

**SAÚDE MENTAL, EDUCAÇÃO E NOVAS TECNOLOGIAS: ESTUDO DOS
EFEITOS PSICOLÓGICOS, SOCIAIS E OCUPACIONAIS EM ESTUDANTES DE
PEDAGOGIA, DECORRENTES DA UTILIZAÇÃO DE INTERNET E TELEFONE
CELULAR**

TESE

DOUGLAS DANIEL AMORIM

Belo Horizonte-MG

2021

DOUGLAS DANIEL AMORIM

**SAÚDE MENTAL, EDUCAÇÃO E NOVAS TECNOLOGIAS: ESTUDO DOS
EFEITOS PSICOLÓGICOS, SOCIAIS E OCUPACIONAIS EM ESTUDANTES DE
PEDAGOGIA, DECORRENTES DA UTILIZAÇÃO DE INTERNET E TELEFONE
CELULAR**

Tese de Doutorado apresentada ao
Programa de Doutorado em
Psicologia, como requisito parcial para
obtenção do título de Doutor em
Psicologia Cognitiva.

Orientador: Prof. Dr. Fernando
Miralles.

BELO HORIZONTE- MG

2021

AGRADECIMENTOS

Aos meus pais e à minha esposa, pelo apoio incondicional e por terem compreendido as minhas ausências em vários momentos. Também agradeço à minha filha recém chegada, que certamente se orgulhará de mim num tempo futuro; pelo meu esforço, dedicação e empenho em meu aprimoramento profissional.

Ao professor orientador Fernando Miralles, por ter confiado em mim e pelo aprendizado, sempre com seriedade e profissionalismo, inspirando-me ao ponto de me tornar um ser humano mais capacitado no que diz respeito à ciência da Psicologia Cognitiva.

Aos professores e funcionários do Programa de Doutorado em Psicologia Cognitiva, pelo aprendizado e pelo auxílio em todas as demandas, em especial ao professor César Martinez, que nunca mediu esforços para contribuir com o caminhar desta pesquisa.

Em especial, à professora e amiga Carolina Santana e demais professores que aceitaram a proposta deste estudo, por disponibilizar seu tempo e sua infraestrutura na aplicação dos questionários.

Aos alunos, participantes do processo de pesquisa, obrigado pela valiosa contribuição, principalmente por se dedicarem a responder aos questionários propostos, tornando este estudo possível. Por fim, a todos aqueles que se sentem colaboradores de alguma maneira com esta tese.

EPÍGRAFE

“O correr da vida embrulha tudo.
A vida é assim: esquenta e esfria,
Aperta e daí afrouxa,
Sossega e depois desinquieta.
O que ela quer da gente é coragem...”

Guimarães Rosa

AMORIM, Douglas Daniel. **Saúde mental, educação e novas tecnologias: estudo dos impactos psicossociais em estudantes de pedagogia decorrentes da utilização de internet no telefone celular**. 2020. 201 f. Tese (Doutorado em Psicologia Cognitiva) do Programa de Pós-Graduação de Doutorado em Psicologia, Bircham International University. Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil, 2021.

RESUMO

Esta pesquisa teve como objetivo geral levantar informações importantes sobre estudantes do curso de Pedagogia de uma universidade privada brasileira em relação à forma com a qual estes sujeitos utilizam a internet e seus telefones celulares seja em casa, no trabalho ou na universidade. A amostra contemplou várias turmas do curso de Pedagogia que vão do segundo ao sétimo períodos, o que significou um número de 115 sujeitos de pesquisa. Esta tese possibilitou levantar os possíveis efeitos psicológicos, sociais e ocupacionais, decorrentes do uso dos dispositivos móveis e foi desenvolvida com o objetivo de pesquisar de que forma parte dos educadores – universitários que cursam Pedagogia – que serão os futuros responsáveis pela educação de crianças, jovens e adultos, lidam com seus telefones celulares e com a internet de um modo geral. É de extrema relevância o público-alvo desta pesquisa, afinal de contas, são esses universitários de hoje que estarão à frente de propostas pedagógicas que, conjuntamente aos psicólogos, definirão os critérios e as orientações em âmbito escolar, sobre como utilizar tais aparelhos e tecnologia em geral, de forma saudável e eficiente nas escolas. Foram utilizados questionários já validados cientificamente; as interpretações feitas sobre os resultados pertencem ao campo qualitativo, não sendo objetivo da tese fazer análises estatísticas exaustivas. Desta maneira, entende-se que seja possível tratar os dados de modo a traduzir uma aproximação sobre a relação que a amostra escolhida como público-alvo tem com seus telefones celulares e internet em ambientes variados.

