

Formatando uma personalidade pelo uso moderado e estipulado das telas

Dr. Fabiano de Abreu Agrela Rodrigues¹

deabreu.fabiano@gmail.com

RESUMO

A expansão do uso da internet atingiu também a educação, tanto escolas como universidades buscam esse mecanismo para se tornar públicas, diante disso criam páginas na rede com perfil mecânico e semelhante, a maioria demonstra a linha de ensino e o funcionamento da instituição. De que forma o uso das tecnologias digitais afetam os adolescentes em âmbito social, afetivo e educacional? Vários são os problemas encontrados, entre eles podemos citar os mais relevantes: os conflitos familiares, decorrentes do distanciamento e da ausência de diálogo; a predominância de relações superficiais e de falsa intimidade e a ilusão de que tudo é possível; dificuldades de aprendizagem decorrentes da dependência da internet, transtornos de ansiedade e déficit de atenção. As mudanças provocadas com o advento da tecnologia trazem à tona questionamentos em relação à postura de qualquer profissional e, sobretudo, do profissional da educação diante do seu compromisso frente aos seus aprendizes e da sociedade a qual ele pertence. O colégio que insere a tecnologia desde a educação infantil, até o Ensino Médio realiza o letramento digital como ferramenta para construção do conhecimento, para os alunos tirarem proveito positivo da tecnologia na construção de conhecimento, projeto de vida e fluência digital.

Palavras-chave: uso da internet; educação; dependência da internet.

Correspondencia: deabreu.fabiano@gmail.com

Artículo recibido: 20 julio 2022. Aceptado para publicación: 10 agosto 2022.

Conflictos de Interés: Ninguna que declarar

Todo el contenido de **Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar**, publicados en este sitio están disponibles bajo

Licencia [Creative Commons](#) 

Como citar: Agrela Rodrigues, F. A. (2022) Formatando uma personalidade pelo uso moderado e estipulado das telas.

Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, 6(4) 2761-2772. DOI: https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i4.2796

¹ PhD em neurociências, mestre em psicologia, licenciado em biologia e história; também tecnólogo em antropologia com várias formações nacionais e internacionais em neurociências. É diretor do Centro de Pesquisas e Análises Heráclito (CPAH), Cientista no Hospital Universitário Martin Dockweiler, Chefe do Departamento de Ciências e Tecnologia da Logos University International, Membro ativo da Redilat - La Red de Investigadores Latino-americanos, do comitê científico da Ciência Latina, da Society for Neuroscience, maior sociedade de neurociências do mundo nos Estados Unidos e professor nas universidades; de medicina da UDABOL na Bolívia, Escuela Europea de Negócios na Espanha, FABIC do Brasil, investigador cientista na Universidad Santander de México e membro-sócio da APBE - Associação Portuguesa de Biologia Evolutiva.

Formatting a personality through moderate use and stipulation of the screens

ABSTRACT

The expansion of Internet use has also reached education, both schools and universities seek this mechanism to become public, so they create web pages with a mechanical and similar profile, most of them showing the teaching line and the operation of the institution. How does the use of digital technologies affect adolescents socially, affectively, and educationally? There are several problems found, among them we can mention the most relevant: family conflicts, resulting from the distance and absence of dialogue; the predominance of superficial relationships and false intimacy and the illusion that everything is possible; learning difficulties resulting from Internet addiction, anxiety disorders, and attention deficit. The changes brought about by the advent of technology bring up questions regarding the attitude of any professional and, above all, of the education professional regarding his commitment to his learners and to the society to which he belongs. The school that inserts technology from kindergarten to high school performs digital literacy as a tool for knowledge construction, for students to take positive advantage of technology in the construction of knowledge, life project, and digital fluency.

Keywords: *internet use; education; internet dependence*

1. INTRODUÇÃO

As redes sociais trazem mais problemas do que soluções para a vida das crianças que crescem e se desenvolvem com a utilização delas, de uma forma que quando se fala sobre o uso de telas na infância, sempre vinculamos as redes sociais e os prejuízos causados por essa utilização (NOBRE et al., 2021).

