



UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA
CENTRO DE CIÊNCIAS HUMANAS, SOCIAIS E AGRÁRIAS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO
CURSO DE PEDAGOGIA

CHARIS LANE DOS SANTOS

O USO ABUSIVO DE TELAS E O IMPACTO NA EDUCAÇÃO

BANANEIRAS/2024

CHARIS LANE DOS SANTOS

O USO ABUSIVO DE TELAS E O IMPACTO NA EDUCAÇÃO

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Coordenação do Curso de Pedagogia, em cumprimento às exigências para obtenção do título de Licenciado em Pedagogia.

Orientadora: Profa. Dra. Vivian Galdino de Andrade

BANANEIRAS/2024

Catálogo na publicação
Seção de Catalogação e Classificação

S237u Santos, Charis Lane dos.

O uso abusivo de telas e o impacto na educação /
Charis Lane dos Santos. - Bananeiras, 2024.
25 f.

Orientação: Vivian Galdino de Andrade.
TCC (Graduação) - UFPB/CCHSA.

1. Tecnologia. 2. Educação. 3. Educação midiática.
I. Andrade, Vivian Galdino de. II. Título.

UFPB/CCHSA-CHÃ

CDU 37 (43)

CHARIS LANE DOS SANTOS

O USO ABUSIVO DE TELAS E O IMPACTO NA EDUCAÇÃO

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado e aprovado em 30 de outubro de 2024, para obtenção do título de Licenciada em Pedagogia, na Universidade Federal da Paraíba, Campus III, Departamento de Educação.

BANCA EXAMINADORA

Documento assinado digitalmente



VIVIAN GALDINO DE ANDRADE
Data: 03/12/2024 14:57:00-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Profa. Dra. Vivian Galdino de Andrade
(Orientadora)

Documento assinado digitalmente



MARIA DA CONCEICAO FARIAS DA SILVA GURGE
Data: 03/12/2024 21:15:21-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Profa. Dra. Maria da Conceição Farias da Silva Gurgel Dutra
(Avaliadora)

Documento assinado digitalmente



HELEN HALINNE RODRIGUES DE LUCENA
Data: 04/12/2024 20:55:50-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Profa. Dra. Helen Halinne Rodrigues de Lucena
(Avaliadora)

O USO ABUSIVO DE TELAS E O IMPACTO NA EDUCAÇÃO

Charis Lane dos Santos¹

RESUMO

Este artigo explora os impactos do uso excessivo das telas, com foco nos efeitos prejudiciais para o desenvolvimento emocional e cognitivo de crianças e jovens no campo da educação. Essa pesquisa traz um cunho qualitativo e descritivo, estando pautada em uma revisão bibliográfica. Tem como objetivo geral analisar os impactos do uso excessivo de telas por estudantes e as possibilidades de enfrentamento desse desafio na escola. Para tanto, foram utilizadas obras e pesquisas de autores como Jonathan Haidt (que estuda a geração ansiosa) e Ana Cláudia Ferrari (que pesquisa a educação midiática) que apontam os impactos e as possibilidades desse uso no público infantil e jovem. Metodologicamente trabalharemos com uma revisão analítica, buscando trazer uma visão geral sobre a temática estudada a partir do seguinte problema: Como se revelam os impactos do uso excessivo de telas por estudantes e as possibilidades de enfrentamento desse desafio na escola? Diante disso, os estudos apontam a falta de equilíbrio entre a recreação e o uso educacional dessas tecnologias digitais, mais especificamente o celular, acentuando a importância do papel das escolas frente a promoção de um uso mais consciente e controlado dessas ferramentas. A Educação Midiática pode ser um dos caminhos para que isso gradualmente se concretize. Conclui-se, ainda, que a existência de limites bem estabelecidos e de orientações claras podem ajudar a minimizar os efeitos negativos à saúde emocional e cognitiva dessas crianças e jovens, auxiliando a colher os frutos e benefícios educacionais que essas tecnologias, de fato, podem oferecer.

Palavras-chave: Tecnologia, Educação e Educação Midiática

1. INICIANDO O PERCURSO

O uso frequente e contínuo da internet tem sido uma fonte de preocupação para pais e especialistas da área, especialmente à medida que a dependência de dispositivos digitais como celular, tablet e computadores, cresce entre as crianças e jovens. Para os educadores, em particular, esse uso excessivo tem ocasionado dificuldades de socialização durante a infância que se intensifica na juventude, uma vez que elas passam muito tempo conectadas e expostas às telas. Profissionais da saúde, como médicos e psicólogos, estão cada vez mais associando certas doenças e transtornos mentais, como ansiedade, depressão e insônia, ao uso excessivo da tecnologia digital.

¹ Graduanda do curso de Pedagogia. Centro de Ciências Humanas, Sociais e Agrárias (CCHSA/ UFPB).
E-mail: charislane@gmail.com

Esse contexto aqui narrado é fruto de pesquisas que serão apontadas ao longo desse trabalho de conclusão de curso, que trouxe como objetivo geral analisar os impactos do uso excessivo de telas por estudantes e as possibilidades de enfrentamento desse desafio na escola. Para dar conta dessa meta, propusemos como objetivos específicos: 1. Avaliar dados estatísticos oficiais e midiáticos sobre o perfil e as características do uso de telas por crianças e jovens da geração Z no Brasil.; 2 Identificar os efeitos do uso prolongado de dispositivos digitais na saúde física e mental, e no desempenho escolar de crianças e jovens; e 3. Refletir sobre a Educação Midiática como alternativa para o uso equilibrado de ferramentas digitais na escola e caminho possível à formação e à prática docente para minimizar os danos do uso excessivo de telas na aprendizagem

A motivação para investigar esse tema surgiu como fruto da minha trajetória acadêmica. No início do curso em Pedagogia, mais especificamente durante o segundo período, aconteceu o início da pandemia do COVID-19 que impactou nas aulas presenciais. A utilização das tecnologias digitais foi primordial para a continuidade das aulas. Ainda, durante esse período, fui bolsista do projeto “Os jogos digitais como ferramenta de educação patrimonial em Solânea/PB”², submetido ao Programa de Licenciatura/PROLICEN, no ano de 2021. Nesse trabalho, aprofundamos os estudos sobre a importância dos jogos digitais como recursos para a educação, pelo interesse que despertavam nas crianças e jovens. Confeccionamos jogos com a temática da história local, com vistas a promover a educação patrimonial. Esse projeto trouxe como resultado a criação de um site PatrimônioFLIX³, um canal de possibilidades para acessar algumas versões/recursos sobre a história de Solânea. Nesse projeto conheci a importância das tecnologias como aliadas no processo de ensino e aprendizagem, tornando-o mais estimulante.

Essas experiências somadas ao meu interesse pela área de ‘Educação e Novas Tecnologias’ motivaram a minha escolha por essa temática de pesquisa. Com base nessa trajetória descrita até aqui, como mãe e educadora, tenho me preocupado não apenas com o uso do celular como recurso pedagógico, mas também com questões que conduzem à necessidade de uma educação midiática. Nesse contexto, tomamos como questão problema para essa pesquisa: Qual é o impacto do uso excessivo de telas por crianças e

² Com o objetivo de confeccionar jogos patrimoniais digitais que discutissem, de forma interdisciplinar e lúdica, o patrimônio histórico de Solânea, com vistas a disponibilizar recursos didáticos que auxiliem no debate da história local, disponibilizando os jogos patrimoniais personalizados no acervo do repositório digital HEB – História da Educação do Município e no Website PatrimônioFlix³, sendo assim, divulgado e disponibilizado, para amplo acesso, aos jogos com a Secretaria de Educação de Solânea.