Palavras-Chaves: Internet, Smartphone, Telefones Celulares, Pedagogia, Nomofobia, Psicopatologias, Dependência, Psicologia Cognitiva.

AMORIM, Douglas Daniel. **Mental health, education and new technologies: study of the psychosocial impacts on pedagogy students resulting from the use of internet on the cell phone.** 2021. 201 f. Thesis (Doctorate in Psychology) of the Graduate Program of Doctorate in Psychology, Bircham International University. Belo Horizonte, Minas Gerais, 2021.

ABSTRACT

This research had the general objective of raising important informations about students of the Pedagogy course of a private Brazilian university and is related to the way in which these subjects use the internet and their cell phones, whether at home, at work or at university. The sample included several classes in the Pedagogy course ranging from the second to the seventh periods, which meant a number of 115 research subjects. This thesis made it possible to raise the possible psychological, social and occupational effects resulting from the use of mobile devices and was developed with the aim of understanding how part of the future educators - university students studying Pedagogy - and who will be the future responsible for the education of children, young people and adults deal with their cell phones and internet. After all, it is these university students of today who will be in charge of pedagogical proposals that, together with psychologists, will define the criteria and guidelines at school level on how to use such devices and technology in general, in a healthy and efficient way in schools. Questionnaires that have already been scientifically validated were used, and the interpretations made about the results belong to the qualitative field, thus not aiming at exhaustive statistical analyzes. In this way, it is understood that it is possible to make an approximation about the relationship that the chosen sample has with their cell phones on the internet and varied environments.

Keywords: Internet, Smartphone, Cell Phones, Pedagogy, Nomophobia, Psychopathologies, Dependence, Cognitive Psychology.

Sumário

1	INTRODUÇÃO	11
1.1	Delimitação da pesquisa e tema	11
1.2	Problema e hipóteses	12
1.3	Objetivo geral.....	14
1.4	Objetivos específicos	14
1.5	Tese.....	15
1.6	Justificativa	15
1.7	Procedimentos metodológicos	18
1.8	Referenciais teóricos	19
2	COMUNICAÇÃO HUMANA – DAS PINTURAS RUPESTRES AO JORNAL	20
2.1	Comunicação no Brasil: dos jornais à internet, passando pelo telefone celular....	21
3	CIBERESPAÇO: O NOVO LÓCUS DE RELACIONAMENTO SOCIAL	33
3.1	Principais redes sociais e aplicativos utilizados no Brasil	39
4	NOMOFOBIA: DEPENDÊNCIA DO TELEFONE CELULAR E DA INTERNET ...	44
5	TRANSTORNOS PSICOLÓGICOS RELACIONADOS À DEPENDÊNCIA DE TECNOLOGIA	52
5.1	Uso de tecnologia no mundo do trabalho.....	39
5.2	Uso de tecnologia nas escolas	23
5.3	Transtorno do Pânico e Nomofobia	25
5.4	Transtorno de Ansiedade Social e Nomofobia.....	26
5.5	Depressão e Nomofobia	26
5.6	Transtorno Obsessivo Compulsivo e Nomofobia	66
5.7	Condições emocionais gerais e Nomofobia	69
6	SAÚDE MENTAL DOS PAIS E O CÉREBRO DOS SEUS FILHOS	71
6.1	Perigos armadilhas da internet	81
6.2	Relações entre Nomofobia e personalidade narcisista	84
7	NOVAS TECNOLOGIAS X ESCOLA - QUAL O PAPEL DO PEDAGOGO/PROFESSOR NO ENSINO DAS TIC's?	91
6.1	Vídeogames: uma das de utilização das TIC's no campo educacional	101
6.2	Somando forças: escola-professores-alunos e TIC's.....	106

