

MALEFÍCIOS DO USO DO CELULAR DOS ALUNOS PÓS PANDEMIA

Karina Lopes Dalgê

Kelly Fernanda Medeiros Curtolo

Marcia Aparecida Moreira

Marilza Maria Campidelli

Regina Zaratín Cândido

MALEFÍCIOS DO USO DO CELULAR DOS ALUNOS PÓS PANDEMIA

Karina Lopes Dalgê

GRADUADA EM PEDAGOGIA

(kakaulopesd@yahoo.com.br)

Kelly Fernanda Medeiros Curtolo

GRADUADA EM PEDAGOGIA

(Kellycurtolo@hotmail.com)

Marcia Aparecida Moreira

GRADUADA EM MATEMÁTICA/PEDAGOGIA

(marciamoreira_fisica@hotmail.com)

Marilza Maria Campidelli

GRADUADA EM MATEMÁTICA

(marilza.campidelli@gmail.com)

Regina Zaratín Cândido

GRADUADA EM HISTÓRIA

(reginazaratin@yahoo.com.br)

ARARAS – SÃO PAULO

RESUMO

O presente trabalho vem abordar os malefícios do uso do celular pelos alunos pós pandemia. A infância é composta por transições biológicas e psicossociais, que possibilitam a aquisição de domínios motores, cognitivos e afetivos-sociais do desenvolvimento. Com o início da pandemia covid-19 em 2020 a OMS recomendou que fossem tomadas medidas preventivas, como o fechamento de escolas, assim como lugares públicos, fato que culminou em distanciamento de amigos e familiares. Esse distanciamento levou a uma maior aproximação das crianças com as tecnologias, aumentando com isso sua exposição às telas. O principal objetivo deste trabalho é demonstrar os malefícios que o uso excessivo do celular pode causar as crianças e adolescentes, principalmente aos alunos. A metodologia adotada será uma análise bibliográfica de literatura, com ênfase em livros e artigos mais atuais e relevantes sobre o tem abordado. Conclui-se que o uso aumentado de celulares criou a possibilidade de distraírem-se com jogos, vídeos e participação em redes sociais. Entretanto, eles destacaram que preferem brincadeiras envolvendo atividade física do que simplesmente o uso de telas. Observa-se também ser de fundamental importância o acompanhamento feito pelos pais/responsáveis no estímulo à interação familiar.

Palavras-Chave: Celular; Pandemia; Alunos; Interação Familiar.

ABSTRACT

This paper addresses the harmful effects of cell phone use by students after the pandemic. Childhood is made up of biological and psychosocial transitions, which enable the acquisition of motor, cognitive, and affective-social domains of development. With the onset of the COVID-19 pandemic in 2020, the WHO recommended that preventive measures be taken, such as closing schools and public places, a fact that culminated in distancing from friends and family. This distancing led to a greater connection between children and technology, thereby increasing their exposure to screens. The main objective of this paper is to demonstrate the harm that excessive cell phone use can cause to children and adolescents, especially students. The methodology adopted will be a bibliographic analysis of literature, with an emphasis on the most current and relevant books and articles on the subject. It is concluded that the increased use of cell phones created the possibility of distracting themselves with games, videos, and participation in social networks. However, they highlighted that they prefer games involving physical activity rather than simply using screens. It is also essential that parents/guardians monitor family interaction.

Keywords: Cell phone; Pandemic; Students; Family interaction.

1 Introdução

No contexto da modernidade, as telas que eram restritas passaram a ser de livre acesso, foram incorporadas na rotina das pessoas, de diferentes faixas etárias, até mesmo o público infantil já está envolvido no uso demasiado das tecnologias.

importância de estudar a base neural do uso problemático da internet foi enfatizada pela inclusão do Transtorno de Jogos na Internet como um transtorno mental emergente no DSM-5, seus sintomas se assemelham fortemente a desregulações observadas em outros transtornos aditivos, incluindo vícios de substâncias e comportamentais (Montang et al, 2023). No contexto da pandemia de COVID-19, houve aumento do uso problemático da internet, no mesmo período, ocorreu incremento na gravidade e na frequência de diversas disfunções emocionais na população.

