

“Impactos do uso de celulares por crianças e adolescentes nas escolas e a proibição em sala de aula”

Senado Federal - Comissão de Educação e Cultura

Audiência Pública - 18/11/2024

Sen. Eduardo Girão e Sen. Flávio Arns

Cristiano Nabuco

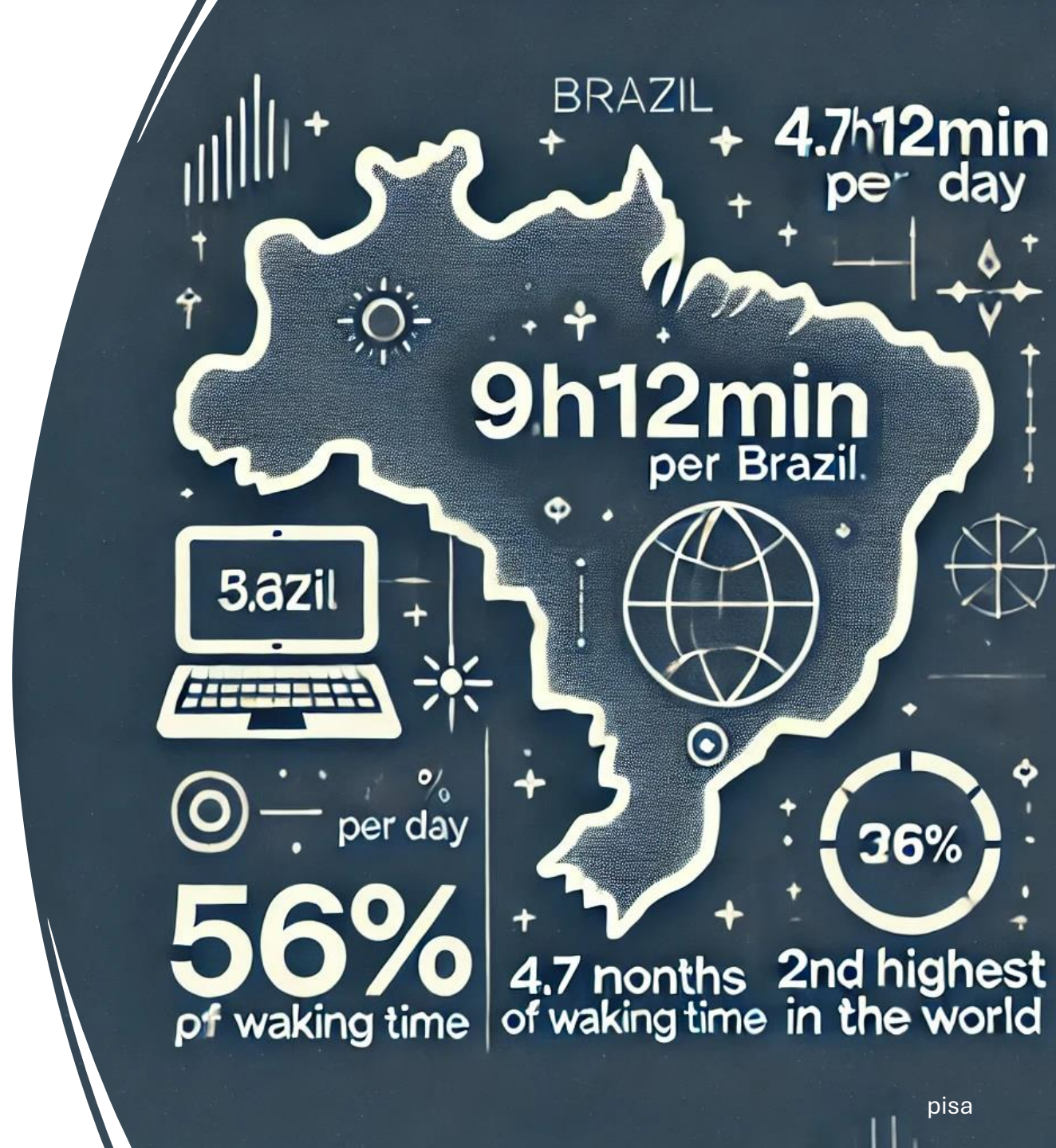




BRASIL

E o Uso de Telas

- **2º país no mundo** em tempo gasto na internet por dia com **9h12min**.
- **4,7 meses do ano** são despendidos em frente a uma tela.
- **56% do tempo despertos**, estamos deslizando os dedos nos dispositivos digitais.