Porém, sabemos que no mundo atual o uso de tela torna-se inevitável, se tentarmos criar as crianças sem a utilização de telas em casa, elas terão acesso a isso de alguma outra maneira, seja em bibliotecas, seja na escola, seja com as telas de outros amigos e colegas, e o acesso a essa tela em outros lugares pode despertar uma curiosidade maior nessas crianças, já que esse acesso não é liberado em casa (ARANTES, 2021).

Diante dessa perspectiva e dessa situação mundial, é questionado como é possível formatar uma cultura, uma educação e uma personalidade de forma que a criança e o indivíduo após o crescimento saibam utilizar melhor a tela?

O presente estudo, tem como objetivo discutir, mediante o olhar psicopedagógico, as consequências do uso indiscriminado de tecnologias digitais pelos adolescentes. Nesse contexto podemos citar como exemplo pais que usam as telas indiscriminadamente o que promovem aos seus filhos “aprendizagem por modelagem”. Na educação infantil ou em qualquer outro segmento e aí podemos até falar até de Ensino Superior, a tecnologia pode favorecer, desde que esteja a favor da aprendizagem, e não a favor da dispersão ou à distração do aluno, depende de como o colégio, universidade, faculdade, etc., está fazendo o uso desse recurso. A tela e a tecnologia não são os problemas (ABREU, 2013).

2. REVISÃO DE LITERATURA

O uso dos computadores na educação não pode mais ser questionado, porém não se deve adotá-lo como uma solução utópica para os problemas educacionais. Se a realidade atual mostra grandes transformações em todas as áreas da vida humana, os movimentos e as práticas educacionais não estão, e nem poderiam estar, alheios a esses fatos. "A educação faz parte desse tecido social e sua participação no contexto da sociedade é de grande relevância, não só pela formação dos cidadãos que atuam nesta sociedade, mas é principalmente, pelo potencial criativo que ao homem está destinado no seu próprio processo de desenvolvimento (BIEGINING, 2013).

O surgimento e a expansão da internet estão relacionados ao processo de globalização, que tem proporcionado uma mudança estrutural nas sociedades contemporâneas ou pós-

modernas. A crescente propagação de estudos que enfocam os comportamentos e o envolvimento com as novas tecnologias, vem suscitando questionamentos e discussões entre pesquisadores e educadores. As inúmeras indagações acerca das condutas e regras que constituem o mundo virtual por parte dos adolescentes, demonstram que nos encontramos na presença de um fenômeno ainda pouco explorado que tem gerado vários desafios para aqueles envolvidos na educação dessa geração.

A percepção do mundo que o aluno tem é totalmente diferente da que se tinha há alguns anos atrás, hoje ele está preparado para trabalhar com múltiplas telas, o professor tinha medo de perder seu lugar, pois houve um tempo em que se colocava a tecnologia num papel onde se poderia tirar o emprego do professor, levando a atenção do aluno para outras questões. O professor é que precisava se ver dentro desse processo como mediador. Os colégios precisam se adequar a esse novo momento. O mundo passou, e continua passando, por uma revolução digital. Quando surgiu a pandemia, todos já estavam acostumados ao uso da tecnologia, era somente mais uma adaptação a ser feita com o uso das telas. As aulas online, o que no princípio foi complicado, mas depois, com o uso constante da tecnologia, tanto para os alunos como para os professores, tudo foi se encaixando. Se não fosse a tecnologia, nesse momento pandêmico, o processo de educação não iria ter continuidade.

Trabalhar com a educação é uma experiência que proporciona um aprendizado da transformação de informações em conhecimento, e este conhecimento em sabedoria. É isto que dá ao ser humano o poder de saber optar refletindo e até gerenciando autonomamente suas opções; para isso a inteligência possibilita condições de transferir os conhecimentos de uma área para outra, fazendo assim, a inter-relação dos conhecimentos já estruturados (HABIGZANG, 2014).

3. DISCUSSÃO

Se a criança for condicionada desde pequena a ter um uso moderado de tela com horários definidos, e que nessa tela ela só tenha acesso a aplicativos e jogos que vão trazer a essa criança uma maior plasticidade cerebral, o uso de telas na infância torna-se algo interessante (MENDONÇA et al., 2021).