O Este trabalho objetiva evidenciar os malefícios associados ao uso excessivo de celulares entre crianças e adolescentes, com ênfase nos impactos sobre os estudantes. O uso prolongado de dispositivos digitais desperta uma preocupação crescente devido aos potenciais prejuízos ao desenvolvimento cognitivo, à saúde mental e ao bem-estar geral dos jovens. A exposição indiscriminada a mídias eletrônicas, incluindo redes sociais e jogos digitais, pode resultar em dificuldades de atenção, autocontrole e problemas no controle inibitório, elementos cruciais para um aprendizado eficaz e uma adaptação social saudável.

Esses efeitos são especialmente problemáticos em um ambiente de aprendizado, pois a necessidade de alternância entre tarefas — como focar nas aulas, fazer tarefas escolares e interagir socialmente — é afetada pela falta de prática em controlar distrações e manter a atenção. Esse contexto alerta para a importância de avaliar como o uso excessivo de dispositivos digitais pode interferir no desenvolvimento integral das crianças, buscando evidências que fundamentem práticas e políticas que orientem um uso saudável e equilibrado da tecnologia entre estudantes.

Além disso, estudos apontam que a exposição prolongada a estímulos irrelevantes e dispersos, característica das redes sociais e da navegação na internet,

pode diminuir a capacidade de concentração e aumentar a suscetibilidade a estímulos externos, impactando negativamente a função executiva e o autocontrole. A pesquisa buscará, portanto, aprofundar a compreensão desses efeitos, oferecendo uma base sólida para repensar o papel das telas na vida escolar e cotidiana de jovens e crianças, com vistas a práticas mais equilibradas e saudáveis.

2 Vícios Tecnológicos

A infância é composta por transições biológicas e psicossociais, que possibilitam a aquisição de domínios motores, cognitivos, afetivos-sociais do desenvolvimento. Nessa fase o Sistema Nervoso Central (SNC) está em transformação, mielinização e sinapses, o que favorece a aprendizagem. As brincadeiras do cotidiano com os amigos como andar de bicicleta, futebol, amarelinha, batata-quente, estão sendo substituídas por aparelhos eletrônicos, e com a utilização errônea desses aparatos, ocasionam grandes riscos para o desenvolvimento das crianças, podendo acarretar consequências para vida adulta. Os problemas gerados podem ser: obesidade, sedentarismo, déficit de atenção, isolamento social e familiar, hiperatividade, propiciando o desenvolvimento de vícios como uso de drogas lícitas e ilícitas (Pretto, 2023).

Com a declaração da OMS, a pandemia exigiu que fossem tomadas medidas preventivas. Por esse motivo, escolas foram fechadas, assim como lugares públicos (shoppings, parques, cinemas), fato que culminou em distanciamento de amigos e familiares (Santaella e Lemos, 2023).

Retomar as atividades via telas foi a urgência sentida por muitos e pelas escolas que puderam ofertar essa modalidade, tudo em uma atmosfera embebida de ansiedades, medos, pânico — lembremos das corridas por papel higiênico e álcool em gel — e falta de conhecimento das ferramentas disponíveis para buscar “transportar” uma escola inteira para as telas, pois, essencialmente, o ensino para crianças é presencial, sendo previsto por lei o ensino a distância nesta etapa apenas como complemento à aprendizagem ou em situações emergenciais (Zuin e Zuin, 2023).

A articulação entre tecnologia e sociedade não tem um modelo a ser seguido porque depende das possibilidades dos setores envolvidos, assim como é importante considerar os entornos próprios de cada um. Significava, então, uma continuidade possível, sim, mas também transformada pelo e transformadora do cenário até então conhecido da relação escola-criança família, sem manuais, nem garantias (Pretto, 2023).