8	BREVE HISTÓRICO SOBRE A FORMAÇÃO DO PEDAGOGO NO BRASIL ..	109
8.1	A escola do século XXI e os novos paradigmas	112
9	TRABALHO DE CAMPO/ METODOLOGIA DA PESQUISA	118
9.1	Questionários Pré-teste	119
9.2	Amostra do estudo.....	121
9.3	Análise de dados	122
9.4	Questionário 01 – Teste de Dependência da Internet (Internet Addiction Test - IAT).....	125
9.5	Análise categorizada das perguntas do questionário.....	135
9.5.1	Trabalho e tarefas.....	137
9.5.2	Reações emocionais profundas.....	137
9.5.3	Relacionamento interpessoal	140
9.5.4	Fissura	141
9.5.5	Consciência de Excesso	143
9.6	Questionário 02 – Teste de Dependência do telefone celular – TC (Mobile Phone Addiction Test – MPAT)	144
9.7	Análise categorizada das perguntas do questionário MPAT	157
9.7.1	Relação com o aparelho ao se estar fora de casa.....	158
9.7.2	Aparelho como segurança para a saúde.....	159
9.7.3	Reações emocionais intensas/falta de bateria.....	160
9.7.4	Proximidade ao aparelho	162
9.7.5	Necessidade do aparelho ligado 100% do tempo.....	164
9.7.6	Conforto mental com o contato	165
9.7.7	Frequência de uso.....	166
10	CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	168
	Referências Bibliográficas	174
	Apêndice A - Questionário 01 – Teste de Dependência da Internet (Internet Addiction Test - IAT)	189
	Anexo 2 - Questionário 02 – Teste de Dependência do telefone celular – TC (Mobile Phone Addiction Test – MPAT).....	191

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

ADSL - Asymmetric Digital Subscriber Line

ANATEL - Agência Nacional de Telecomunicações

ANFOPE - Associação Nacional pela Formação dos Profissionais da Educação.

APA - American Psychological Association

APP – Application Program

BDTD - Biblioteca Digital Brasileira de Teses e Dissertações

CAPES - Coordenação de Avaliação de Pessoal de Nível Superior

CID – Clasificação Internacional de Doenças

CNE – Conselho Nacional de Educação

DSM-V – Manual Diagnóstico de Transtornos Mentais e de Comportamento, 5 edição.

Ead – Ensino à Distância

GEACE - Grupo Executivo para a Aplicação de Computadores Eletrônicos

GEIA - Grupo de Estudos da Indústria Automobilística

GEICON - Grupo Executivo de Indústria da Construção Naval

GPS - Geopositioning System

IAT - Internet Addiction Test

IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística

IBM - International Business Machines

IMC – Índice de Massa Corporal

IME - Instituto Militar de Engenharia

IOS – Sistema Operacional Móvel da Apple

IPUB – Instituto de Psiquiatria da Universidade Federal do Rio de Janeiro

ISEs - Institutos Superiores de Educação

ISI – Web of Science

ITA - Instituto Tecnológico Aeronáutico

LABPR - Laboratório de Pânico e Respiração

LDBEN – Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional

MPAT - Mobile Phone Addiction Test

NEC – Nippon Electric Company

OMS – Organização Mundial de Saúde

PNAD - Pesquisa Nacional de Amostras por Domicílio

PUC – Pontifícia Universidade Católica

RNP - Rede Nacional de Pesquisas

SARSCOV-2 - Síndrome Respiratória Aguda Grave – Coronavírus 2

SMS - Short Message System

TIC – Tecnologia de Informação e Comunicação

TOC – Transtorno Obsessivo Compulsivo

UFMG – Universidade Federal de Minas Gerais

UFRJ – Universidade Federal do Rio de Janeiro

UK – United Kingdom

USP – Universidade de São Paulo

WAP - Wireless Access Protocol

WI-FI - Wireless fidelity

1 INTRODUÇÃO

Neste capítulo serão apresentados os seguintes elementos da tese: delimitação do tema, problema, hipóteses, objetivo geral e específico, justificativa, procedimentos metodológicos e, resumidamente, os principais referenciais teóricos.

1.1 Delimitação da pesquisa e do tema

A presente pesquisa concentra-se nos estudantes de Pedagogia de uma universidade privada brasileira e é relacionada à forma com a qual estes sujeitos utilizam a internet e seus telefones celulares, seja em casa, no trabalho ou na universidade. A amostra contemplou alunos curso do segundo ao sétimo períodos, o que representou o número de 115 sujeitos de pesquisa.