Por exemplo, se nas telas das crianças estiverem instalados apenas jogos de lógica, memória, que trazem um exercício do cérebro ajudando no desenvolvimento mental das crianças, e forem removidos os aplicativos como *Youtube* e outras redes sociais, além de ser retirada as notificações do aparelho, isso traz um desenvolvimento de foco na criança durante a utilização

da tela, sem a distração que estamos acostumados durante o dia-a-dia trazido pelas redes sociais e pelas constantes notificações.

Portanto é possível que o uso de tablets e celulares durante a fase infantil de 2 a 3 anos de idade seja algo produtivo, que possa trazer conhecimento e formatar uma personalidade curiosa na criança caso seja administrado dessa forma moderada e restrita (RODRIGUES, 2021). Esse é um tema bastante presente na sociedade atual, ou seja, do uso indiscriminado da tecnologia na educação. A criança nasce e já começa a desenvolver suas habilidades e aprendizagem de acordo com cada fase da vida, levando isso em conta no contexto atual a facilidade de acesso à tecnologia pelo crescimento da mesma, através de brinquedo, celular, computador, dentre outros, sendo assim, a forma que a criança observa o adulto ela desenvolve os mesmos hábitos e podem fazer o uso excessivo ou incorreto a ponto de se tornar algo prejudicial.

A internet é capaz de oferecer condições para praticamente todas as pessoas, de acordo com os seus interesses, desenvolver sites nos quais possa divulgar o que achar necessário sem haver a necessidade de adquirir uma concessão por parte do governo. A expansão do uso da internet atingiu também a educação, tanto escolas como universidades buscam esse mecanismo para se tornar públicas, diante disso criam páginas na rede com perfil mecânico e semelhante, a maioria demonstra a linha de ensino e o funcionamento da instituição.

Reforça-se a constatação de que o colégio não pode excluir-se desta realidade. Os alunos precisam sentir que seus professores são atuais e atuantes. As metodologias aplicadas pelos educadores devem corresponder às realidades vividas pelos alunos no seu dia a dia e, mais do que nunca, essas tecnologias disponíveis devem ter sua função educativa, participando e ajudando tanto ao aluno quanto ao professor, principalmente em se tratando de alunos de escolas públicas. Dentro desta perspectiva há questões sobre como preparar o professor para atuar nessa nova realidade.

É cada vez maior o tempo que as pessoas, tanto crianças como adolescentes ou adultos dedicam em frente às telas, nas redes sociais, conectados a internet. Com isso muitos hábitos, valores e formas de interação social têm sido modificados na vida e no desenvolvimento da criança e do adolescente. Em função deste cenário, alteram-se comportamentos em especial das crianças e dos adolescentes, que estão cada vez mais conectados através das diferentes ferramentas que são colocados à sua disposição diariamente. Estar conectado a uma rede é atualmente uma necessidade que auxilia muito o processo de comunicação, porém é também

um ambiente onde cada um pode se expressar da forma que desejar e onde estão disponíveis todo o tipo de informação, propaganda e conteúdo (HABIGZANG, 2014).

É imprescindível observar que a tecnologia é apontada como um meio facilitador na questão do ensino, porque os professores podem utilizar para pesquisas, fontes ilustrativas, vídeos educativos etc. Existem várias metodologias educacionais nessa área, que são muito atrativas e solicitam a interação do aluno ao mesmo tempo em que ensinam, não por memorização, mas, com entendimento do que está sendo proposto. Além disso, o mercado de trabalhos e as relações sociais estão a cada dia mais articulados por processos mediados por tecnologias digitais. Em alguns casos existem aquelas que expõem projetos diferenciados e atrativos.

O sistema de ensino em caráter presencial tende a sofrer alterações proporcionadas pela rede de computadores, nesse caso não existem barreiras físicas com muro e grades, pois a internet é aberta a todos, desse modo ocorre um grande fluxo de comunicação em nível regional ou mundial, além das trocas de informações, dados, pesquisas, experiências entre outras.