Evidências demonstram que a quarentena vem alterando a rotina das crianças. O distanciamento escolar das mesmas reduz a prática de atividade física, aumentam o seu tempo em frente à tela de computadores ou celulares, passam a ter seus horários de sono irregulares e a adotar uma dieta menos saudável que pode afetar o seu desenvolvimento. Outrossim, o isolamento acarretou consequências psicológicas e individuais, como ansiedade, estresse, transtornos diferentes, sedentarismo, má alimentação, obesidade, diabetes e pressão alta (Zuin e Zuin, 2023).

A Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP) recomenda que o tempo de exposição a telas como televisão, tablets e computadores seja proporcional à idade da criança, com o objetivo de desencorajar o uso excessivo e promover um desenvolvimento saudável. Para crianças menores de dois anos, a recomendação é evitar qualquer exposição a telas. Para crianças mais velhas, o limite ideal aumenta gradualmente, mas sempre com supervisão e controle. Esse direcionamento visa não só minimizar os impactos negativos no desenvolvimento cognitivo e social, mas também proteger a criança de potenciais riscos psicológicos e emocionais associados ao uso prolongado.

Além das preocupações com a saúde mental, a SBP ressalta outro aspecto fundamental: a segurança digital. A exposição descontrolada em ambientes virtuais pode tornar crianças e adolescentes mais vulneráveis a crimes online, incluindo cyberbullying, assédio e exploração. Portanto, os pais e responsáveis precisam monitorar a qualidade e o conteúdo do que as crianças acessam, promovendo uma navegação segura e educativa. Isso inclui estabelecer horários de uso e incentivar o diálogo sobre os perigos e limites do ambiente digital, garantindo que a experiência online contribua de forma positiva para o desenvolvimento e a segurança dos jovens. (Santaella e Lemos, 2023).

Segundo Montang et al (2023) “o ambiente em que uma criança cresceu foi saturado pelo avanço da tecnologia”. É necessário pensar nas oportunidades oferecidas que proporcionem vínculos afetivos saudáveis e espaço adequado para brincadeiras livres. Portanto, considera-se uma temática de grande relevância, visto que a COVID-19 é uma doença descoberta recentemente e os impactos provocados por ela irão refletir muito na sociedade tanto atualmente como no futuro. Nesse contexto, o estudo tem por objetivo principal analisar o impacto da pandemia da COVID-19 na saúde infanto-juvenil.

2.1 Uso Excessivo de Telas pós COVID

O tempo gasto no uso excessivo do smartphone previu o nível de estresse em usuários que dificilmente usaram o smartphone para expor sentimentos, já aqueles que se envolveram na divulgação de suas emoções e problemas online, foi visto o oposto, isso reduziu seus problemas emocionais. O uso excessivo de smartphones também foi associado a sintomas de Transtorno Obsessivo Compulsivo e Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade, a redução do tempo de sono e da qualidade do sono em adolescentes (Pretto, 2023). Também, argumenta que o uso abusivo da internet de forma generalizada está frequentemente a falta de apoio social na vida real e os sentimentos de isolamento social. Perturbações psicológicas no mundo “real” podem intensificar o uso excessivo da internet para desviar a atenção dos problemas e do humor negativo, o que pode se tornar um círculo vicioso. Em contraste, para o uso excessivo de certos aplicativos da internet, por exemplo, sites de jogos de azar ou pornografia, uma predisposição individual específica seria o fator principal, mas é agravado pelas enormes funções oferecidas pelos aplicativos da internet.

Com relação à base neurobiológica do vício em Internet, evidências convergentes apontam para disfunções nos circuitos fronto-estriatais-límbicos, acompanhadas por funções executivas prejudicadas, processamento de recompensa prejudicado e regulação emocional deficiente. Este padrão converge, parcialmente, com alterações patológicas que foram documentadas na dependência de substâncias e outras patologias de natureza compulsiva, sugerindo que as

interrupções em tais conexões podem representar um denominador comum para transtornos aditivos que refletem a sensibilidade de recompensa exagerada. A impulsividade, por sua vez, também é influenciada por meio das regiões frontais. Estudos recentes indicam evidências iniciais para uma ligação entre o uso crescente de smartphones e impulsividade crescente, bem como um funcionamento cognitivo e social em declínio (Santaella e Lemos, 2023).

