp-content/uploads/2019/08/introducao-a-retorica-no-sec.-xxi.pdf>
 8. Argumentação e retórica - Criticanarede, acessado em julho 28, 2025, <https://criticanarede.com/anunesargumentacaoeretica.html>
 9. (PDF) Argumentação e metáfora no discurso político - ResearchGate, acessado em julho 28, 2025, https://www.researchgate.net/publication/312143350_Argumentacao_e_metafora_no_discurso_politico
 10. A analogia e a metáfora - Ciberdúvidas da Língua Portuguesa, acessado em julho 28, 2025, <https://ciberduvidas.iscte-iul.pt/consultorio/perguntas/a-analogia-e-a-metafora/10989>
 11. 12 exemplos de metáforas (e seus significados), acessado em julho 28, 2025, <https://www.significados.com.br/exemplos-de-metforas/>
 12. ANALOGIAS E METÁFORAS POR PROFESSORES DE CIÊNCIAS DE ESCOLAS MUNICIPAIS DE MANAUS-AM, BRASIL, acessado em julho 28, 2025, https://cf3f4bd520.clvaw-cdnwnd.com/2c0ba43fff416133889ea9055cb6f97a/2000972-561ae5714e/2013_Analogias%20e%20met%C3%A1foras%20por%20professores%20de%20ci%C3%Ancias%20de%20escolas%20municipais%20de%20Manaus-Am-%20Brasil.pdf
 13. INTERPRETAÇÕES SOBRE O CONCEITO DE METÁFORAS E ANALOGIAS PRESENTES EM LICENCIANDOS DE FÍSICA* - DDD UAB, acessado em julho 28, 2025, https://ddd.uab.cat/pub/edlc/edlc_a2005nEXTRA/edlc_a2005nEXTRAp150intsob.pdf
 14. UNIVERSIDADE NOVA DE LISBOA A METÁFORA, A ANALOGIA E A ~ ~ N S T R U Ç A O DO CONHECIMENTO CIENT~FICO NO ENSINO E NA - CORE, acessado em julho 28, 2025, <https://core.ac.uk/download/pdf/303708721.pdf>
 15. Metáforas e analogias: o que são e como usá-las em seus textos? - Mateada, acessado em julho 28, 2025, <https://www.mateada.com/artigos/metforas-e-analogias/>
 16. QUAL A DIFERENÇA ENTRE ANALOGIA E METÁFORA? - YouTube, acessado em julho 28, 2025, <https://www.youtube.com/watch?v=JyJ37sQDrUo&pp=0gcJCfwAo7VqN5tD>