O interesse pelo tema surgiu após verificar na prática do dia a dia do consultório de Psicologia, vários pacientes relatando dificuldade de se manter longe dos aparelhos celulares, o que culminava, inclusive, em problemas de relacionamento conjugal, acadêmico e profissional. Além disso, surgiu o desejo de se estudá-lo, pelo fato deste pesquisador ser psicólogo clínico e observar o uso cada vez mais constante de smartphones e internet no cotidiano dos pacientes. A partir de então, surgiu o interesse específico de se entender de que maneira parte dos acadêmicos – universitários que cursam Pedagogia – que serão os futuros responsáveis pela educação de crianças, jovens e adultos, lidam com seus telefones celulares e internet. Afinal de contas, são esses universitários de hoje que estarão à frente de propostas pedagógicas que, em conjunto com psicólogos e professores, definirão os critérios e as orientações em âmbito escolar sobre como utilizar tais aparelhos e tecnologia em geral, de forma saudável e eficiente.

Em relação à universidade escolhida, trata-se uma instituição particular, localizada na cidade Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil. Para tal, considerou-se a proximidade de contato com professores que lecionam no referido curso e que julgaram a presente pesquisa pertinente e relevante. Ainda no que se refere à escolha do tema, destaca-se o fato de não ter sido possível localizar até o momento da execução desta pesquisa, no estado da arte, estudos que abordem exclusivamente a relação de alunos de Pedagogia com seus smartphones e internet nas seguintes bases de dados: IEEExplore; Science Direct; Web of Science (ISI);

Scopus; Scielo; teses da Universidade de São Paulo (USP) e periódicos da Coordenação de Avaliação de Pessoal de Nível Superior (CAPES). Alguns estudos encontrados concentram-se no âmbito da utilização de internet e telefone celular em crianças, adolescentes ou mesmo adultos, mas nenhum específico para os sujeitos da pesquisa em questão.

Assim sendo, encontra-se na universidade que oferta o curso ora mencionado, o público no qual é possível aplicar os instrumentos de coleta de dados selecionados. Ressalva-se que houve consulta prévia dos professores aos alunos sobre o interesse deles em relação a este estudo e que estes, de forma unânime, todos se prontificaram voluntariamente, desde que não identificados, a responder aos questionários propostos e que serão mencionados nesta tese em momento oportuno.

1.2 Problema e hipóteses

Problemas em relação ao uso dos smartphones tanto no que diz respeito ao tempo, quanto aos conteúdos acessados na internet, podem alcançar qualquer pessoa que tenha o desejo de possuir um aparelho e utilizá-lo para fins de comunicação e/ou informação. Dentro desse universo, pode ser destacado o público universitário e, em especial para a realização desta pesquisa, os estudantes do curso de Pedagogia. Segundo a Agência Nacional de Telecomunicações (ANATEL), os dados de 2020 no Brasil, apontam para a existência 226,3 milhões de celulares, o que perfaz uma densidade demográfica de 106,93 celulares para cada grupo de 100 habitantes. Portanto, conclui-se que hoje, no país, existem mais telefones celulares do que pessoas. Neste sentido, surge uma nova sociedade, digitalizada, cada vez mais interligada virtualmente e com acesso imediato a praticamente qualquer tipo de informação em qualquer lugar do planeta, o que antes dependia de o sujeito estar em algum lugar que tivesse computador conectado à internet.

A adoção dos celulares como meios de comunicação e busca de informações é uma realidade que pode ser constatada a partir dos dados obtidos pelo estudo realizado pela Pesquisa Nacional de Amostras por Domicílio, também conhecida como (PNAD). Nessa investigação sobre tecnologia da comunicação informação em 2017, descobriu-se que 78,2% dos indivíduos com 10 anos ou mais de idade tinham

telefone celular para uso pessoal. E, com relação à utilização deste tipo de aparelho para se acessar à internet, verificou-se que em 98,7% dos domicílios pesquisados, os aparelhos eram usados para este fim. Cumpre ainda destacar que nos lares em que o acesso à rede mundial era feito exclusivamente por meio dos telefones, esse percentual foi de 43,3%. Esse número contrasta de forma exacerbada com relação ao acesso por meio exclusivo de computador que foi de apenas 0,9% das casas pesquisadas. Com relação à propriedade e utilização dos smartphones por indivíduos com nível de instrução incompleto ou completo, as estatísticas são praticamente idênticas. Para o primeiro grupo (foco da presente pesquisa) foi de 97,5% e os do segundo grupo de 97,6%.