O Núcleo Accumbens Humano é a principal estrutura do Corpo Estriado Ventral, tem um papel central nos circuitos de recompensa cerebral. Cumpre funções emocionais, motivacionais e psicomotoras (Montang et al, 2023). O uso crescente de mídia social foi relacionado a volumes diminuídos do Núcleo Accumbens. Volumes menores dessas regiões foram previamente associados ao desenvolvimento e manutenção da dependência de substâncias. Há uma importante contribuição das mudanças neuroplásticas nessa região para patologias em comportamentos motivacionais, impulsivos e habituais que levam à dependência. O que é preocupante, devido ao crescimento do uso de tecnologias digitais em crianças. Alterações na morfologia Estriatal Ventral têm sido repetidamente observadas em transtornos relacionados, como o Transtorno de Jogos na Internet, possivelmente refletindo adaptações no sistema de recompensa estriatal (Pretto, 2023).

É sugestivo que os processos de controle pré-frontal são reduzidos em indivíduos viciados em internet e podem estar relacionados à perda de controle dos pacientes sobre o uso da internet. No entanto, existem algumas limitações dos resultados da pesquisa existentes até agora, pois mais estudos sobre diferentes tipos de uso inadequado em internet são necessários para compreender melhor os correlatos neuropsicológicos e neurais comuns e específicos de cada vício em internet (Nagumo e Teles, 2023).

Todavia, a tecnologia pode ser usada para fins educativos. A estrutura cerebral modifica-se constantemente, e o que é herdado não é necessariamente definitivo ou estático, sendo a estimulação ambiental de extrema importância para desenvolvimento. Jogos eletrônicos estimulam o desenvolvimento da noção espacial, coordenação motora, memória. Provêm ativação do córtex pré-frontal, hipocampo, corpo estriado ventral, de modo que existe a necessidade e estratégias

de planejamento e execução nos desafios virtuais. Mesmo com benefícios, é essencial orientação quanto à utilização adequada. A falta de relações afetivas e o estresse causa aumento crônico de cortisol pelo eixo hipotálamo-hipófise-adrenal. Durante os primeiros anos de vida, as consequências disso recaem no desenvolvimento, pois hipocampo é vulnerável a tão ambiente, além de haver redução dos níveis de serotonina na amígdala (Santaella e Lemos, 2023).

2.2 Uso do Celular nas Escolas

A introdução da tecnologia digital na educação trouxe consigo promessas de revolução e avanço no processo de ensino e aprendizagem. Especialmente durante a pandemia da COVID-19, o ensino online emergiu como uma solução crucial para evitar o colapso da educação, oferecendo alternativas viáveis em um cenário de distanciamento social. No entanto, os benefícios e riscos associados ao uso da tecnologia na educação merecem uma avaliação crítica e aprofundada, considerando suas implicações a longo prazo (Nagumo e Teles, 2023).

Embora a tecnologia digital tenha sido saudada como uma ferramenta transformadora na educação, evidências robustas do seu valor agregado ainda são escassas. Muitas das alegações sobre os benefícios da tecnologia na aprendizagem são promovidas por empresas que buscam comercializar essas soluções, destacando a necessidade de uma análise mais objetiva e imparcial sobre seu impacto no processo educacional (Zuin e Zuin, 2023).

Segundo Montang et al (2023), embora a tecnologia possa oferecer benefícios importantes para a educação, seu uso inadequado ou excessivo pode resultar em impactos negativos, especialmente no desempenho acadêmico dos alunos. Dados de avaliações internacionais, como os fornecidos pelo Programa de Avaliação Internacional de Estudantes (PISA), destacam a correlação negativa entre o uso excessivo das Tecnologias de Informação e Comunicação (TIC) e a qualidade da aprendizagem. Portanto, é fundamental adotar uma abordagem equilibrada e criteriosa ao integrar a tecnologia na educação, considerando não apenas os potenciais benefícios, mas também os riscos e desafios associados. Mais pesquisas e análises são necessárias para compreender plenamente o impacto da tecnologia

na aprendizagem e garantir um ambiente educacional seguro e eficaz para todas as crianças e jovens.