— Colunas e Artigos

Quase metade dos alunos brasileiros se distrai com celular em aula



Autor

Mariana Mandelli
Coordenadora de comunicação

+ SOBRE O AUTOR

Dados do Pisa impulsionam debate urgente sobre uso de tecnologias nas escolas

Quase metade dos estudantes brasileiros afirma se distrair com celulares durante as aulas. Segundo o mais recente Programa Internacional de Avaliação de Alunos (Pisa), divulgado no início de dezembro, a porcentagem do Brasil (45,1%) é superior à média da Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Econômico (OCDE), entidade que aplica o exame a cada três anos: 30,5%. Estes dados ganharam as manchetes nos últimos dias e reforçam a discussão sobre a diferença entre a utilização irrestrita e o [uso intencional e pedagógico](#) desses aparelhos no ambiente escolar.

FONTE: <https://www.tecmundo.com.br/internet/271482-celular-sala-aula-vantagens-processos-aprendizagem.htm>



BRASIL

Corpo em Alerta: Reflexos do Uso Excessivo da Tecnologia

1. Problemas de postura e sedentarismo

Aumento do **risco de obesidade** infantil.

Problemas **musculoesqueléticos** como a **diminuição da densidade mineral óssea** (osteoporose e riscos fraturas vida adulta).