Diante da envergadura da disseminação dos smartphones e sua utilização para o acesso à internet pela sociedade brasileira, passou-se a questionar se e em qual medida a inserção desses instrumentos pode trazer consequências psicológicas e até mesmo físicas, a depender da forma como são utilizados. Assim de acordo com King e Nardi (2014, p. 03)

desde a entrada dos primeiros computadores e telefones celulares na vida dos indivíduos, começamos a perceber também o surgimento de mudanças significativas nos hábitos, costumes, comportamentos, emoções e nas relações pessoais e sociais dessa interatividade. Com isso, surgiu a necessidade de se buscar compreender a dimensão, os impactos e consequências dessas alterações em relação aos benefícios, prejuízos, ganhos ou perdas relacionadas com o uso ou abuso dessas novas tecnologias.

Da mesma forma que a utilização massiva dos smartphones provocou mudanças na esfera psicológica, percebe-se também a possibilidade de impactos físicos decorrentes do uso. Narazaki (2018) em pesquisa realizada no Hospital Sírio Libanês, em São Paulo, percebeu aumento de atendimento decorrente de quedas e entorses, pessoas que andam com o pescoço curvado e quadros de cervicalgias ente outros, por causa do olhar contínuo à tela do aparelho. Constata-se, também, a influência que tal aparelho faz tanto no âmbito comportamental, quanto no corporal.

Senso assim, a presente tese consiste em apurar os possíveis efeitos psicológicos, sociais e ocupacionais decorrentes do uso dos telefones celulares e internet por parte de estudantes universitários de Pedagogia. Surge então o principal problema de pesquisa: Quais são os possíveis efeitos psicológicos, sociais e

ocupacionais decorrentes da utilização de internet e telefone celular, por parte de estudantes de Pedagogia de uma universidade privada?

A partir do problema em questão definem-se algumas hipóteses em relação à amostra de pesquisa, de caráter afirmativo, sobre os possíveis efeitos oriundos da utilização da internet e smartphones na amostra em questão. São elas:

- 1) O uso da internet e telefone celular causa dependência;
- 2) O uso da internet e telefone celular causa dependência em nível psicopatológico (Nomofobia);
- 3) O uso de internet e telefone celular interfere nas relações familiares;
- 4) O uso de internet e telefone celular interfere nas relações sociais;
- 5) O uso de internet e telefone celular pode atrapalhar ou impede a execução dos afazeres cotidianos;
- 6) O uso de internet e telefone celular apresenta como consequência, a diminuição da produtividade em termos ocupacionais;
- 7) O uso de internet e telefone celular desencadeia reações emocionais agudas.

A partir do problema e das hipóteses definidos, parte-se para a elaboração dos objetivos da pesquisa.

1.3 Objetivo geral

O objetivo geral da tese é identificar os possíveis efeitos psicológicos, sociais, familiares e ocupacionais, decorrentes da utilização de internet e telefone celular, por parte de estudantes de Pedagogia de uma universidade privada, no Brasil.

1.4 Objetivos específicos

Para o alcance do objetivo geral, os seguintes objetivos específicos se fazem essenciais:

- Descrever o histórico do uso do telefone celular e da internet no Brasil;
- Constatar se o uso da internet e do telefone celular desencadeiam dependência nos sujeitos da pesquisa;
- Constatar se o uso da internet e do telefone celular desencadeiam

dependência patológica (Nomofobia) nos sujeitos da pesquisa;

- Correlacionar o uso de internet no telefone celular às reações emocionais intensas nos sujeitos de pesquisa;

- Correlacionar o uso de internet no telefone celular à queda de produtividade ocupacional nos sujeitos da pesquisa;

- Correlacionar o uso de internet ao prejuízo ou impedimento da execução dos afazeres cotidianos;

- Verificar se o uso de internet no telefone celular interfere nas relações sociais nos sujeitos da pesquisa;

- Categoriar as respostas dadas pelos sujeitos de pesquisa de forma que permitam sua análise por grupos;

- Interpretar a auto-percepção que os sujeitos da pesquisa têm sobre sua relação com o uso da internet e telefone celular.

- Descrever o conceito de Nomofobia e possíveis psicopatologias associadas a este quadro.

1.5 Tese

Pressupõe-se que os estudantes de Pedagogia possam ter a possibilidade de desenvolver dependência psicológica psicopatológica em relação ao uso do telefone celular e internet e que sua autopercepção sobre essa utilização não os impede de, inclusive, desenvolverem quadros depressivos ou ansiosos e nem os eximem de ter suas relações profissionais ou pessoais prejudicadas decorrentes desse uso. Dessa maneira, a amostra em questão não estaria imune à influência da tecnologia, mesmo partindo-se do pressuposto de que o curso de Pedagogia aborda a temática Educação x Tecnologia o que, teoricamente, poderia gerar mais consciência por parte dos próprios universitários quanto ao seu uso.