O Relatório da UNESCO de 2023 sobre o uso do celular e o aprendizado revela dados significativos sobre o impacto dessa tecnologia na sala de aula. Segundo dados compilados de 14 países, a presença do celular durante as aulas pode causar distração nos estudantes, afetando negativamente seu aprendizado. Essa constatação sugere a necessidade de estabelecer medidas que minimizem a interferência do celular no ambiente educacional. Além disso, não foi encontrada uma correlação direta entre o uso do celular e o desempenho em tarefas específicas, como as avaliadas pelas tarefas Stroop, indicando a complexidade dos efeitos do celular no processo de aprendizagem (Zuin e Zuin, 2023).

No que diz respeito às alterações no cérebro decorrentes do uso excessivo do celular, os estudos citados destacam dois aspectos relevantes. Primeiramente, observa-se que o uso prolongado do celular pode levar à diminuição da atividade na Rede Neural Padrão (DMN), área cerebral associada à atenção, memória e resolução de problemas. Além disso, há evidências de que o uso excessivo do celular pode prejudicar o controle inibitório, dificultando a capacidade dos estudantes de ignorar distrações e manter o foco em uma determinada tarefa, o que pode impactar negativamente seu desempenho acadêmico (Zuin e Zuin, 2023).

É sugerido que se estabeleçam regras claras sobre o uso do celular em sala de aula e em outros ambientes educacionais, visando minimizar os efeitos negativos dessa tecnologia. Além disso, destaca-se a importância da educação digital, que visa conscientizar os alunos sobre os benefícios e riscos do uso do celular, promovendo uma postura responsável e a autorregulação. Por fim, é enfatizada a necessidade de oferecer suporte aos alunos que enfrentam problemas relacionados ao uso do celular, como cyberbullying ou dependência, destacando a importância do apoio emocional e psicológico no ambiente escolar (Cruz, 2021).

Conforme Nagumo e Teles (2023), o uso do celular em ambiente escolar é uma questão multifacetada que requer atenção e diálogo entre todos os envolvidos no processo educacional. Por meio da implementação de medidas educativas e de apoio, é possível transformar o celular em uma ferramenta que contribua efetivamente para o aprendizado e o desenvolvimento integral dos jovens. No

entanto, ressalta-se a necessidade de mais pesquisas para compreender melhor os mecanismos neurobiológicos e sociais do uso do celular na aprendizagem, a fim de orientar políticas e práticas educacionais mais eficazes e contextualizadas.

Os dados do PISA ressaltam a urgência de políticas educacionais que abordem não apenas o currículo e os métodos de ensino, mas também o papel das tecnologias digitais, como os celulares, no ambiente de aprendizagem. Estratégias que promovam o uso responsável e equilibrado de dispositivos móveis, juntamente com iniciativas para melhorar a qualidade do ensino e engajar os alunos, podem contribuir significativamente para reverter a tendência de baixo desempenho acadêmico observada no Brasil e em outros países. A análise desses dados em conjunto com as constatações do Relatório da UNESCO de 2023 sobre o uso do celular e o aprendizado pode fornecer subsídios valiosos sobre como abordar os desafios educacionais enfrentados pelas sociedades contemporâneas em um mundo cada vez mais digitalizado (Montang et al, 2023).