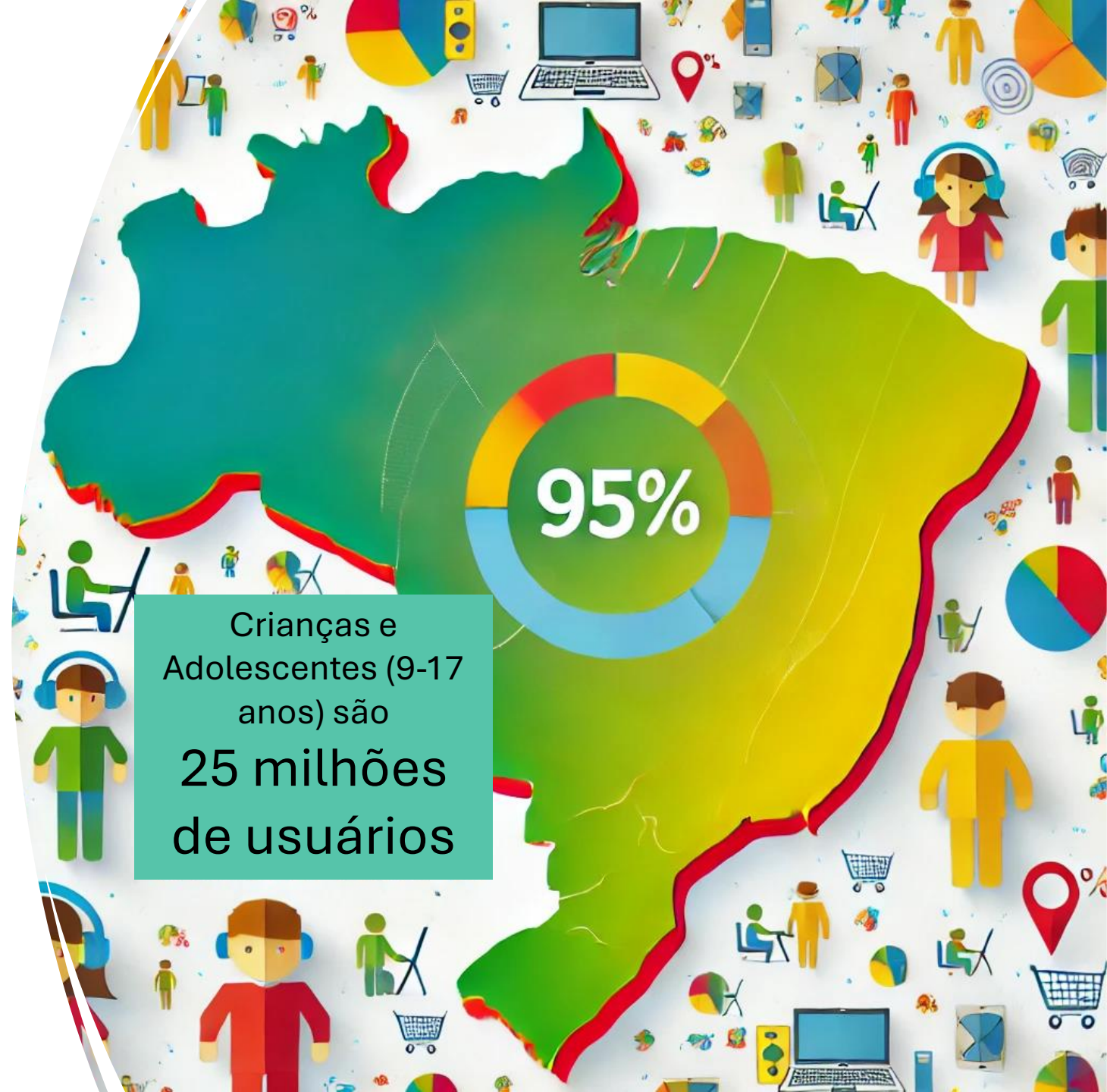
2. Impactos no sono

Exposição à luz azul afeta o **relógio biológico** e os ciclos de sono como, por ex., **GH**.

3. Visão e neurobiologia

Aumento de casos em 70% (CBO) **miopia** em **usuários (0-19 anos) expostos** por longos períodos a **telas**; em **2050**, cerca de **740 milhões de jovens** poderão ser **míopes** (*British Journal of Ophthalmology*).

Efeitos no **desenvolvimento cerebral**



BRASIL

O Futuro da Saúde Mental em Risco

1. Aumento de transtornos psicológicos

Ansiedade, depressão e insônia relacionadas à **exposição excessiva**.

Maior prevalência de transtornos de déficit de atenção e hiperatividade (TDAH) devido à **sobrecarga sensorial** e falta de **pausas**.