1.6 Justificativa

Ao se analisar o fato de que os primeiros celulares que chegaram ao Brasil datam da década de 1990, ou seja, menos de 30 anos, chega-se à conclusão de que a inserção desse equipamento nesta sociedade é muito recente. E ainda, partindo-

se do princípio de que a utilização da internet nos aparelhos se deu nos anos 2000 e que sua massificação ocorreu sobretudo na última década, pode-se inferir que as mudanças comportamentais decorrentes de seu uso são também muito recentes, tanto no que diz respeito às relações interpessoais, quanto na ocorrência de psicopatologias decorrentes da relação dos usuários do serviço de internet, nos smartphones. Todos os fenômenos psicossociais decorrentes da fusão da telefonia celular com a internet são novidade para a sociedade brasileira e sua pesquisa justifica-se pelos efeitos causados por tal fusão nas mais variadas frentes: social, afetiva, econômica, comportamental, mental, relacional, física etc. A partir do aprofundamento do conhecimento de tais questões, é que se poderá refletir sobre formas mais saudáveis e eficientes de se utilizar essa tecnologia no cotidiano dos brasileiros.

Partindo-se desse pressuposto, entende-se que seja importante verificar qual é a relação que os estudantes do curso de Pedagogia têm com telefones celulares e internet, uma vez que eles serão os educadores e formadores de crianças, adolescentes e adultos, em um futuro próximo. Compreende-se que a educação tenha papel preponderante na utilização das novas tecnologias, sobretudo em função da velocidade que elas surgem e dos impactos que podem exercer nos seres humanos nas vertentes já mencionadas aqui. O profissional pedagogo apresenta-se então como expoente máximo da função educacional de orientação. De acordo com o Dicionário de Psicologia da APA - American Psychological Association (2010, p. 691), o conceito de Pedagogia está descrito de forma extremamente objetiva, demonstrando, assim, o papel fundamental do profissional desta área: “Atividade de comunicar conhecimento ou instrução”.

A tecnologia tornou-se presente em praticamente todos os campos da vida humana. Ela está presente nas escolas, em vários setores da atividade profissional, na esfera social, principalmente no terreno dos aplicativos de comunicação instantânea e até mesmo na esfera afetiva, dado que cada vez mais pessoas se conhecem pela internet. Ter uma relação saudável e equilibrada com a tecnologia faz com que indivíduos possam aumentar suas chances de êxito em variadas instâncias da vida. Dessa maneira, o aprendizado sobre como lidar com as novas tecnologias passou a ser desafio também para as escolas. Um profissional que irá orientar futuras crianças, adolescentes ou mesmo adultos precisará estar preparado e apto emocionalmente, para efetivamente poder instruir os discentes da melhor

maneira possível. Tal concepção encontra respaldo no pensamento de Hancock *apud* Abreu e Young (2017, p. 295):

De modo geral, é importante que os educadores façam um esforço concentrado e consciente para assegurar a saúde e o bem-estar das crianças. Os administradores devem se concentrar em ensinar e promover as habilidades e as competências fundamentais necessárias para estender os desfechos positivos à cultura digital. O uso de tecnologia e ferramentas digitais está hoje onipresente e é inevitável; portanto, é importante aproveitar os benefícios e valores associados e ainda proteger contra riscos relacionados.

Com o objetivo de verificar o que a academia brasileira atual produz sobre este tema específico, buscou-se pesquisar em duas bases de dados, publicações nacionais contemporâneas a partir das palavras chaves “dependência de internet”, “pedagogia e internet”, “dependência de telefone celular”, “psicopatologias e internet”.

Foram investigadas publicações sobre o tema nos sites que são conhecidos como *Repositórios Institucionais* de várias universidades públicas brasileiras, assim como no site da Biblioteca Digital Brasileira de Teses e Dissertações (BDTD). Além disso, pesquisou-se especificamente o site da Universidade de São Paulo (USP), principal universidade do país, que se dedica a investigar a correlação dependência-telefone celular/internet e o da Comissão de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES). Foram encontrados dados muito próximos em relação ao volume de publicações baseadas nas palavras-chaves mencionadas acima, sendo que a USP registrou 6090 publicações em seus arquivos e a CAPES totalizou 6670 publicações sobre a temática. Partindo-se do relevante dado de a USP ser a universidade brasileira que mais realizou pesquisas nos últimos anos, de acordo com o jornal da própria instituição, publicado em 05/09/2019, pode-se inferir que a maior parte dos artigos envolvendo a temática em questão que está disponível no site da CAPES seja dessa universidade. Portanto, a partir dessas inferências justifica-se a concentração das investigações sobre o referido tema nessas bases, a fim de se ter conhecimento do estado atual que se encontram os seus estudos, em âmbito nacional.