Os colégios, deveriam dar aula de informática e programação desde o início da formação dos alunos, assim como acontece com o inglês, isso facilita muito a assimilação, lógico além das disciplinas da grade curricular obrigatória. Dessa forma, poderá ser trabalhada várias situações como raciocínio lógico, questões socioemocionais dos alunos, como por exemplo, persistir, não abrir mão de um objetivo. O currículo deveria ter disciplinas eletivas que iriam integrar desde os Anos Iniciais até os Anos Finais.

A partir dos sete anos de idade, os alunos escolheriam para completar seu currículo escolar e, dentre as eletivas, os colégios poderiam ter várias escolhas de disciplinas como games, imagem, robótica, entre outras. Do 1º ao 9º ano os alunos teriam aulas de programação, que é chamada de pensamento computacional. Sempre os alunos teriam acesso ao letramento digital. Eles escolheriam sobre que área da tecnologia gostariam de atuar, o colégio deve colocar as disciplinas no mesmo nível de importância das demais. Independente de qual seja a disciplina, a tecnologia está presente nas experiências de aprendizagem.

As mudanças provocadas com o advento da tecnologia trazem à tona questionamentos em relação à postura de qualquer profissional e, sobretudo, do profissional da educação diante do seu compromisso frente a seus aprendizes e da sociedade a qual ele pertence, onde não basta conhecer, mas necessita-se diversificar a forma de trabalho e as propostas pedagógicas, que hoje têm ligação direta com o processo tecnológico emergente.

Neste sentido, a pretensão deste trabalho é a de investigar e buscar caminhos que transformem a maneira de se apresentar os conteúdos, ligando-os com o computador, buscando diversidade e inovações na sala de aula, promovidas com o uso da tecnologia. Esta iniciativa parte da constatação de que a realidade de grande parte das escolas hoje consiste na subutilização dos laboratórios de informática no desempenho das atividades docentes, com elevada taxa de ociosidade dos computadores (BIEGINING, 2013).

De que forma o uso das tecnologias digitais afetam os adolescentes em âmbito social, afetivo e educacional? Vários são os problemas encontrados, entre eles podemos citar os mais relevantes: os conflitos familiares, decorrentes do distanciamento e da ausência de diálogo; a predominância de relações superficiais e de falsa intimidade e a ilusão de que tudo é possível; dificuldades de aprendizagem decorrentes da dependência da internet, transtornos de ansiedade e déficit de atenção. Num curso de Psicopedagogia surgiu, a partir de uma observação no estágio supervisionado, o interesse de se fazer um estudo no uso excessivo das tecnologias digitais por adolescentes, poderia estar prejudicando o processo de aprendizagem. A partir deste fato, teve-se a curiosidade de entender com mais profundidade o assunto (BUCKINGHAM, 2007).

As crianças do século XXI nasceram em período no qual a tecnologia é o alicerce da manutenção das relações sociais, por conseguinte, torna-se quase uma tarefa impossível viver sem ela, pois, as crianças antes mesmo de serem alfabetizadas aprendem a utilizar a maioria dos recursos disponíveis pelos aparelhos eletrônicos de forma aleatória, sem haver objetivo específico, essa condição provoca dificuldade no processo de aprendizagem desse contingente no âmbito escolar. Sendo assim, é cada vez mais comum ver as crianças no computador dos pais digitando seu nome, ao invés de praticar sua escrita no caderno de caligrafia.

Da adolescência para a fase adulta que o convívio social aumenta, com a participação nos diferentes grupos, dos quais eles começam a pertencer, como: esportes, cursinhos, lazer, entre outros, mas nem sempre é assim, o que deveria ser uma relação de afetividade e encontro com grupos do mesmo interesse, fica em alguns casos somente a comunicação digital. Os adolescentes reconhecem que há dependentes na internet, que passam horas em frente ao computador, participando de salas de bate-papo, de jogos online ou até mesmo, surfando interminavelmente de página em página. Muitas das vezes é reflexo da própria família, que não dá atenção necessária aos filhos, ficando somente na “vida virtual”. Os pais são espelhos dos filhos.