A proibição do uso de celulares em ambientes escolares tem sido uma medida adotada por diversas nações e áreas, como França, México, Finlândia, Holanda, Portugal, Estados Unidos e, mais recentemente, o Brasil. As justificativas para tais políticas englobam desde a melhoria do desempenho dos alunos até a redução de distrações durante as aulas e avaliações, bem como a promoção da interação social e a diminuição do cyberbullying. No entanto, é necessário ponderar sobre questões críticas relacionadas a essas medidas. Embora o intuito primordial seja fomentar um ambiente escolar mais produtivo e seguro, a proibição do uso de celulares pode negligenciar as raízes do uso excessivo desses dispositivos. Além disso, essa abordagem pode adotar uma postura punitiva em vez de educativa, deixando de instruir os alunos sobre o uso responsável e crítico dos celulares, o que pode resultar em uma lacuna de preparação para lidar equilibradamente com a tecnologia fora do contexto escolar, onde não existem restrições. Adicionalmente, a implementação e fiscalização da proibição podem se mostrar desafiadoras, especialmente em instituições maiores ou em regiões com recursos limitados (Zuin e Zuin, 2023).

Outro aspecto relevante a considerar é o potencial impacto na liberdade dos estudantes e em sua capacidade de comunicação e acesso rápido e eficiente à

informação, especialmente em situações de emergência. Embora a redução do cyberbullying e a promoção da segurança sejam preocupações válidas, tais questões podem ser mais efetivamente abordadas por meio de políticas educacionais que estimulem o uso ético e responsável da tecnologia, aliadas a programas de conscientização e apoio emocional. Logo, embora a proibição do uso de celulares possa representar uma resposta imediata a determinados desafios, uma abordagem mais abrangente, fundamentada na educação, pode se mostrar necessária para lidar de forma eficaz com as complexidades do uso de tecnologia nas escolas e na sociedade em geral (Cruz, 2021).

2.3 Uso Excessivo x Desempenho Escolar

O período pós-pandemia destacou um problema crescente: o uso excessivo de telas e celulares por crianças, amplificado pela necessidade de realizar tarefas escolares em casa. Esse uso excessivo gerou impactos significativos, incluindo prejuízos cognitivos, sociais e emocionais. Estudos demonstram que o excesso de exposição a telas pode afetar o desenvolvimento de habilidades sociais e emocionais, essenciais para a interação e comunicação interpessoal.

Entre os prejuízos mais documentados estão dificuldades de atenção e concentração, diminuição da qualidade do sono e aumento de problemas relacionados ao sedentarismo, como obesidade infantil. Além disso, o excesso de estímulo digital pode contribuir para dificuldades em processos de aprendizagem, como leitura e escrita, visto que a criança fica habituada a um ambiente de gratificação instantânea e pouca paciência para atividades que exigem concentração prolongada.

Ainda assim, as tecnologias podem ter benefícios se usadas de forma equilibrada, com limites de tempo e objetivos claros. Nesse contexto, o papel dos pais, cuidadores e educadores é fundamental para mediar o uso de dispositivos e incentivar atividades presenciais e sociais, ajudando a equilibrar a influência do digital no desenvolvimento das crianças. (Sibilia, 2022).

Após período pós pandemia, ficou difícil a vida retornar ao normal, as crianças já haviam mudado de estilo de vida, e os pais muitas vezes não perceberam os

efeitos negativos provocados por exagero do uso do celular. Nesse contexto, Sibilia(2022, p.125) afirma:

O uso excessivo ou inadequado de dispositivos digitais por crianças e adolescentes está ligado ao aumento dos índices de ansiedade e depressão, distúrbios de atenção, atraso no desenvolvimento cognitivo e da linguagem, miopia, sobrepeso, problemas de sono, riscos de abuso e vitimização sexual, ameaças à privacidade e de uso de dados pessoais, além de risco de vícios em jogos eletrônicos e uso de aplicativos.

Segundo Cruz (2021), além de aspectos sociais e psíquicos, os jovens ao serem expostos por muito tempo a tela do celular, podem ter prejuízos de ordem biológica, quando se refere a sono/vigília e o prejuízo à visão com exposição de luz de eletrônicos.