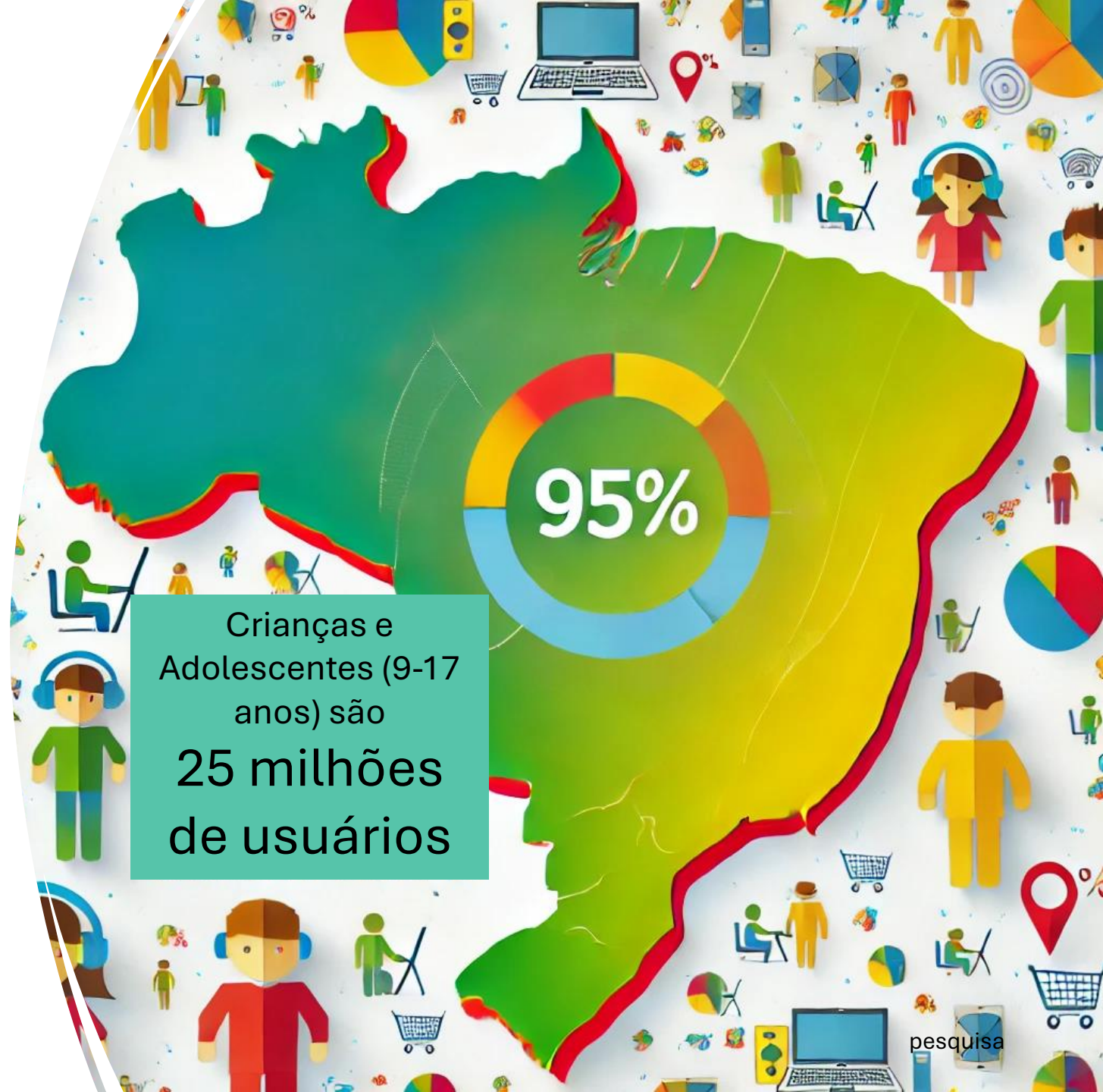
2. Impactos cognitivos

Prejuízo atencional, memória de longo-prazo comprometida, pensamento criativo etc.

3. Isolamento social

Redução das interações presenciais, o que pode **limitar o desenvolvimento** de habilidades **socioemocionais**

4. Dependência tecnológica



O Impacto da Internet na Vida Escolar e Saúde das Crianças e Adolescentes

O artigo apresenta uma **investigação inédita**, e seus achados são verdadeiramente alarmantes, ressaltando a **urgente necessidade** de uma abordagem **mais cautelosa** quanto ao **uso de telas digitais** nas salas de aula.

RESEARCH ARTICLE

DOI: 10.4274/cjms.2024.2022-23

Cyprus J Med Sci 2024;9(4):241-248

CYPRUS
JOURNAL OF MEDICAL SCIENCES

Internet Addiction of School-Age Children and the Effects of Daily Habits

© Sevim Onguner, © Şanlıay Şahin, © Meltem Akçaboy, © Esma Altınel Açoğlu, © Melahat Melek Oğuz, © Hüsnüye Yücel, © Emine Polat, © Fatma Zehra Öztekin Çelebi, © Saliha Şenel

Department of Pediatrics, University of Health Sciences Türkiye, Dr. Sami Ulus Maternity and Children's Research Hospital, Ankara, Türkiye

Abstract

BACKGROUND/AIMS: Internet use among school-age children has increased, and the age at first contact with a mobile device has decreased. Although the elucidation of the risks and health problems due to excessive internet usage by parents and health professionals has led to children developing a perspective on and normalized the comprehension of classes that are accessed through the internet at home. All previous studies focused only on limited age groups, such as preschool, adolescents, and adults (university students).

MATERIALS AND METHODS: This study was conducted at a tertiary research hospital in April-October 2019 with the participation of parents of 320 children who were given a questionnaire in addition to the Young Internet Addiction Test-Short Form.