³ Disponível para acesso em: <https://prolicenjogospatri.wixsite.com/patrimonioflix>

jovens no ambiente educacional? Como a escola, através da Educação Midiática, pode contribuir para o uso equilibrado de ferramentas digitais por crianças e adolescentes? Quais as características do uso de telas por crianças e jovens da geração Z no Brasil? Foi diante dessas problematizações que elaboramos nossos objetivos de pesquisa. Essas questões também nos permitiram estabelecer caminhos possíveis, descritos no tópico da metodologia a seguir.

1.1.Os caminhos metodológicos

Esta pesquisa é de cunho qualitativo e adota uma abordagem documental e bibliográfica, com o objetivo de analisar o impacto da exposição excessiva de crianças e jovens a telas, e seu efeitos no contexto educacional. Para tanto, pesquisamos dados em fontes confiáveis como o IBGE, notícias de jornais e relatórios governamentais. As pesquisas publicadas em livros também foram um norte para análise.

A pesquisa documental permitiu a análise das estatísticas e das informações sobre o uso da tecnologia na Educação, enquanto a pesquisa bibliográfica forneceu o embasamento teórico por meio dos estudos publicados. Segundo Gil (2008),

A pesquisa documental assemelha-se muito à pesquisa bibliográfica. A diferença essencial entre ambas está na natureza das fontes. Enquanto a pesquisa bibliográfica se utiliza fundamentalmente das contribuições dos diversos autores sobre determinado assunto, a pesquisa documental vale-se de materiais que não recebem ainda um tratamento analítico, ou que ainda podem ser reelaborados de acordo com os objetos da pesquisa (Gil, 2008, p.45)

Nesse contexto, trabalhamos com uma pesquisa bibliográfica de característica analítica, tomando como base a obra ‘Geração Ansiosa’ (2024) de Jonathan Haidt, psiquiatra norte americano. A revisão analítica se diferencia de uma revisão descritiva por envolver a interpretação e o questionamento das abordagens realizadas pelos autores, propondo novas perspectivas. A ‘pesquisa bibliográfica’ (de cunho analítico) e a ‘pesquisa documental’ (por meio de pesquisas institucionais e fontes jornalísticas) caracterizam o *modus operandi* dessa pesquisa.

Por se tratar de uma pesquisa documental, lançamos mão de fontes como relatórios e demais documentos institucionais, com vistas a contextualizar os dados sobre a infância, juventude e a tecnologia no cenário brasileiro. Foram nossas fontes:

Quadro 1 – Documentos oficiais

Nome
"Consulta Brasil" – 2019 Disponível em: https://www.gov.br/mdh/pt-br/assuntos/noticias/2020-2/julho/201912_Relatorio_PesquisaEAtividadesConsultaBrasilViracaoRedeCS.pdf
Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios (PNAD) – 2022 Disponível em: https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv102107_informativo.pdf
Programa Internacional de Avaliação de Estudantes (Pisa) 2022 Disponível em: https://www.gov.br/inep/pt-br/assuntos/noticias/acoes-internacionais/divulgados-os-resultados-do-pisa-2022
TIC Kids Online Brasil 2023 Disponível em https://cetic.br/pt/pesquisa/kids-online/
Consulta Pública sobre o Uso de Telas por Crianças e Adolescentes (SECOM) – 2024 Disponível em: https://www.gov.br/secom/pt-br/assuntos/uso-de-telas-por-criancas-e-adolescentes/consulta/relatorio-consulta-publica_31-julho-2024_vf.pdf

Fonte: Quadro produzido pela autora, 2024.

Além destes documentos, algumas notícias publicadas em sites de revistas educacionais, bem como de jornais, também guiaram o olhar para refletir sobre a temática utilizada, foram elas:

Quadro 2 - Notícias

Notícias	Endereço eletrônico para acesso
Jornal da USP. Matéria: “ <i>Influencers mirins: exposição infantil na internet pode gerar impactos psicológicos</i> ”. Publicada em 04 de outubro de 2021.	https://jornal.usp.br/atualidades/influencers-mirins-exposicao-infantil-na-internet-pode-gerar-impactos-psicologicos/
Portal G1 – Matéria: “ <i>O que se sabe sobre caso de menino de 13 anos que matou mãe e irmão e baleou pai no Sertão da Paraíba</i> ”. Publicado em 21 de março de 2022.	https://g1.globo.com/pb/paraiba/noticia/2022/03/21/o-que-se-sabe-sobre-caso-de-menino-de-13-anos-que-matou-mae-e-irmao-e-baleou-pai-no-sertao-da-paraiba.ghtml
Portal G1. Matéria: “ <i>Por que o Brasil tem a população mais ansiosa do mundo</i> ”. Publicada em 27 de fevereiro de 2023.	https://g1.globo.com/saude/noticia/2023/02/27/por-que-o-brasil-tem-a-populacao-mais-ansiosa-do-mundo.ghtml
Notícias R7 – Matéria: “ <i>Pisa 2022: uso excessivo de celulares e tablets prejudicou desempenho de alunos avaliados</i> ”. Publicada em 05/12/2023.	https://noticias.r7.com/educacao/pisa-2022-uso-excessivo-de-celulares-e-tablets-prejudicou-desempenho-de-alunos-avaliados-05122023

Assembléia Legislativa da Paraíba – Matéria: “ <i>AGORA É LEI: Paraíba institui Semana da Conscientização e Prevenção sobre os males causados pelo uso intenso de telas</i> ”. Publicada em 14 de dezembro 2023.	http://www.al.pb.leg.br/52516/agora-e-lei-paraiba-institui-semana-da-conscientizacao-e-prevencao-sobre-os-males-causados-pelo-uso-intenso-de-telas.html#:~:text=Uma%20semana%20inteira%20dedicada%20a,quinta%2Dfeira%20(14).
Confederação Nacional dos Trabalhadores em Educação. Matéria: “ <i>Governo elabora medida para proibir uso de celulares em sala de aula</i> ”. Publicada em 03 de outubro de 2024	https://cncte.org.br/noticias/governo-elabora-medida-para-proibir-uso-de-celulares-em-salas-de-aula-4345

Fonte: Quadro produzido pela autora, 2024.

Essa combinação de fontes permitiu uma compreensão mais ampla e fundamentada sobre o impacto da exposição de crianças e jovens às telas, ampliando a reflexão de como essas tecnologias digitais têm interferido, quando mal utilizadas, no contexto educacional brasileiro. Elas nos propiciaram uma amostra do fenômeno estudado, apontando que o uso descontrolado das mídias digitais, somado ao tempo excessivo de telas, tem causado riscos de dependência digital e possível desenvolvimento de doenças emocionais nas crianças e jovens brasileiros.

No entanto, acreditamos que a Educação Midiática pode constituir um caminho possível para minimizar esses danos, por isso apresentamos no final desse texto algumas possibilidades e caminhos para que ela seja trabalhada em sala de aula.

2. A ‘GERAÇÃO Z’ E O USO DAS TECNOLOGIAS DIGITAIS

Uma das principais fontes bibliográficas dessa pesquisa é o livro *A Geração Ansiosa* (2024), de autoria do psicólogo Jonathan Haidt, que traz dados alarmantes provenientes de inúmeras pesquisas realizadas nos Estados Unidos, Reino Unido e Canadá entre os anos de 2010 e 2021, quanto ao comportamento que essas crianças desenvolvem assim que expostas a muito tempo em frente às telas⁴. Para o autor, foi mais especificamente no ano de 2012 que mudanças comportamentais mais significativas começaram a se manifestar nesses sujeitos. O autor cita uma média diária de 4 a 6 horas de tela por crianças com média de 8 a 12 anos. No Brasil, o Estatuto da Criança e do Adolescente (1990) considera ‘criança’ a pessoa com até 12 anos incompletos, nesse contexto estaríamos focando no fenômeno das telas principalmente no público infantil, não excluindo o público jovem/adolescente.