A respeito do tema em discussão veja o que defende Nagumo e Teles (2023, p.62):

Os aparelhos tecnológicos têm acarretado altos riscos para a infância que sofre alterações como a obesidade, o déficit de atenção e outras dificuldades na aprendizagem. Além dessas preocupações, existe o fato de que as crianças estão cada vez mais inseridas no mundo dos adultos, deixando de viver a fase da infância. Por outro lado, é inegável a contribuição das tecnologias para a sociedade, em um contexto em que os recursos tecnológicos se têm tornado ferramentas de aprendizagem e de trabalho, por facilitar o processo de pesquisa, além de contribuir com a interação e aproximação de diversas culturas.

Em consonância Sibilia (2022) faz uma alerta ao afirmar que a Unesco, recomenda que os sistemas de ensino devem capacitar as pessoas a usarem as tecnologias digitais. A autora, defende que o uso do celular na sala de aula pode afetar a memória e compreensão dos assuntos, bem como distrair os alunos e levá-los a se envolver em atividades não relacionadas à escola.

O excesso do uso do celular, por criança, atrapalha a socialização dos estudantes, não se pode negar que provoca a distração, baixa disciplina e instabilidade emocional. Muitos pais, não sabem dos perigos ocasionados pelo uso do celular, cabendo assim as escolas, as mídias em geral alertá-los sobre os riscos iminentes nos quais as crianças estão expostas cotidianamente. Cabe aos pais, o controle das atividades diárias das crianças pequenas, organizar rotinas com espaço para a ludicidade e o diálogo em familiar (Sibilia, 2022).

Faz-se necessário a criação de campanhas de conscientização sobre os usos e controle do aparelho celular por crianças pequenas, pois estas ainda não têm conhecimento suficiente para escolher o que podem ou não ter acesso. Para Cruz (2021) é necessário ensinar aos estudantes que a possibilidade de acesso às informações pelo celular onde e quando quiserem não significa que eles devam fazer isso a todo o momento.

Nagumo e Teles (2023) aponta pontos negativos do uso excessivo do celular entre eles: Potencial para distração: aumentar os riscos de cyberbullying problemas relacionados à segurança online dos alunos, o isolamento social e à diminuição da interação face a face entre os alunos. Prejuízos quanto a concentração dos alunos.

3 Considerações Finais

Durante a pandemia, o isolamento social transformou significativamente a rotina das famílias, restringindo as atividades ao ambiente doméstico. Nessa nova realidade, o celular tornou-se uma ferramenta central para as mais diversas funções, desde o entretenimento até a educação. As crianças, por exemplo, passaram a utilizar o celular como principal meio para acompanhar aulas remotas e realizar tarefas escolares. Entretanto, o uso do aparelho para outras finalidades, como jogos digitais e vídeos, tornou-se um desafio para pais e educadores, dificultando o controle sobre o tempo de tela. Relatos indicam, no entanto, que a maioria das crianças, nesse período, ainda não fazia uso ativo de redes sociais.

Essa situação destaca a necessidade de atenção redobrada ao uso da tecnologia por crianças e adolescentes. Embora o mundo virtual ofereça benefícios potenciais ao desenvolvimento, como o estímulo à criatividade, o aprendizado e a interação social, é essencial que seu uso seja controlado e orientado.

O uso problemático da tecnologia deve ser analisado no contexto sociocultural em que está inserido, considerando suas funções compensatórias, gratificações e os impactos no bem-estar emocional. Fatores como a psicodinâmica de cada indivíduo e aspectos neurobiológicos também desempenham um papel crucial na forma como a tecnologia influencia a vida das crianças.

À medida que a frequência do uso de dispositivos digitais e da internet tende a crescer, é fundamental compreender suas consequências na formação infantil. Estudos indicam que, com moderação e supervisão, a tecnologia pode ser uma aliada no desenvolvimento cognitivo e social das crianças. No entanto, o uso excessivo ou descontrolado pode acarretar impactos negativos, como dependência, problemas de saúde mental e dificuldades de socialização.

Por isso, é primordial que pais, educadores e demais responsáveis incentivem o uso moderado da tecnologia, promovendo um equilíbrio saudável entre as atividades digitais e experiências no mundo real. O acompanhamento próximo e a orientação adequada podem transformar a tecnologia em uma ferramenta poderosa para o aprendizado e a construção de habilidades essenciais, sem comprometer o desenvolvimento pleno e saudável das crianças.