1.7 Procedimentos metodológicos

A pesquisa, no que diz respeito à natureza e finalidade prática, classifica-se como qualitativa e descritiva. De acordo com Best *apud* Marconi e Lakatos (2012, p. 6) a pesquisa descritiva “delineia o que é – aborda também quatro aspectos: descrição, registro, análise e interpretação de fenômenos atuais, objetivando o seu funcionamento no presente”.

Os sujeitos pesquisados serão os alunos do segundo ao sétimo períodos do curso de Pedagogia, de uma universidade particular de Belo Horizonte, totalizando 115 indivíduos. Uma vez que o objetivo geral será o de analisar os possíveis efeitos psicológicos, sociais e ocupacionais acarretados pela relação que os usuários têm com seus telefones celulares e internet, evidencia-se, mais uma vez, que a utilização da pesquisa qualitativa de natureza descritiva seja adequada. Assim, de acordo com Gil (2008, p.28):

As pesquisas deste tipo têm como objetivo primordial a descrição das características de determinada população ou fenômeno, ou o estabelecimento de relações entre variáveis. São inúmeros os estudos que podem ser classificados sob este título e uma de suas características mais significativas está na utilização de técnicas padronizadas de coleta de dados.

As pesquisas descritivas também são úteis para se levantar as percepções que uma amostra tem sobre um determinado tema. No estudo em questão, serão observadas as percepções que os sujeitos da pesquisa têm sobre si mesmos, no que diz respeito à utilização de internet no telefone celular. De acordo com Gil (2008, p. 28), “são incluídas neste grupo as pesquisas que têm por objetivo levantar as opiniões, atitudes e crenças de uma população”. Desta maneira, os questionários que serão utilizados permitirão aos sujeitos da pesquisa “falarem sobre si” o que ajudará também na explicação de possíveis relações entre o uso dos smartphones e suas consequências psicológicas.

Nesse sentido, a utilização pesquisa qualitativa com enfoque descritivo também se mostra coerente para este estudo pois, como demonstra Gil (2008. p.28): “Algumas pesquisas descritivas vão além da simples identificação da existência de relações entre variáveis, pretendendo determinar a natureza dessa relação. Neste caso, tem-se uma pesquisa descritiva que se aproxima da explicativa”. Tal aspecto

será possível de ser observado na amostra em questão ao cogitarmos, por exemplo, a possível relação causal entre psicopatologias e dependência de internet no telefone.

O estudo proposto buscará descrever, correlacionar e entender o fenômeno com mais detalhes, buscando expandir a compreensão sobre o tema, coletando o máximo de informações possíveis por meio de instrumentos já validados cientificamente e que serão apresentados posteriormente. A partir dos dados coletados pelos questionários que serão utilizados como instrumentos de pesquisa, os mesmos serão agrupados de acordo com sua frequência estatística simples para que se possa proceder à análise.

1.8 Referenciais teóricos

As principais teorias desta pesquisa são oferecidas por King, Nardi e Cardoso et. al. (2015); Abreu, Eisenstein e Estefenon et. al. (2013) e Young (2019). Esses autores foram os pioneiros tanto no Brasil, quanto no exterior, no que diz respeito aos estudos sobre dependência de novas tecnologias. Suas teorias e pesquisas abrangem os temas: dependência de internet, Nomofobia, psicopatologias associadas à tecnologia, uso de telefones celulares, redes sociais digitais e tratamento para dependentes de internet. Também serão utilizados artigos publicados em periódicos científicos, principalmente os hospedados nos portais da CAPES e da USP, Repositórios Institucionais de várias universidades públicas brasileiras e da Biblioteca Digital Brasileira de Teses e Dissertações. Nesses locais encontram-se a maior parte dos estudos brasileiros publicados que, em alguma medida, têm interface com o tema desta pesquisa.