17. O poder das metáforas e analogias na persuasão - Rodrigo Lossio, acessado em julho 28, 2025, <https://rodrigolossio.com.br/o-poder-das-metaforas-e-analogias-na-persuasao/>
18. 50 Exemplos de Analogias - Enciclopedia de Ejemplos, acessado em julho 28, 2025, <https://www.ejemplos.co/br/analogias/>
19. Camila De Paoli Leporace Somos todos ciborgues: a tese da mente, acessado em julho 28, 2025, <https://www.maxwell.vrac.puc-rio.br/46584/46584.PDF>
20. A PRODUÇÃO DE SIGNIFICADOS MATEMÁTICOS EM UM CONTEXTO DE AULAS EXPLORATÓRIO-INVESTIGATIVAS - Repositório Institucional da UFMG, acessado em julho 28, 2025, https://repositorio.ufmg.br/bitstream/1843/BUOS-96CGHT/1/tese_adriana_18_12_12.pdf
21. O PAPEL DA INTERAÇÃO PROFESSOR-ALUNO NO DESENVOLVIMENTO DA AUTONOMIA DO APRENDIZ NA EDUCAÇÃO A DISTÂNCIA - SlideShare, acessado em julho 28, 2025, https://pt.slideshare.net/giselle_trajano/a-dissertao-ps-defesa1
22. Modelagem Computacional do Raciocínio e Aprendizagem ... - DCA, acessado em julho 28, 2025, <https://www.dca.fee.unicamp.br/~gudwin/courses/IA889/2011/IA889-17.pdf>
23. Função Cognitiva - penta.ufrgs.br, acessado em julho 28, 2025, http://penta2.ufrgs.br/edu/ImagemEduc/funo_cognitiva.html
24. (PDF) Teoria da Carga Cognitiva: Origem, Desenvolvimento e ..., acessado em julho 28, 2025, https://www.researchgate.net/publication/262676606_Teoria_da_Carga_Cognitiva_Origem_Developolvimento_e_Aplicacoes
25. Teoria da Carga Cognitiva: Tipos e Princípios de Redução - Lemon Learning, acessado em julho 28, 2025, <https://lemonlearning.com/pt/blog/teoria-da-carga-cognitiva-tipos-e-principios-de-reducao>
26. Teoria da carga cognitiva - Hélio Teixeira, acessado em julho 28, 2025, <http://www.helioteixeira.org/ciencias-da-aprendizagem/teoria-do-esforco-cognitivo/>
27. 'De volta pra casa': analogias como estratégia para o ..., acessado em julho 28, 2025, <https://periodicos.ufsm.br/revislav/article/view/75930>
28. Pensar por Analogia - Filosofia Crítica - WordPress.com, acessado em julho 28, 2025, <https://filosofiacritica.wordpress.com/2023/03/13/pensar-por-analogia/>
29. AS ANALOGIAS E METÁFORAS NO ENSINO DE CIÊNCIAS À LUZ DA EPISTEMOLOGIA DE GASTON BACHELARD Beatrice L. de Andrade (Aluna de Me - SciELO, acessado em julho 28, 2025, <https://www.scielo.br/j/epec/a/jQy5DqkTSvZzmVcSXX9m46F/?format=pdf&lang=pt>
30. Analogia como Elemento do Pensamento e Ferramenta Didática em Aulas de Física Quântica na Educação - Biblioteca Digital de Teses e Dissertações da USP, acessado em julho 28, 2025, http://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/81/81131/tde-17122015-113723/publico/Roberto_Soares_da_Cruz_Hastenreiter.pdf

31. argumentação e aprendizagem baseada em problemas: processo ..., acessado em julho 28, 2025, <https://ienci.if.ufrgs.br/index.php/ienci/article/download/3299/872>
32. O sonho de Kekulé e a descoberta do benzeno - PrePara ENEM, acessado em julho 28, 2025, <https://www.preparaenem.com/quimica/o-sonho-kekule-descoberta-benzeno.htm>
33. UNIVERSIDADE FEDERAL DO CEARÁ CENTRO DE CIÊNCIAS, acessado em julho 28, 2025, https://repositorio.ufc.br/bitstream/riufc/25010/3/2017_dis_rgah.pdf
34. CRIATIVIDADE E PROCESSO DE CRIAÇÃO NUMA PERSPECTIVA, acessado em julho 28, 2025, <https://repositorio.unesp.br/bitstreams/4a26c1b9-3428-4579-8bc3-c48b6dda9a39/download>
35. O sonho de Kekulé e a proposta da Estrutura do Benzeno #shorts - YouTube, acessado em julho 28, 2025, <https://www.youtube.com/shorts/pLMgytCSOoc>
36. O que é Biomimética: conceito, funções e aplicações - Biomimesis, acessado em julho 28, 2025, <https://biomimesis.com.br/2023/08/20/o-que-e-biomimetica/>
37. Biomimética: o que é e ideias de negócio - Inovação - Sebrae, acessado em julho 28, 2025, <https://inovacaosebraeminas.com.br/artigo/biomimetica-o-que-e>
38. Biomimética: conheça a tecnologia que se inspira na natureza - Jornada Amazônia, acessado em julho 28, 2025, <https://jornadaamazonia.org.br/biomimetica-conheca-a-tecnologia-que-se-inspira-na-natureza/>
39. Conheça a biomimética e como a inovação pode ser inspirada pela natureza, acessado em julho 28, 2025, <https://noticias.portaldaindustria.com.br/noticias/inovacao-e-tecnologia/conheca-a-biomimetica-e-como-a-inovacao-pode-ser-inspirada-pela-natureza/>
40. Artigo | Biomimética: Abordagem que Pode Resolver nossos Problemas - Listagreen, acessado em julho 28, 2025, <https://www.listagreen.com.br/artigos/biomimetica-abordagem-que-pode-resolver-nossos-pro>
41. Metaphorical framing - Wikipedia, acessado em julho 28, 2025, https://en.wikipedia.org/wiki/Metaphorical_framing
42. Framing effect - The Decision Lab, acessado em julho 28, 2025, <https://thedecisionlab.com/biases/framing-effect>
43. As metáforas conceituais nos discursos parlamentares da ..., acessado em julho 28, 2025, <https://revistas.usp.br/linhadagua/article/view/212902/204708>
44. Want to Change Minds? Frame Your Message with Metaphor ..., acessado em julho 28, 2025, <https://www.psychologytoday.com/us/blog/writing-for-impact/202311/want-to-change-minds-frame-your-message-with-metaphor>
45. The Double Framing Effect of Emotive Metaphors in Argumentation, acessado em julho 28, 2025, <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2021.628460/full>