⁴ Na obra, o autor toma como telas smartphones, tablets, computadores e televisões. Quando cita as redes sociais ele faz referência, especialmente, a YouTube, Instagram, Snapchat e TikTok.

Nas pesquisas citadas na obra, o perfil típico das crianças estudadas é apresentado: elas residem em países desenvolvidos e podem ser situadas como “crianças da Geração Z”⁵. A literatura da área entra em consenso quando anunciam que esses indivíduos seriam mais familiarizados com as tecnologias e não possuem dificuldades em lidar com as novidades. O “Z” vem de “zapear” ou “zap”, que significa “fazer algo muito rapidamente” (KAMPF, 2011), simbolizando aquelas pessoas nascidas entre os anos de 1995 e 2012. Essas crianças cresceram e tiveram contato com o uso de smartphones e das redes sociais, ainda na infância. Segundo Haidt (2024), algumas características podem ser detectadas em jovens com esse perfil, entre elas:

1. **Privação de sono:** Crianças e adolescentes que usam telas excessivamente tendem a dormir menos, uma vez que o tempo de tela frequentemente substitui as horas de sono, isso pode interferir na qualidade e duração do sono. Afetando negativamente o rendimento escolar, comprometendo a memória, reduzindo a capacidade cognitiva, causando dificuldade de concentração, fadiga, irritabilidade e problemas emocionais.
2. **Ansiedade e Depressão:** Haidt (2024) aponta que crianças e jovens que passam muito tempo em redes sociais e jogos online podem desenvolver níveis aumentados de ansiedade e depressão. Esse efeito pode resultar na insatisfação pessoal e nos sentimentos de inadequação.
3. **Diminuição da Interação Social:** O tempo gasto com telas reduz o tempo para interações sociais presenciais, que são fundamentais para o desenvolvimento de habilidades sociais/Soft Skills⁶. A interação assíncrona promovida pelas redes sociais impede a criação de laços profundos e de habilidades de comunicação face a face.
4. **Atenção fragmentada:** O autor discute o conceito de "atenção fragmentada", um problema crescente em crianças e adolescentes que alternam rapidamente entre diferentes aplicativos, redes sociais e tarefas online. Isso diminui sua capacidade de concentração em atividades que exigem foco prolongado.
5. **Comportamento sedentário:** Crianças e jovens expostos por longas horas às telas são menos propensos a realizar atividades físicas, o que pode levar a problemas de saúde como obesidade infantil.

Esses comportamentos são intensificados pela natureza viciante dos aplicativos e jogos, que empregam mecanismos diversos para manter os usuários engajados por mais

⁵ Entre as Gerações conectadas teríamos a Geração Baby boomer, a Geração X, a Geração Y, a Geração Z e a Geração Alpha.

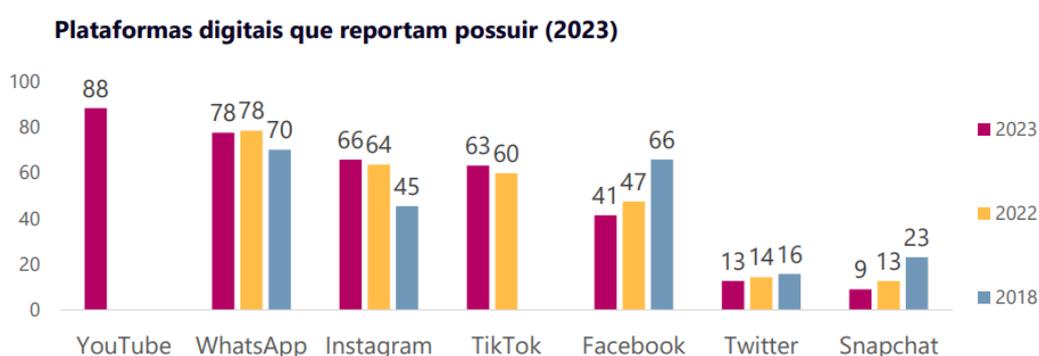
⁶ As Soft skills ou habilidades sociais, são competências comportamentais, emocionais e interpessoais que facilitam a interação de maneira eficaz. As principais são: Comunicação, empatia, trabalho em equipe, resolução de conflitos, liderança, adaptabilidade, pensamento crítico, resiliência e criatividade.

tempo. No Brasil, o contexto não se configura com muita distância. Na notícia publicada pelo Portal G1, em 27 de fevereiro de 2023, atesta que a Organização Mundial de Saúde reconhece o Brasil com a maior prevalência de transtornos de ansiedade do mundo, segundo a reportagem “Para se ter uma ideia, aproximadamente 9,3% dos brasileiros sofrem de ansiedade patológica. Em seguida, aparece o Paraguai (7,6%), Noruega (7,4%), Nova Zelândia (7,3%) e Austrália (7%)” (Portal G1, em 27 de fevereiro de 2023)⁷.

A notícia aponta como causas dessa ansiedade no Brasil desafios enfrentados pelo isolamento social no período da pandemia, fragilidade da economia brasileira que tem causado altos índices de desemprego e a violência. No entanto, ela também ressalta, que pesquisas realizadas pelo professor do Departamento de Ciências Neurológicas, Psiquiatria e Psicologia Médica da Faculdade de Medicina de Rio Preto (FAMERP), Geraldo Maria de Araújo Filho, “[...] acreditam que o uso excessivo de computadores e smartphones também explica a alta prevalência de ansiedade no Brasil” (Idem).

Nessa direção, a última pesquisa TIC Kids Online Brasil 2023⁸, do Comitê Gestor da Internet no Brasil, aponta que em 2023, 96% da população nordestina com idade entre 9 e 17 anos era usuária de Internet, sendo o celular o dispositivo mais usado por crianças e adolescentes. Dentre os dispositivos consultados estavam computadores (de mesa e portátil), tablets, videogame, televisão, brinquedo que se conecta a internet, dispositivo vestível (relógio de pulso por exemplo), assistente pessoal (Alexa, por exemplo). Mas foi no acesso às redes sociais que a pesquisa encontrou maior índice de acesso:

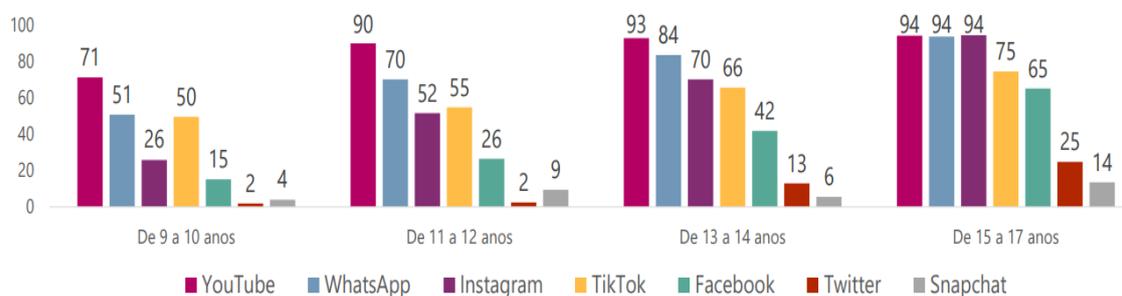
F1 e F2: Pesquisa TIC Kids Online Brasil 2023 – Redes sociais



⁷ Portal G1. Matéria: “Por que o Brasil tem a população mais ansiosa do mundo”. Confira a notícia em <https://g1.globo.com/saude/noticia/2023/02/27/por-que-o-brasil-tem-a-populacao-mais-ansiosa-do-mundo.ghtml>. Acesso em 16/10/2024.

⁸ A pesquisa TIC Kids Online Brasil entrevistou presencialmente 2.704 crianças e adolescentes com idades entre 9 e 17 anos, assim como seus pais ou responsáveis, em todo o território nacional. As entrevistas aconteceram entre março e julho de 2023. Confira a pesquisa por estado em: <https://cetic.br/pt/tics/kidsonline/2023/criancas/A1/expandido>. Acesso em 16/10/2024.