A falta de regulamentação e controle de qualidade do conteúdo online representa um desafio significativo para a educação digital. O conteúdo digital é predominantemente produzido por grupos dominantes, o que perpetua desigualdades de acesso e oportunidades educacionais.

O cenário educacional no Brasil enfrenta desafios significativos que exigem uma abordagem ampla e integrada para reduzir desigualdades e elevar o desempenho acadêmico. A inclusão do impacto do uso excessivo de celulares e telas em discussões políticas e práticas educacionais é fundamental para abordar os problemas contemporâneos que afetam diretamente o ambiente de aprendizado e o desenvolvimento dos estudantes. A influência das telas sobre a atenção, memória e habilidades socioemocionais torna-se especialmente relevante em um sistema educacional já marcado por diferenças de acesso a recursos e oportunidades de aprendizagem.

A crescente presença das tecnologias digitais na vida de crianças e adolescentes exige um olhar atento por parte de todos os agentes envolvidos na educação. Para promover uma transformação efetiva e positiva, é fundamental que os resultados de estudos sobre os impactos das mídias digitais sejam incorporados à formulação de políticas públicas.

Entre as medidas prioritárias, destaca-se a necessidade de implementar diretrizes claras sobre o uso de dispositivos eletrônicos tanto nas escolas quanto nos lares.

Essas diretrizes devem ser complementadas por programas de educação digital direcionados a alunos e pais, com o objetivo de conscientizar sobre práticas saudáveis e equilibradas no uso da tecnologia.

A articulação entre governo, educadores, famílias e sociedade civil é indispensável para criar um ambiente educativo que integre a tecnologia de maneira responsável. Essa colaboração pode não apenas mitigar os potenciais efeitos negativos das novas mídias, como também potencializar seus benefícios, utilizando-as como ferramentas para enriquecer o aprendizado e promover o desenvolvimento integral dos jovens.

Um sistema educacional que realmente prepare os estudantes para os desafios do futuro deve ir além de investimentos em infraestrutura e recursos tecnológicos. É necessário aprofundar a compreensão dos impactos psicológicos e cognitivos das novas mídias, buscando soluções que fortaleçam o aprendizado e promovam habilidades como pensamento crítico, criatividade, e resiliência emocional.

Ao equilibrar os avanços tecnológicos com uma abordagem pedagógica centrada no bem-estar e no crescimento integral dos estudantes, é possível construir um modelo educativo que não apenas acompanhe as mudanças do mundo contemporâneo, mas também contribua para formar cidadãos mais conscientes, preparados e humanizados.

4 Referências Bibliográficas

CRUZ, Fernanda Alves Davidoff. **O impacto do uso de mídias digitais na qualidade de vida de adolescentes**. ed.2. Editora Atlas. São Paulo, 2021.

MONTANG, C; et al. **Transtorno de comunicação na Internet e a estrutura do cérebro humano**. ed.1. Editora Saraiva. São Paulo, 2023.

NAGUMO, Estevon; TELES, Lucio França. **O uso do celular por estudantes na escola: motivos e desdobramentos**. ed.1. Editora Manole. São Paulo, 2023.

PRETTO, N. de L. **Reflexões: ativismo, redes sociais e educação**. ed.3. Editora UFBA. Salvador, 2023.

SANTAELLA, L.; LEMOS, R. **Redes sociais digitais: a cognição conectiva do Twitter**. ed.3. Editora Paulus. São Paulo, 2023.

SIBILIA, P. **Redes ou paredes:** a escola em tempos de dispersão. Tradução de Vera Ribeiro. ed.3. Editora Contraponto. Rio de Janeiro, 2022.

ZUIN, Vania Gomes; ZUIN, Antonio Alvares Soares. **O celular na escola e o fim pedagógico.** ed.1. Editora Atlas. São Paulo, 2023.