RESULTS: The data revealed that 33% of children had first contact with mobile devices between the age of 5 and 9. It was found that 18.4% of respondents had problematic internet use and 7.2% had internet addiction. Moreover, while 26% of the children postponed toilet use while engaged with mobile devices, 6% experienced digestion problems, 31% encountered eye-related complaints, 6% had urinary problems, and 22% had musculoskeletal problems due to internet usage. When parents considered their children's daily self-hygiene or self-needs, 11% indicated that their children tended to postpone these issues significantly in terms of IA.

CONCLUSION: To the best of our knowledge, this study is the first to include a school-age population aged 7-18 years. Therefore, our objective was not only to research the sociodemographic features, the duration spent on the virtual environment, the frequency and type of virtual media use, but also to evaluate the current situation of IA among children, raising awareness due to the health and security risks that IA may cause and to highlight the prevention of those risks, Internet usage must be examined on healthy child visits to identify the effects on children's and adolescents' physical and mental health.

Keywords: Children, game addiction, internet addiction, social media, self-care

1) Prevalência de uso problemático e vício em internet

- **25,6% das crianças** apresentaram problemas de **uso prejudicial** ou vício em internet.
- **Uma em cada quatro** crianças enfrenta **problemas** relacionados ao **uso excessivo** da internet.



2) Idade de contato inicial com dispositivos móveis

- **33% das crianças** tiveram o **primeiro contato** com dispositivos móveis entre **5 e 9 anos**.
- **Crianças** que começaram a usar dispositivos em **idades mais jovens** apresentaram maior **risco** de desenvolver **vício em internet**.



3) Impactos físicos e hábitos de saúde

- 31% das crianças relataram **problemas oculares** relacionados ao uso de dispositivos, incluindo ardência, dor e inflamação.
- 22% apresentaram **problemas musculoesqueléticos**, como dores no pescoço, costas e ombros.
- 26% adiaram **necessidades fisiológicas**, como o uso do banheiro, enquanto usavam dispositivos, **resultando em problemas digestivos e urinários**.



4) Higiene pessoal e rotinas de autocuidado

- **11% dos usuários** atrasaram/negligenciam rotinas diárias de **higiene e autocuidado** devido ao **uso de dispositivos**.



5) Problemas psicossociais e familiares

- Crianças com **maior uso de internet** apresentaram baixa interação social, com **9% adiando atividades sociais** e **21% adiando práticas esportivas**.
- **Problemas de relacionamento** com familiares e colegas foram observados em **9% dos casos**.



6) Desempenho acadêmico e efeitos emocionais

- A **exposição prolongada** à internet foi associada a **desempenho acadêmico inferior** e sintomas emocionais como **ansiedade (12%)**, **solidão (5%)**, **tédio (46%)** e **agressividade (4%)**.



7) Influência de anúncios e redes sociais

- Uso de redes sociais estavam **significativamente associados** ao aumento do risco de **vício em internet** (*self-harm behavior*).
- **Crianças** com acesso a **dispositivos próprios** e redes sociais apresentaram maior risco
- Um maior uso para **jogos** e **compartilhamento de conteúdos** estava correlacionado ao **vício**.



Países que implementaram restrição das telas digitais nas escolas

- **França:** Desde 2018, proibiu o uso de celulares para estudantes de 3 a 15 anos, permitindo exceções para atividades pedagógicas ou necessidades específicas.
- **Holanda:** Em julho de 2023 a proibição de celulares, tablets e relógios inteligentes nas salas de aula, com implementação gradual.
- **Finlândia:** Em 2023, divulgou planos para restringir o uso de celulares em ambientes escolares, seguindo tendências observadas em outros países europeus.
- **Espanha, Grécia, Suíça, México** etc.



Qual direção seguir?

- Uma **reflexão necessária** como um **primeiro passo** de uma “**educação digital consciente e responsável.**”
- **Importante** ensinar “**educação midiática**”.
- Dar voz aos **pais, alunos, escola, especialistas etc.** para discussão do tema.
- Enviaremos uma **proposta de pesquisa** com o público escolar.

Restringir ou não
o uso de
celulares nas
escolas?

SIM!
Urgentemente.





MATERA[®]



Dr. Cristiano Nabuco
www.associacaomatera.org.br
@associacaomatera
@cristianonabuco