A escola e a família são responsáveis pela transmissão e construção do conhecimento culturalmente organizado, modificando as formas de funcionamento psicológico, de acordo com as expectativas de cada ambiente. Sendo assim, ambas emergem como duas instituições fundamentais para desencadear os processos evolutivos das pessoas, atuando como propulsoras ou inibidoras do seu crescimento físico, intelectual, emocional e social. Na escola, os conteúdos curriculares asseguram a instrução e apreensão de conhecimentos, havendo uma preocupação central com o processo ensino-aprendizagem (BUCKINGHAM, 2007).

Nesse sentido, o uso desmoderado da internet pode acarretar uma confusão do real com o virtual. As tecnologias digitais vêm alterando a forma das pessoas de interagir, inibindo a interação física e gerando um comodismo, podendo causar problemas sociais como a separação do indivíduo do convívio social, chegando à solidão e à depressão. Para preencher o vazio deixado pelo isolamento social, os adolescentes se apegam às redes sociais, porque causam a impressão de que nunca estão a sós e infelizes, via amigos virtuais e compartilhamentos de informações. No entanto, quando se desconectam, a realidade se torna distorcida, como se as pessoas ao seu redor não fizessem parte do seu cotidiano, devido à falsa impressão de felicidade proporcionada pelas interações no mundo virtual.

As aulas no laboratório de informática são as mais esperadas pelos alunos. Percebe-se como é grande a expectativa para se sentarem em frente de um computador. As atividades são realizadas com mais entusiasmo e satisfação. É notável como os alunos se sentem importantes e aos poucos se tornam autônomos no uso da máquina, mesmo que os que não sabem utilizar o computador. São poucos os que não se aventuram a descobrir como funciona, vão clicando e abrindo janelas aleatoriamente, descobrindo uma infinidade de coisas.

Dados do Comitê Gestor da Internet no Brasil, apresentam que o nível de frequência de uso da internet por adolescentes para determinadas atividades como a troca de mensagens instantâneas, é bem superior ao uso para pesquisas escolares. Tornando mais sólido o fato de que os adolescentes são os mais propícios a serem afetados pelo uso intenso de tecnologias digitais. O uso individual da internet dentro do quarto está cada vez mais consolidado, devido ao individualismo em que as famílias estão vivenciando. Esses dados comprovam que o uso diário da tecnologia, sobretudo da internet, está mais para o uso de mensagens instantâneas (75%) e redes sociais (56%), via aplicativos de celulares e computadores, deixando para a quinta posição o uso para pesquisas escolares (21%).

Tudo passa pelo processo de preparação diária, porque os alunos têm um domínio do que está acontecendo no mundo digital, e o professor precisa estar conectado em busca das novidades que eles trazem. O aluno é o protagonista, e o professor é o intermediador dessa relação. Não adianta o colégio oferecer essa formação se não colocar a tecnologia à disposição do aluno e professor.

A curiosidade por esse tema surgiu justamente do contexto atual, que se tem em relação à tecnologia, no entanto, apesar de ser uma grande ferramenta nos dias atuais para o desenvolvimento dos indivíduos, percebe-se essa atenção no dia a dia dos mesmos que estão sempre procurando o celular para resolver algo, para consultar informações, conversar com amigos, familiares e fazer amizades, o fato também de sentar-se diante de uma tv, videogames, *tablet* a ponto de se tornar uma dependência comportamental por determinado objeto, sendo assim, perdendo o hábito de sentar-se numa mesa em família, conversar em diversos ambientes, enfim, esses dispositivos eletrônicos podem provocar grandes prejuízos no desenvolvimento mental e conseqüentemente no aspecto social dos seres humanos, e assim percebe-se a grande importância da Psicologia dentro dessa demanda apresentada na sociedade atual (NASCIMENTO, 2011).