Plataformas digitais que reportam possuir, por faixa etária (2023)



Fonte: https://cetic.br/media/analises/tic_kids_online_brasil_2023_principais_resultados.pdf. Acesso em 16/10/2024

Entre as redes sociais mais utilizadas, o Youtube, o WhatsApp e o TikTok se destacam, destas o Youtube é o mais acessado por crianças e adolescentes. Sobre isso, a existência de youtubers mirins, ou também conhecidos “influencers mirins” tem se tornado um fenômeno comum no Brasil. Ainda em 2021, a professora Nara Helena Lopes, do Instituto de Psicologia da USP, apontou que a “exposição on-line infantil afeta tanto quem produz o conteúdo como seu público-alvo, ou seja, outras crianças, impedindo que mecanismos utilizados para lidar com o cotidiano possam se aperfeiçoar corretamente, como frustração e interação social”⁹.

A pesquisa TIC Kids Online Brasil (2023) também demonstra que dos 96% de usuários nordestinos pesquisados, entre 9 e 17 anos, 79% utilizam a internet para acessar as redes sociais, 73% utilizam para envio de mensagens instantâneas e 16% utilizam para chamadas de vídeo. O acesso à internet pelas crianças tem sido, a cada ano, mais precoce, é o que aponta a Figura 3, elaborada pela pesquisa:

F3: Pesquisa TIC Kids Online Brasil 2023



Fonte: https://cetic.br/media/analises/tic_kids_online_brasil_2023_principais_resultados.pdf. Acesso em 16/10/2024.

Em 2023, 24% das crianças brasileiras, com até 6 anos, já iniciaram seus acessos virtuais. A maioria dessas crianças compõe a classe AB, isto é, a que tem famílias que

⁹ Confira notícia em: <https://jornal.usp.br/atualidades/influencers-mirins-exposicao-infantil-na-internet-pode-gerar-impactos-psicologicos/>. Acesso em 16/10/2024.

menos se preocupam com preço baixo na hora de adquirir aquilo que desejam. Para Nara Helena Lopes (2021), o trabalho dos influencers mirins passa a compor a renda da família, segundo a pesquisadora “Quando uma criança se torna uma influencer, automaticamente ela passa a ser fonte de renda. ‘Meu filho deixa de ser filho, ele passa a ser um objeto que pode trazer uma fonte de renda muito significativa para mim’” (Jornal da USP, 2021). Esse tipo de conduta traz sérios danos às crianças, como o consumo desenfreado, o imediatismo, falsa sensação de vulnerabilidade e dificuldade de lidar com frustrações, aponta a psicóloga.

Como já apontamos, alto é o índice do público infantil e adolescente com contas abertas em redes sociais, segundo Jonatan Haidt (2024)

A maioria dos adolescentes tem perfil em várias plataformas, e aqueles que usam as redes com regularidade passam duas horas por dia ou mais apenas nelas. Em 2014, quase um terço das adolescentes meninas passava mais de vinte horas por semana nas redes. É o equivalente a um trabalho de meio período, criando conteúdo para a plataforma e consumindo conteúdo criado por outros (Haidt, 2024, p.73)

No Brasil esses dados não estão tão diferentes, inúmeras pesquisas abordam que as crianças brasileiras passam de 3 a 4 horas conectados. A Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP) recomenda que o tempo de exposição às telas para crianças de 6 a 10 anos seja de, no máximo, duas horas por dia. Para crianças acima de 11 anos, essa recomendação é ajustada, mas o ideal é que o uso seja equilibrado, evitando-se a exposição excessiva e priorizando atividades físicas e interações sociais. Nessa mesma direção, a Sociedade Brasileira para o Progresso da Ciência (SBPC) já apontava em 2023 que o “excesso de informação – a chamada “infodemia” – combinado à falta de mecanismos efetivos de controle de qualidade e acesso colocam em risco a saúde mental dos usuários”¹⁰. Para a SBP, as recomendações referentes ao uso de telas são:

- Evitar a exposição de crianças menores de 2 anos as telas, sem necessidade (nem passivamente!).
- Crianças com idades entre 2 e 5 anos, limitar o tempo de telas ao máximo de 1 hora/dia, sempre com supervisão de pais/cuidadores/responsáveis.
- Crianças com idades entre 6 e 10 anos, limitar o tempo de telas ao máximo de 1-2 horas/dia, sempre com supervisão de pais/responsáveis.
- Adolescentes com idades entre 11 e 18 anos, limitar o tempo de telas e jogos de videogames a 2-3 horas/dia, e nunca deixar "virar noite jogando".

¹⁰ Confira a reportagem na íntegra em: <https://portal.sbpcnet.org.br/noticias/saude-mental-na-era-digital/>

- Não permitir que as crianças e adolescentes fiquem isolados nos quartos com televisão, computador, tablet, celular, smartphones ou com uso de webcam; estimular o uso nos locais comuns da casa.
- Para todas as idades: nada de telas durante as refeições desconectar 1-2 horas antes de dormir.
- Oferecer alternativas para atividades esportivas, exercícios ao ar livre ou em contato direto com a natureza, sempre com supervisão responsável (Manual de Orientação, 2019-2021, SBP, p.7).

O Manual de Orientação (2019-2021)¹¹, criado pela Sociedade de Pediatria, aborda questões como o uso de telas e desenvolvimento infantil, alertando sobre os impactos negativos do tempo excessivo de exposição a telas e suas consequências como, má qualidade do sono, desenvolvimento social, atenção e saúde mental. Ao disponibilizar as recomendações de limite de exposição por faixa etária, o Manual destaca os efeitos na saúde física e mental e dispõe de orientações tanto para pais como para os educadores.

O acesso irrestrito a internet é um marco na geração dos nativos digitais. Segundo o especialista em tecnologia e educação Marc Prensky (2001), os nativos digitais são as crianças que nascem no mundo rodeado de tecnologias (smartphones, tablets e smartTV) e mídias digitais, e tem seu perfil cognitivo alterado. O autor afirma que as estruturas cerebrais dos “nativos digitais” são mais rápidas, com uma capacidade de realizar multitarefas simultaneamente e com mais autonomia que as gerações anteriores (Prensky, 2001). Esses nativos digitais demonstram maior interesse e facilidade no manuseio das tecnologias, recusando as atividades cotidianas.

Contemplam esse público dos nativos digitais, as gerações conectadas “Z” e “Alpha”. Os sujeitos que compõe essa última geração são os nascidos a partir de 2010, que possuem um ambiente totalmente conectado. A Geração Alpha, é a primeira geração completamente imersa no mundo tecnológico desde o seu nascimento. Eles interagem com mais facilidade as tecnologias do que os nativos digitais da Geração Z. Jonatan Haidt (2024) aponta que:

Esse tipo de uso contínuo muitas vezes envolvendo duas ou três telas ao mesmo tempo não era possível antes que telas sensíveis ao toque coubessem nos bolsos das crianças. Ele tem implicações gigantescas na cognição, no vício e na abertura de caminhos no cérebro pelo uso, sobretudo durante o período sensível da puberdade (Haidt, 2024, p.147-148).

¹¹ Acesse o Manual de Orientação, elaborado pela Sociedade de Pediatria, no seguinte endereço eletrônico: https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/manual_orientacao_sbp_cen.pdf. Acesso 10/10/2024.

A ação de brincar que era o principal trabalho da infância, principalmente ao ar livre, passa a perder espaço. Todos os jovens mamíferos compartilham do mesmo trabalho, isto é, o de preparar o cérebro brincando com vigor e frequência, para aprender a viver socialmente. Uma infância baseada nas telas dos smartphones priva as crianças de experimentar atividades como essa, gerando fragilidade no convívio social e nas ações de aprender.