46. O SISTEMA METAFÓRICO DA MORALIDADE: UMA ... - UFJF, acessado em julho 28, 2025, <https://www2.ufjf.br/ppglinguistica//files/2009/12/FERRAZEliane-Botelho-2007-Disserta%C3%A7%C3%A3o.pdf>
47. Cadernos da Escola de Comunicacao 1, acessado em julho 28, 2025, <https://portaldeperiodicos.unibrasil.com.br/index.php/cadernoscomunicacao/artic/view/1908/1486>
48. Cognitive reframing - Wikipedia, acessado em julho 28, 2025, https://en.wikipedia.org/wiki/Cognitive_reframing
49. Reframing: 4 passos para aplicar o conceito no dia a dia - Mercado Eletrônico, acessado em julho 28, 2025, <https://blog.mercadoe.com/reframing-4-passos-para-aplicar-o-conceito-no-dia-a-dia/>
50. Metáfora e argumentação: uma análise crítica do discurso político - Biblioteca Digital de Teses e Dissertações da USP, acessado em julho 28, 2025, <https://teses.usp.br/teses/disponiveis/8/8142/tde-10012011-130728/pt-br.php>
51. O Uso Da Metáfora Nos Slogans | PDF | Publicidade | Marca - Scribd, acessado em julho 28, 2025, <https://pt.scribd.com/document/232014646/4-O-Uso-Da-Metafora-Nos-Slogans>
52. Narrativa visual em publicidade metáforas visuais usando metáforas visuais para aprimorar sua mensagem publicitaria - FasterCapital, acessado em julho 28, 2025, <https://fastercapital.com/pt/contente/Narrativa-visual-em-publicidade--metafora-s-visuais--usando-metaforas-visuais-para-aprimorar-sua-mensagem-publicitaria.html>
53. Metáfora: entenda o que é com exemplos - Toda Matéria, acessado em julho 28, 2025, <https://www.todamateria.com.br/metafora/>
54. O que é Metáfora? Entenda essa figura de linguagem com exemplos! - Rock Content, acessado em julho 28, 2025, <https://rockcontent.com/br/talent-blog/o-que-e-metafora/>
55. O USO DE METÁFORA EM PSICOTERAPIA: FALANDO COM O ..., acessado em julho 28, 2025, <https://repositorio.uniceub.br/jspui/bitstream/123456789/2600/2/20342697.pdf>
56. METÁFORAS NO PROCESSO DE OBJETIVAÇÃO DE REPRESENTAÇÕES SOCIAIS - SciELO, acessado em julho 28, 2025, <https://www.scielo.br/j/psoc/a/N5v3N7fC69xDJXsVtXRJjHd/>
57. Psicologia da persuasão: o que é e como funciona - Shopify Brasil, acessado em julho 28, 2025, <https://www.shopify.com/br/blog/psicologia-da-persuasao>
58. Metacognição - Cambridge International Education, acessado em julho 28, 2025, <https://www.cambridgeinternational.org/Images/582304-metacognition-factsheet-portuguese-.pdf>
59. Estratégias metacognitivas como intervenção psicopedagógica para o desenvolvimento do automonitoramento - Pepsic, acessado em julho 28, 2025, https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-8486201300