A adaptação acontece logo aos dois anos de idade em muitos casos, em que as crianças já têm acesso às telas. Neste caso, deixar apenas o essencial para o desenvolvimento como aplicativos que tragam conhecimento, alfabetizam e condicionam a plasticidade. Sempre com uso moderado já que é primordial a interação dos filhos com os pais, natureza e sociedade em que vive. Formatar uma personalidade curiosa é, também, aproveitar a internet para auxiliar no conhecimento. Os pais como espelhos, devem evitar o uso indevido das telas diante dos filhos. Assim como acreditar que ao dar uma tela estará se livrando do que te tira o foco, podendo trazer prejuízos maiores no futuro. Um cérebro preventivo é inteligente e, por isso, já promove uma educação aos filhos que possa trazer uma melhor saúde mental no futuro.

Instalar aplicativos de jogos e tarefas de exercício lógico e alfabetização apenas. Não instalar redes sociais nem YouTube, remover todas as notificações e optar por aplicativos sem patrocínio. Vale a pena pagar pelos aplicativos para evitar patrocínios e que leve à vídeos ou jogos indesejáveis para o objetivo.

4. CONCLUSÃO

As mudanças provocadas com o advento da tecnologia trazem à tona questionamentos em relação à postura de qualquer profissional e, sobretudo, do profissional da educação diante do

seu compromisso frente a seus aprendizes e da sociedade a qual ele pertence, onde não basta conhecer, mas necessita-se diversificar a forma de trabalho e as propostas pedagógicas, que hoje têm ligação direta com o processo tecnológico emergente.

O colégio que insere a tecnologia desde a educação infantil, até o Ensino Médio realiza o letramento digital como ferramenta para construção do conhecimento, para os alunos tirarem proveito positivo da tecnologia na construção de conhecimento, projeto de vida e fluência digital. Os alunos chegam no colégio com uma visão de que a tecnologia é só para jogar e ver a vida dos outros. A função do colégio é ampliar as possibilidades da tecnologia. Quando se amplia, os alunos começam a ter um novo desenvolvimento e percepção das possibilidades de aprendizagem. É importante educar os alunos para usarem a tecnologia em favor da sua formação (ABREU, 2013)

Levantam diversos questionamentos de como proceder, como encaminhar, que metodologias devem ser utilizadas, qual é o principal objetivo a ser atingido nesse processo do uso das Tecnologias de Informação e Comunicações (TICs), são constantes no cotidiano de qualquer profissional e preocupa o docente, pois esta tecnologia ainda é recente no universo escolar, trazendo uma constante, que são os encaminhamentos para seu uso em todas as áreas do conhecimento, principalmente com alunos da rede pública.

Em 2018 publiquei sobre o uso da internet deixar as pessoas menos inteligentes. Justamente através dessa análise que devemos trazer mecanismos na Internet que façam o oposto já que, não podemos remover a internet da vida das pessoas e há como tirar seu proveito. Assim como condicionar desde pequeno a formatação de como usá-la. Aproveitar o que ela pode trazer de melhor em sua plasticidade cerebral com jogos que treinam o cérebro de forma positiva assim como aplicativos e consultas que ajudam no processo de aprendizagem.

REFERÊNCIAS

- ABREU, Cristiano Nabuco; EISENSTEIN, Evelyn; ESTEFENON, Susana G. Bruno. **Vivendo este mundo digital**: impactos na saúde, na educação e nos comportamentos sociais. Porto Alegre: Artmed, 2013.
- ARANTES, Maria do Carmo Batista. **Exposição e uso de dispositivo de mídia na primeira infância**. Residência Pediátrica. v. 3, n.1, p. 1-18, 2021.
- BIEGINING, Patrícia et al. **Tecnologia e novas mídias**: da educação as práticas culturais e de consumo. São Paulo: Pimenta cultural, 2013.