Diante desse cenário comum em vários países, várias nações têm adotado medidas restritivas quanto ao uso de telas, algumas delas - na tentativa de amenizar essa problemática – proibiram o uso de celular nas escolas, entre elas França, EUA, Finlândia, Itália, Espanha, Portugal, Holanda, Canadá, Suíça e México. Essa proibição passou a acontecer com mais ênfase após a publicação do Relatório do Programa Internacional de Avaliação de Estudantes – Pisa (2022)¹², divulgado pela Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Econômico (OCDE). Ele revela que alunos que utilizam smartphones e dispositivos digitais entre cinco e sete horas diárias têm pontuações mais baixas nos testes. No Brasil, segundo o relatório, 80% dos estudantes afirmaram que ficaram distraídos nas aulas de matemática por estar usando celular e outros dispositivos, como *tablets* e *laptops*.

Em setembro de 2024, o Ministério da Educação anunciou a criação de um projeto de lei que sugere o banimento dos celulares no contexto da sala de aula¹³. Essa proibição no Brasil se dá em meio ao aumento da quantidade de transtornos já conhecidos como ansiedade, depressão, TDAH, bipolaridade, anorexia e abuso de substâncias ou vício, causados pelo descontrole no uso desses dispositivos. Além do aumento desses transtornos, há ocorrência de “novos” transtornos associados ao vício pelo uso excessivo das tecnologias, como:

Quadro 3 - Transtornos

TRANSTORNO	DEFINIÇÃO
NOMOFOBIA	Nomofobia é o termo usado para descrever o medo irracional de ficar sem acesso ao celular ou à internet. A palavra é uma abreviação de "no-mobile-phone phobia" (fobia de ficar sem telefone móvel). Essa condição está relacionada à crescente dependência dos dispositivos móveis e à ansiedade gerada pela

¹² Confira o resultado das pesquisas realizadas pelos Programa Internacional de Avaliação de Estudantes (Pisa) 2022 em: <https://www.gov.br/inep/pt-br/assuntos/noticias/acoes-internacionais/divulgados-os-resultados-do-pisa-2022>. Acesso 18/10/2024.

¹³ Confira a notícia no seguinte endereço eletrônico: <https://cnte.org.br/noticias/governo-elabora-medida-para-proibir-uso-de-celulares-em-salas-de-aula-4345> Acesso 18/10/2024.

	falta de conectividade ou pela impossibilidade de usar o smartphone.
GAME DISORDER	"Game Disorder" (ou transtorno por jogos eletrônicos) foi oficialmente reconhecido pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como uma condição de saúde mental em 2018, sendo incluído na 11ª edição da Classificação Internacional de Doenças (CID-11). Esse transtorno se refere ao comportamento problemático relacionado ao uso excessivo de videogames, tanto online quanto offline, que resulta em prejuízos significativos à vida pessoal, social, acadêmica, ocupacional e outras áreas importantes de funcionamento.
INFOXICAÇÃO	Não é oficialmente classificada como uma doença. Refere-se ao estado de estresse e ansiedade causado pelo excesso de informações, muitas vezes conflitantes ou irrelevantes, que sobrecarregam a capacidade das pessoas de processar e tomar decisões de forma eficaz.

Fonte: Quadro produzido pela autora, 2024.

No livro *Geração Ansiosa* (2024), destaca que o excesso de tecnologia somado a ausência de interação social tem resultado nos países estudados “[...]no aumento de casos de 134% de ansiedade, 106% de depressão, 78% de TDAH, 57% de bipolaridade, 100% de anorexia e 33% abuso de substâncias ou vício, desde 2010” (Haidt, 2024, p.34). Para o autor, as redes sociais são uma das principais causas, gerando dificuldade em lidar com as adversidades, pois os jovens estão evitando os conflitos sociais. As redes sociais alimentam uma busca constante por validação e a exposição de conteúdos selecionados por algoritmo, acarretando numa vulnerabilidade emocional. “A rápida mudança de celulares básicos para smartphones com internet banda larga e aplicativos de redes sociais criou a infância baseada no celular, que abriu muitos novos caminhos no cérebro da geração Z” (Haidt, 2024, p.141)

Ainda nesse certame, mas focando no uso de jogos, um caso de Game Disorder ocorreu no sertão da Paraíba. Essa notícia foi publicada no Portal G1 em 21 de março de 2022, e está intitulada “O que se sabe sobre caso de menino de 13 anos que matou mãe e irmão e baleou pai no Sertão da Paraíba”¹⁴. Ela anuncia que um adolescente de 13 anos confessou à polícia que matou a tiros a mãe e o irmão, e baleou o pai que ficou gravemente ferido. O caso ocorreu após a família proibir o rapaz de usar o celular para jogar ‘Roblox’, devido ao rendimento escolar reduzido. O vício nos dispositivos digitais pode acarretar

¹⁴ Portal G1 – Matéria: “O que se sabe sobre caso de menino de 13 anos que matou mãe e irmão e baleou pai no Sertão da Paraíba”, 2022. Confira a notícia em: <https://g1.globo.com/pb/paraiba/noticia/2022/03/21/o-que-se-sabe-sobre-caso-de-menino-de-13-anos-que-matou-mae-e-irmao-e-baleou-pai-no-sertao-da-paraiba.ghtml>. Acesso em 16/10/2024.

situações graves como essas, e nesses casos já existem instituições brasileiras que auxiliam no tratamento e na prevenção, como o Instituto Delete.

O Instituto Delete¹⁵ é o primeiro núcleo do Brasil especializado em "desintoxicação digital" na Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ). Criado dentro do Instituto de Psiquiatria da UFRJ, as pesquisas estão voltadas para o impacto das tecnologias na saúde desde 2008. A missão no núcleo "é ressignificar a relação com as telas e compartilhar conhecimento para construir uma rotina mais saudável para crianças, adolescentes e adultos" (Site). Com o foco voltado para despertar, conscientizar e transformar a relação com as telas, com diferentes frentes de atuação, eles realizam avaliação da dependência, orientam a população, compartilham informações em lives, cursos, palestras e workshops, e oferecem tratamento que inclui terapia cognitiva individual, atendimento em grupo para adolescentes, atendimento psiquiátrico e orientação continuada para pais e familiares.

Nesse contexto de vício das telas, o livro *Geração Ansiosa* (2024) destaca ainda que, além das crianças e jovens estarem com dificuldades em administrar o uso das tecnologias, os adultos também compartilham dos mesmos problemas. O autor aponta que

Em uma pesquisa de 2014 conduzida pela revista Highlights com crianças de 6 a 12 anos, 62% delas relataram que seus pais "com frequência" estavam "distraídos" quando falavam com eles. Quando lhes perguntaram o motivo da distração, o celular foi a principal resposta. E os pais sabem que estão ignorando seus filhos. Em uma pesquisa de 2020 do Pew Research, 68% dos pais disseram que às vezes ou com frequência se distraíam com o telefone enquanto estavam com os filhos. Os números foram mais altos para pais mais jovens e com ensino superior completo (Haidt, 2024, p.151)

No contexto brasileiro, em 2023, segundo o PNAD¹⁶, o percentual de pessoas que utilizaram a Internet, no grupo etário de 10 ou mais de idade foi de 88%. Já o percentual de acesso a internet, entre os idosos (60 anos ou mais) subiu de 24,7% em 2016 para 66% em 2023. Esse percentual cresceu sucessivamente nos grupos etários seguintes, ou seja, os brasileiros adultos estão em maior número que as crianças e jovens conectadas, sendo o acesso descontrolado das telas um hábito de casa.

As crianças aprendem com os adultos a sua volta, se seus referenciais estão em grande medida conectados, como convencê-los de não aderir aos mesmos hábitos? O controle do uso das telas não deve e não vai partir das crianças, mas de seus responsáveis.