[0300009](#)

60. SciELO Brazil - A metacognição como estratégia reguladora da ..., acessado em julho 28, 2025, <https://www.scielo.br/j/prc/a/sSCMC3HhLZ5vV3pSKM9ycqc/>
61. ESTRATÉGIAS METACOGNITIVAS: REFLEXÃO E CONSCIÊNCIA DA PRÓPRIA APRENDIZAGEM - Realize Editora, acessado em julho 28, 2025, https://editorarealize.com.br/editora/ebooks/conedu/2024/GT17/TRABALHO_COM_PLETO_EV200_MD5_ID19823_TB7883_05102024180639.pdf
62. ESTRATÉGIAS METACOGNITIVAS E COMPREENSÃO LEITORA EM ESTUDANTES DE ENSINO SUPERIOR Orientadora, acessado em julho 28, 2025, <https://repositorio.ufpb.br/jspui/bitstream/123456789/15448/1/TLMP17072017.pdf>
63. Metacognição – Aprendiz em Saúde, acessado em julho 28, 2025, <https://oaprendizemsaude.wordpress.com/category/metacognicao/>
64. unesp UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA - Agenda Pós-Graduação, acessado em julho 28, 2025, https://agendapos.fclar.unesp.br/agenda-pos/linguistica_lingua_portuguesa/6569.pdf
65. thiago da cunha nascimento metáforas no pensamento e no discurso: uma análise cognitivo - Repositório Institucional da UFMG, acessado em julho 28, 2025, <https://repositorio.ufmg.br/bitstream/1843/MGSS-A8XHXQ/1/1758m.pdf>
66. Comunicação em Situações Críticas - Ministério da Saúde, acessado em julho 28, 2025, https://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/comunicacao_situacoes_criticas.pdf
67. ANOMALIAS SEMÂNTICAS NA COMUNICAÇÃO JORNALÍSTICA: ALGUMAS IMPLICAÇÕES INTERPRETATIVA SEMANTIC ANOMALIES IN JOURNALISTIC C - Gestadi, acessado em julho 28, 2025, <http://www.gestadi.periodikos.com.br/article/10.5281/zenodo.14849836/pdf/gestadi-2-2-1.pdf>
68. Fundamentação Teórica - Repositório Institucional da UFSC, acessado em julho 28, 2025, <https://repositorio.ufsc.br/bitstream/handle/123456789/87767/207547.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
69. Cultivando mentes críticas: A IA como catalisador do pensamento crítico na educação do século XXI | TIC, Educação e Web, acessado em julho 28, 2025, <https://jfborges.wordpress.com/2024/07/23/cultivando-mentes-criticas-a-ia-com-o-catalisador-do-pensamento-critico-na-educacao-do-seculo-xxi/>
70. O desenvolvimento do pensamento crítico na educação: uma meta possível?1, acessado em julho 28, 2025, http://educa.fcc.org.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2177-62102018000400334
71. 3 O Metáfora_MS (2) UFGD_alterado2.indd, acessado em julho 28, 2025, https://repositorio.ufgd.edu.br/jspui/bitstream/prefix/1956/1/metafora_cultural_per_suasao_e_revelacao.pdf
72. UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE INSTITUTO NUTES DE EDUCAÇÃO EM CIÊNCIAS E SAÚDE CÉSA - Repositório Institucional, acessado em julho 28, 2025,

https://repositorio.ifes.edu.br/bitstream/handle/123456789/2469/TESE_Cesar_Xavier.pdf?sequence=1&isAllowed=y

73. Metacognição: o processo do pensar - EFDeportes, acessado em julho 28, 2025, <https://www.efdeportes.com/efd199/metacognicao-o-processo-do-pensar.htm>