- BUCKINGHAM, David. **Crescer na era das mídias eletrônicas**. São Paulo: Loyola, 2007.
- CHALITA, G. **Educação: a solução está no afeto**. São Paulo: Editora Gente, 2004.
- COLL, César; MONEREO, Carlos. **Psicologia da educação virtual**. Porto Alegre: Artmed, 2010.
- CONFESSOR, F. I. C. **Novas tecnologias: desafios e perspectivas na educação**. Clube dos autores, Brasil, 2011.
- FELDMAN, Roberto S. **Introdução à psicologia**. Porto Alegre: Artmed, 2015.
- HABIGZANG, Luisa F.; DINIZ, Eva; KOLLER, Sílvia H. **Trabalhando com adolescentes: teoria e intervenção psicológica**. Porto Alegre: Artmed, 2014.
- LAITMAN, Michael; ULIANOV, Anatoly. **A psicologia da sociedade integral**. Canadá, 2011.
- MALUF, Maria Regina. **Psicologia educacional: questões contemporâneas**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2004.
- MENDONÇA, Rafaela Gois; VASCONCELOS, Geferson Messias Teles; SANTOS, Allan Dantas dos; TANAJURA, Diego Moura; MENEZES, Andreia Freire de. **Efetividade de intervenções na redução do tempo de tela: Revisão sistemática**. Research, Society and Development. v. 10, n. 9, e22410918023, 2021.
- NASCIMENTO, Maria Ines S. do. **A contribuição das redes sociais na disseminação da informação: estudo de caso do LinkedIn com profissionais da informação**. João Pessoa: UFPB, 2011.
- NARDON, F. **A relação interpessoal dos adolescentes no mundo virtual e no mundo concreto**. Trabalho de Conclusão de Curso. Criciúma: Curso de graduação em Psicologia, Universidade do Extremo Sul Catarinense, 2006.
- NOBRE, Juliana Nogueira Pontes; SANTOS, Juliana Nunes; SANTOS, Livia Rodrigues; GUEDES, Sabrina da Conceição; PEREIRA, Leiziane; COSTA, Josiane Martins; MORAIS, Rosane Luzia de Souza. **Fatores determinantes no tempo de tela de crianças na primeira infância**. Ciência & Saúde Coletiva. v. 26, n. 3, p. 1127-1136, 2021.
- NOVELLI, Ana Lúcia; MOURA, Cláudia Peixoto de; CURVELLO, João José Azevedo. **Teorias e métodos de pesquisa em comunicação organizacional e relações públicas: entre a tradição e a inovação**. Porto Alegre : Edipucrs, 2013.
- OLIVEIRA, Catarina Tereza farias de; NUNES, Márcia Vidal. **Cidadania e cultura digital: apropriações populares da internet**. Rio de Janeiro: E-papers, 2011.
- OLIVEIRA, M. K. Vygotsky: **Aprendizado e o desenvolvimento, um processo sócio-histórico**. 4.ed. São Paulo: Scipione, 1997.

- PAIVA, Natalia Morais de Noletto et al, **A influência da tecnologia na infância:** desenvolvimento ou ameaça. Portal da Psicologia, 2015.
- PAPALIA, Diane E.; FELDMAN, Ruth D. **Desenvolvimento humano.** Porto Alegre: Artmed, 2013.
- ROCHA, Maressa Ferreira de Alencar; BEZERRA, Rebeka Ellen de Alencar; GOMES, Laura de Almeida; MENDES, Alice Lins de Albuquerque Cavalcanti; LUCENA, Alinne Beserra de. **Consequências do uso excessivo de telas para a saúde infantil: uma revisão integrativa da literatura.** Research, Society and Development. v. 11, n.4, e39211427476, 2022.
- RODRIGUES, Fabiano de Abreu. **Como desenvolver uma personalidade curiosa na criança: formatando novos engramas de memória e consolidando informações como projeto de personalidade.** Ciência Latina Revista Multidisciplinar. v. 5, n. 5, p. 9734, 2021.
- SANTROCK, John W. **Adolescência.** São Paulo: Artmed, 2014.
- SILVA, Raissa Carneiro da. **Marketing da informação em redes sociais: Facebook.** Pernambuco: UFPB, 2011.
- SIQUEIRA, Mirlene Maria Matias. **Medidas do comportamento organizacional:** ferramentas de diagnóstico e de gestão. Porto Alegre: Artmed, 2008.
- VELLOSO, F. **Informática: conceitos básicos.** – 9 ed. - Rio de Janeiro: Elsevier, 2014.
- YOUNG, K.S; ABREU, C.N. **Dependência de internet:** manual e guia de avaliação e tratamento. Porto Alegre: Artmed, 2011.