¹⁵ Conheça o Instituto Delete no seguinte link: <https://institutodelete.com/>.

¹⁶ Confira essa notícia em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/41026-em-2023-87-2-das-pessoas-com-10-anos-ou-mais-utilizaram-internet#:~:text=Destaques,66%2C0%25%20em%202023>. Acesso em 16/10/2024.

Em uma Consulta Pública sobre o uso de telas por crianças e adolescentes, realizada em 2024 pela Secretaria de Comunicação Social (SECOM), se pesquisou alguns tópicos que analisam o uso excessivo de telas no Brasil.

A pesquisa foi organizada em macro temas, sendo que no tema "telas e escolas" houve um destaque particular para os aspectos relacionados aos impactos do uso no ambiente escolar. De acordo com a Consulta Pública (2024):

A relação entre telas e os ambientes escolares se coloca tanto a partir dos desafios (distração; riscos à saúde física e mental; desigualdade de acesso; segurança e privacidade, etc.) quanto dos benefícios às experiências de aprendizado de crianças e adolescentes (rápido acesso à informação; recursos que potencializam a assimilação de conteúdos, etc.). Recomenda-se o estabelecimento de políticas claras de uso para a comunidade escolar – pautadas em um equilíbrio entre atividades com e sem telas – além de espaços de discussão (rodas de conversa, reuniões, disciplinas, etc.) sobre uso crítico das mídias (Consulta Pública, SECOM, 2024, p.15)

Nota-se que, mesmo em meio a um contexto de proibição do uso de telas na escola, existe uma grande necessidade de trabalhar com essas ferramentas em sala de aula. O uso pedagógico desses instrumentos pode oferecer uma linha tênue a esse dilema. Ainda no "telas e escolas", a Consulta Pública (2024) traz à tona a sobrecarga e a formação dos profissionais da Educação.

Diversos comentários apontam para os modos como as/os profissionais em sala de aula têm tentado dar conta de distintas realidades permeadas pela cultura digital. Estratégias para capturar a atenção dos/as estudantes; definições de acordos que variam de professor/a para professor/a; proibições burladas; acúmulo de afazeres; lacunas nos processos de formação técnica e crítica de tais profissionais; lacunas no acesso a recursos, entre outros (Consulta Pública, SECOM, 2024, p.15).

Os professores são frequentemente pressionados a utilizar essas tecnologias de maneira estratégica para potencializar o processo de aprendizagem. A BNCC (2018), sinaliza para a necessidade em desenvolver competências e habilidades em torno da cultura digital no ambiente escolar. Além disso, a integração entre a docência e as tecnologias são sugeridas quando possuem base epistemológica interdisciplinar e transdisciplinar, pontuando as potencialidades desses recursos nos processos de ensino, aprendizagem e avaliação.

3. A Educação Midiática e as possibilidades de minimizar os riscos do vício às telas

A educação midiática é “[...] um conjunto de habilidades necessárias para acessar, analisar, criar e participar de maneira crítica do ambiente informacional em todos os seus formatos, dos impressos aos digitais” (Ferrari, et al, 2020, p.50). Essa concepção de educação traz o intuito de reduzir os prejuízos e ampliar os benefícios que a internet oferece para cada criança e adolescente.

No Guia da Educação Midiática (2020), as autoras discutem a cultura digital (e midiática), incorporando-a nas práticas de sala de aula, com o intuito de desenvolver nos alunos habilidades essenciais. Uma das motivações para o desenvolvimento dessas habilidades surgiu da promulgação da Base Nacional Comum Curricular/ BNCC (2018), que inclui em suas competências gerais a educação midiática.

As mídias sociais digitais mudaram a forma como interagimos e consumimos informações. Mais conhecidas como Facebook, Instagram, Twitter e Tiktok elas nos permitem consumir conteúdos e interagir com eles, comentando, curtindo, compartilhando e enviando mensagens que geram interação e engajamento. Na era das mídias sociais, o letramento digital e a educação midiática passam a figurar como debates necessários no contexto da sala de aula.

O objetivo da educação midiática é orientar os usuários a investigar e perceber o que são fontes confiáveis, compreendendo como a circulação de informações impacta a sociedade. Uma de suas propostas é de auxiliar ao uso adequado de telas, por meio de projetos e investigações, ou seja, orientar que os estudantes pesquisem, discutam, formulem hipóteses, busquem e organizem dados e compartilhem suas descobertas (Ferrari, et al, 2020).

Essas concepções precisam compor o currículo escolar, contemplando o ensino sobre a segurança na rede como um conteúdo básico na escola. Segundo Ferrari (et al., 2020, p.57) “Tanto quanto um esporte ou uma segunda língua, a educação midiática demanda prática constante [...]”, em outras palavras, as crianças e jovens precisam compreender “o conteúdo que veem, ouvem ou com o qual interagem, e saber como ele pode atuar sobre sua percepção de mundo” (Ferrari, et al., 2020, p.57).

Nesse contexto, alguns caminhos são sugeridos pelo Guia da Educação Midiática (2020) para desenvolver com os estudantes essa “consciência midiática”, e sobre eles nos deteremos melhor a seguir, com vistas a apontar algumas possibilidades de como lidar com o uso de telas na infância e na juventude no contexto Educacional.

3.1. Acompanhamento do uso

Além dos docentes e educadores, a responsabilidade de acompanhamento desses usos deve partir dos pais e responsáveis. Já existem ferramentas que monitoram o tempo dedicado às atividades online/nas telas, como o “*Google Families*”. Esse aplicativo pode ser instalado no aparelho do responsável e no da criança/adolescente, com ele é possível limitar o tempo de uso diário, o horário de dormir, desativar todas as funções e bloquear o uso, além do controle ao conteúdo acessado. Se o dispositivo da criança/jovem estiver conectado à internet é possível ver sua localização em tempo real, como também filtrar por faixa etária quais aplicativos, livros, jogos e sites as crianças e jovens podem acessar.

Quadro 4: Aplicativos de Controle de uso da Internet

Plataforma/Aplicativo Gratuitos	Endereço para download Google Play e Apple Store
Google Family Link (Gratuito)	Google Play: https://families.google/intl/pt-BR_ALL/familylink/ App Store: https://apps.apple.com/us/app/google-family-link/id1150085200
Kaspersky Safe Kids (Gratuito na versão básica)	Google Play: https://www.kaspersky.com.br/ App Store: https://apps.apple.com/us/app/kaspersky-safe-kids-with-gps/id1067767941
Qustodio (Gratuito na versão básica)	Google Play: https://www.qustodio.com/pt-br/ App Store: https://apps.apple.com/us/app/qustodio-parental-control-app/id990410321
OurPact (Gratuito na versão básica)	Google Play: https://play.google.com/store/apps/details?id=com.ourpact.androidparent App Store: https://apps.apple.com/us/app/ourpact-parental-control/id954029412
ESET Parental Control (Gratuito na versão básica)	Google Play: https://www.eset.com/br/antivirus-domestico/controle-pais/ App Store: https://apps.apple.com/us/app/screen-time-parental-control/id1100179922

Fonte: Quadro produzido pela autora, 2024.

Essas ferramentas podem auxiliar no controle dos pais, tanto como também aos que acessam, informando o tempo que passam conectados e os links que podem acessar. Seu uso se faz necessário também nos ambientes de acesso do estudante, uma vez que as tecnologias são necessárias e que não há como bani-las do dia a dia, mas há possibilidades de equilibrar seu uso de forma recreativa.

3.2. Formação dos Professores para a Educação Midiática

A necessidade de uma formação adequada e contínua para os profissionais da educação no que tange ao uso das tecnologias sempre foi uma chamada evidente. Para os educadores, essa capacitação deve incluir estratégias pedagógicas que integrem as ferramentas digitais de maneira eficaz no processo de ensino, sem que comprometa a atenção ou a saúde dos alunos.

A Consulta Brasil (2019, p.74) destaca que “A maioria dos estudantes concorda que a escola deveria ensinar o uso de tecnologia e utilizar mais a internet para ajudar a tornar mais atraente o conteúdo das aulas”. Nesse sentido, é fundamental que recebam orientação sobre o uso responsável das tecnologias, compreendendo os limites do tempo de tela e os riscos associados, como a exposição a conteúdos inadequados e a segurança online. É o que indicamos quanto a uso da Educação Midiática como parte das concepções educacionais da escola.

A falta de acesso a recursos tecnológicos básicos no ambiente educacional, como laboratórios de informática ou Wi-Fi disponível para todos, limita o potencial de práticas pedagógicas inovadoras. Em muitos casos, mesmo com a tecnologia disponível, ela não é plenamente utilizada devido a questões administrativas ou de segurança. Isso sugere uma desconexão entre a realidade digital dos estudantes e as práticas escolares, evidenciando a necessidade urgente de uma modernização e maior integração tecnológica nas instituições de ensino. Conforme descrito no Consulta Brasil (2019),

[...] as escolas ainda estão muito aquém do que as crianças e os adolescentes já fazem na prática. Quando tem computador na escola, sala de informática fica fechada por falta de funcionário ou por questões de “segurança”. Quando tem Wi-Fi, só os gestores e professores tem a senha. Na maioria das vezes não há prática alguma conectada na sala e os trabalhos ainda são feitos em cartolina (Consulta Brasil, 2019, p.74)

A citação destaca um contraste evidente entre o uso das tecnologias pelos jovens fora da escola e a realidade dentro do ambiente escolar. Percebemos que o ambiente escolar ainda está em um contexto de atraso em relação as tecnologias. A Pandemia de Covid-19 nos “obrigou” a integrar o ensino com as tecnologias, mas não foi o suficiente para tornar eficiente o uso das ferramentas no processo de ensino e aprendizagem.

Ademais uma das medidas públicas mais recentes na Paraíba, para auxiliar na conscientização sobre o uso de telas é a proposta de Lei 12.980/2023, instituindo a ‘Semana da Conscientização e Prevenção’ sobre os males causados pelo uso intenso de

celulares, tablets e computadores por bebês e crianças¹⁷. Que deve acontecer nas primeiras semanas de outubro, quando é comemorado o Dia das Crianças.

3.3.Segurança na Rede

É de extrema importância que a ‘segurança na rede’ seja integrada no currículo da educação básica, para que as crianças e jovens sejam preparados desde cedo a lidar com a conectividade e seus riscos. Não há como extinguir a conexão, mas há como orientar os estudantes para navegar de forma segura no ambiente digital. O Guia da Educação Midiática (2020) apresenta um caminho para implementação da educação midiática, que consiste em preparar os alunos para o acesso seguro. Ao citar a BNCC (2018), o guia anuncia duas competências de forma explícita,

1. **Competência geral #5:** Compreender, utilizar e criar tecnologias digitais de informação e comunicação de forma crítica, significativa, reflexiva e ética nas diversas práticas sociais (incluindo as escolares) para comunicar, acessar e disseminar informações, produzir conhecimentos, resolver problemas e exercer protagonismo e autoria na vida pessoal e coletiva;
2. **Competência geral #7:** Argumentar com base em fatos, dados e informações confiáveis, para formular, negociar e defender ideias, pontos de vista e decisões comuns que respeitem e promovam os direitos humanos, a consciência socioambiental e o consumo responsável em âmbito local, regional e global, com posicionamento ético em relação ao cuidado de si mesmo, dos outros e do planeta (Ferrari, et al,2020, p.33).

Nesse sentido, se faz necessária a implementação de uma aprendizagem baseada em projetos que orientem a investigação e a seleção de fontes confiáveis de documentação histórica ou científica. Sobre isso, o canal no Youtube do ‘Educamídia’¹⁸ apresenta uma sequência de vídeos interativos com orientações para se ensinar sobre o acesso seguro. Além disso, canais como o portal “Internet Segura”¹⁹ reúne iniciativas de conscientização sobre segurança e uso responsável da Internet no Brasil, auxiliando os internautas a localizar as informações de interesse e incentivando o uso seguro da Internet.

¹⁷ Confira a matéria no site da Assembleia Legislativa da Paraíba –“AGORA É LEI: Paraíba institui Semana da Conscientização e Prevenção sobre os males causados pelo uso intenso de telas”. Publicada em 14 de dezembro 2023. Disponível em: [http://www.al.pb.leg.br/52516/agora-e-lei-paraiba-institui-semana-da-conscientizacao-e-prevencao-sobre-os-males-causados-pelo-uso-intenso-de-telas.html#:~:text=Uma%20semana%20inteira%20dedicada%20a,quinta%2Dfeira%20\(14.](http://www.al.pb.leg.br/52516/agora-e-lei-paraiba-institui-semana-da-conscientizacao-e-prevencao-sobre-os-males-causados-pelo-uso-intenso-de-telas.html#:~:text=Uma%20semana%20inteira%20dedicada%20a,quinta%2Dfeira%20(14.)

¹⁸ Acesse o Canal do Educamídia no Youtube no seguinte endereço: <https://www.youtube.com/educamidia>.

¹⁹ Acesse esse o Portal Internet Segura no seguinte endereço eletrônico: <https://internetsegura.br/>

F4 e F5: Materiais de acesso dos Educadores sobre segurança na rede



Fonte: Produção: Centro de Estudos, Resposta e Tratamento de Incidentes de Segurança no Brasil, Núcleo de Informação e Coordenação do Ponto BR e Comitê Gestor da Internet no Brasil.

Disponível em: <https://internetsegura.br/pdf/guia-internet-segura.pdf> e <https://www.gov.br/governodigital/pt-br/privacidade-e-seguranca/fasciculos-cert.br/guia-internet-segura-pais-digital-govbr.pdf>.

Essas ferramentas podem virar recursos valiosos para auxiliar professores na discussão de temas como ética digital, privacidade e uso seguro das tecnologias no ambiente escolar. Esse material ainda pode auxiliar os pais com orientações específicas como “Internet Segura para seus filhos”, listado na Figura 6. Essas ações estão associadas a concepção de uma Educação Midiática, que buscam preparar os estudantes para utilizar as mídias sociais de forma crítica. Essa educação precisa acontecer em duas vias, na escola, mas também no seio do lar.

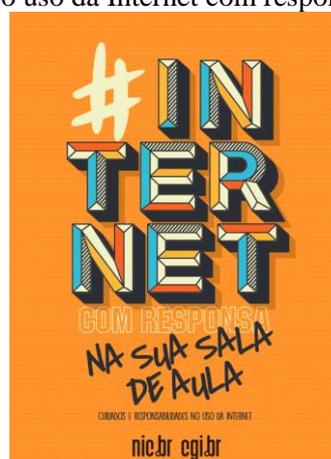
Ainda no quesito recursos, o Núcleo de Formação e Coordenação do Ponto BR (Nic.br) produziu dois manuais de orientação voltados para os educadores, são eles: 1. “#Internet com Resposta. Cuidados e Responsabilidades no uso da Internet” e 2. “#Internet com Resposta na sua sala de aula. Cuidados e Responsabilidades no uso da Internet”. Para o Núcleo,

Os educadores têm hoje incontáveis fontes de consulta e aprendizagem para aprimorar a forma e o conteúdo de suas aulas. Seus alunos, atualmente, têm acesso a um mundo de conhecimento na palma da mão, o que fornece um potencial imenso para o uso da tecnologia no contexto escolar. Conquanto as imensas vantagens que o surgimento da Internet promoveu ao educador e ao educando, muitos desafios, todavia, surgiram, entre os quais, as formas de interação mudaram, assim, surgindo a necessidade de estar-se sempre em alerta. Ciente desses desafios e de tais mudanças, bem como reconhecendo que todo o educador exerce um papel fundamental na sociedade devido à sua influência e ao seu estímulo sobre o pensar, o questionar, o aprender e, em muitas vezes, o agir das crianças e dos adolescentes, este guia é dedicado a você, pois contém instruções essenciais sobre como usar a

Internet de forma consciente e responsável (#Internet com Responsa na sua sala de aula. Cuidados e Responsabilidades no uso da Internet. Nic.br, S.N.T)”.

Esses materiais contêm orientações indispensáveis para o acesso a internet com responsabilidade, fornecendo um conteúdo didático que ajuda os estudantes a desenvolverem uma compreensão crítica sobre a navegação nas redes sociais e a proteção de dados pessoais. Para seus autores a exposição a internet, o direito e os danos quanto ao uso das imagens na rede, o debate sobre a liberdade de expressão no ciberespaço (temas existentes em: #Internet com Responsa na sua sala de aula) são conteúdos que precisam ser abordados pelos educadores.

F6 e F7: Materiais de acesso dos Educadores sobre o uso da Internet com responsabilidade



Fonte: Núcleo de Informação e Coordenação do Ponto BR

Disponível em: https://internetsegura.br/pdf/internet_com_responsa.pdf e https://internetsegura.br/pdf/guia_internet_com_responsa_na_sua_sala_de_aula.pdf

Orientações como, “Não aceite estranhos como amigos nas redes sociais”, idade mínima exigida para ter contas nas mídias digitais como YouTube, WhatsApp, TikTok e Instagram devem ser recorrentes dentro e fora da sala de aula, assim como problematizações acerca do *ciberbullying*, racismo algorítmico e ‘danos e riscos na prática de nude’ (práticas de pedofilia na rede) precisam ser incorporados como conteúdos curriculares (temas existentes em: #Internet com Responsa. Cuidados e Responsabilidades no uso da Internet).

Diante deste trajeto percorrido até aqui, acreditamos que a Educação Midiática pode promover a cidadania digital, auxiliando no debate e no ensino sobre o papel das mídias sociais digitais no dia a dia de crianças e adolescentes. O letramento digital precisa

ser implementado como parte constituintes das concepções curriculares que invadem a escolas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Em síntese, os resultados obtidos neste estudo reforçam a importância da conscientização dos pais e estudantes na utilização das tecnologias, evidenciando que essas ferramentas podem ser grandes aliadas no processo educacional ao mesmo tempo que podem oferecer riscos ao bem-estar de crianças e adolescentes. Nos dados trazidos ao longo deste arquivo, tentamos dar ênfase ao público infantil, mas percebemos que os impactos quanto ao uso abusivo das telas são sentidos em todas as faixa-etárias. A diferença pode estar mais atrelada ao conteúdo acessado, do que de fato no público pesquisado.

Assim, entre a problemática que cerca os riscos de dependência que o uso excessivo do celular pode causar, está a insegurança na rede, sentida através dos perigos de golpe na internet, crimes de violência (cyberbullying), racismo algorítmico e pedofilia na rede. Estes e tantos outros problemas podem ser minimizados diante de uma Educação Midiática.

Nesse sentido, torna-se necessário desenvolver medidas educativas em prol da ‘conscientização midiática’, enfatizando desde o tempo de exposição às telas, viabilizadas por um maior controle de usabilidade, à supervisão dos acessos a determinados conteúdos por pais e educadores. As tecnologias possuem um amplo potencial educativo, saber utilizá-la é o que precisa ser evidenciado na escola (por meio do currículo) e nos lares.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

GIL, Antonio Carlos. *Métodos e técnicas de pesquisa social*. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

FERRARI, Ana Cláudia et al. *Guia da Educação Midiática*. 1. ed. São Paulo: Instituto Palavra Aberta, 2020.

Haidt, Jonathan. *A Geração Ansiosa*. Como a infância hiperconectada está causando uma epidemia de transtornos mentais. Tradução de Lígia Azevedo. Companhia das Letras, 2024

KAMPF, Cristiane. *A Geração Z e o papel das tecnologias digitais na construção do pensamento*. Publicação 10/09/2011. Disponível em: <https://www.sinprodf.org.br/wp->

[content/uploads/2012/01/a-gera%C3%A7%C3%A3o-z-e-o-papel-das-tecnologias-digitais-na-constru%C3%A7%C3%A3o-do-pensamento.pdf](#) . Acesso em: 15/10/2014.

LIMA, L.; LOUREIRO, R. C. *Tecnodocência: concepções teóricas*. Fortaleza: Edições UFC, 2019.

PRENSKY, Marc. *Nativos e Imigrantes Digitais*. Tradução do artigo "Digital natives, digital immigrants", de Marc Prensky. Tradução gentilmente cedida por Roberta de Moraes Jesus de Souza: professora, tradutora e mestranda em educação pela UCG. Disponível em: <https://mundonativodigital.wordpress.com/wp-content/uploads/2015/06/texto1nativosdigitaisimigrantesdigitais1-110926184838-phpapp01.pdf>. Acesso em 01/10/2024.



**UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA
CENTRO DE CIÊNCIAS, HUMANAS, SOCIAIS E AGRÁRIAS
REPOSITÓRIO INSTITUCIONAL - RI**

Termo de Autorização para Publicação Eletrônica no Repositório Institucional da UFPB

1. *Identificação do Material Bibliográfico: () Monografia (x) Artigo Científico

2. Identificação do trabalho /autor

Graduação em: Licenciatura em Pedagogia

***Título: O USO ABUSIVO DE TELAS E O IMPACTO NA EDUCAÇÃO**

***Autoria:** Charis Lane dos Santos

RG:28.035.596-7

CPF:135.810.567-71

telefones: (21) 98648-5893

Email : charislane@gmail.com

***Orientador/a:** Vivian Galdino de Andrade

CPF: 041.580.944-45

Email: vivian.galdino@academico.ufpb.br

Total de páginas: 25 p.

***Data de defesa:** 30/10/2024.

***Data de entrega da cópia eletrônica do trabalho na versão final, corrigida, à secretaria do Curso:** 03/12/2024 .

3. Informações sobre a publicação do trabalho:

Esse trabalho é confidencial?: () sim; (x) não.

Esse trabalho ocasionará registro de patente?: () sim; (x) não.

Qual é a amplitude da liberação da publicação?: (x) total; () parcial; () não pode ser publicada, exceto, o sumário.

3.1. Em caso de publicação parcial, assinalar as permissões:

() sumário; () capítulos; especificar: _____; () bibliografia; () outros itens;

Especificar: _____

3.2. Em caso de publicação parcial, indicar restrições:

4. Declaração do autor:

Na qualidade de titular dos direitos de autor da publicação supracitada, de acordo com a Lei nº 9610/98, autorizo à Universidade Federal da Paraíba – UFPB, a disponibilizar gratuitamente sem ressarcimento dos direitos autorais, conforme permissões assinadas acima, do trabalho em meio eletrônico, na Rede Mundial de Computadores, no formato especializado², para fins de leitura, impressão e/ou download, a título de divulgação da produção científica gerada pela UFPB, a partir desta data.

AUTOR/A

 <p>Documento assinado digitalmente CHARIS LANE DOS SANTOS Data: 03/12/2024 11:45:18-0300 Verifique em https://validar.iti.gov.br</p>
Assinatura do autor
BANANEIRAS/PB 03/dezembro/2024

ANUÊNCIA DO ORIENTADOR/A

 <p>Documento assinado digitalmente VIVIAN GALDINO DE ANDRADE Data: 03/12/2024 11:11:46-0300 Verifique em https://validar.iti.gov.br</p>
Assinatura do orientador
BANANEIRAS/PB 03/dezembro/2024