2 COMUNICAÇÃO HUMANA – DAS PINTURAS RUPESTRES AO JORNAL

Desde os tempos mais remotos, o *homo sapiens* já demonstrava capacidade de comunicação no que diz respeito à associação de ideias que estavam em sua mente. As pinturas rupestres dos homens e mulheres pré-históricos apresentam narrativas, muitas vezes com sequência lógica de raciocínio como situações em que se preparavam para sair à caça, até o objetivo final ser realizado, como algum animal capturado, por exemplo. Mais tarde, após a criação de determinados signos, a comunicação passou a ser ainda mais estruturada, uma vez que passou a se dar não mais por meio de desenhos concretos, mas de símbolos que, uma vez colocados em conjunto, representavam um objeto. Segundo Ipanema & Ipanema (1967, p.5), por meio da tinta, surgiu a forma mais rudimentar de comunicação. A tinta pode ser concebida portanto, como a primeira tecnologia que o homo-sapiens utilizou para se fazer registros de pensamentos.

Falar sobre comunicação humana significa, em certa medida, falar sobre os primórdios da presença do ser humano na Terra e é tarefa bastante complexa. Assim como assinala Coutinho (2014, p.8), “é difícil pautar com rigor a história dos meios de comunicação com uma cronologia exata”. A necessidade humana de se expressar, inicialmente com gestos e gritos, de acordo com Costella (2001, p.25) e na sequência, por meio de pinturas rupestres nos tetos e paredes das cavernas, representaram um aumento do grau de complexidade na comunicação e assim suas intenções e pensamentos passaram a ser externalizados por desenhos e símbolos diversos. Seguindo mais adiante na História, têm-se os primeiros registros de escrita pelos sumérios e egípcios, estes últimos utilizando-se da escrita pictográfica na qual cada símbolo representava um objeto, como afirma Cembrani (2017, p.48). Já por volta do ano 2.300 A.C., os fenícios criaram seu próprio alfabeto e desde então, esse sistema linguístico vem passando por transformações diversas, com a criação de novos símbolos que se ajustassem às necessidades de cada povo. A invenção de uma escrita que fosse alfabética, aliada ao surgimento da escrita e do papel pelos chineses fizeram com que fossem dadas, de acordo com Coutinho (2014, p.9), as prerrogativas para que vários meios de comunicação pudessem aparecer. A partir do advento do papel, a comunicação deu mais um passo de desenvolvimento, uma vez

que as mensagens não precisavam mais ser talhadas em pedras ou escritas em pergaminhos de couro. Sobre a velocidade e os próximos avanços comunicacionais, destaca-se a prensa tipográfica que passou a permitir a produção de livros e jornais em grande escala. Conforme explicam Ipanema & Ipanema (1967, p.9), houve um outro marco na história da comunicação, desta vez utilizando-se tinta e papel. Surgiu portanto a prensa com tipos móveis, também conhecida como Prensa de Gutemberg, uma vez que foi inventada pelo alemão Johannes Gensfleisch Gutemberg. Desde então, o livro passou a ser o maior expoente da comunicação humana por meio de signos linguísticos e, após cerca de 150 anos, nasceu o jornal impresso. Durante os séculos XVII, XVIII e XIX, a circulação de informações sobre os mais variados assuntos assumiu o protagonismo comunicacional por meio da divulgação de notícias com fins diversos.

2.1 Comunicação no Brasil: dos jornais à internet, passando pelo telefone celular

O primeiro jornal lançado no Brasil foi o Correio Braziliense, no ano de 1808. Sua impressão era feita na Inglaterra, uma vez que a coroa portuguesa não permitia a existência de prensas tipográficas na colônia. Entretanto, pouco tempo depois, a família Real veio para o Brasil por motivos de guerras e invasões na Europa e aqui desembarcaram as primeiras máquinas que, mais tarde, produziriam o primeiro jornal impresso em solo brasileiro. No decorrer dos anos posteriores, vários periódicos começaram a ser produzidos, principalmente o jornalismo panfletário de acordo com Perles (2007, p.22).

Em 1837, a invenção do telégrafo por Samuel Morse, significou outra grande evolução tecnológica uma vez que as mensagens eram transmitidas por meio de códigos. Alguns anos mais tarde, mais precisamente em 1876, Alexander Graham Bell aperfeiçoou ainda mais a possibilidade de comunicação humana, por meio do telefone, desta vez, por meio de ondas sonoras, como enfatiza Cembrani (2017, p.44). Ressalta-se que os estudos avançados à época sobre eletricidade foram fatores importantes no desenvolvimento dessas duas tecnologias de comunicação.

Em 1870, de acordo com Lachan (2010, p.2) começaram a funcionar os

primeiros telefones no Brasil, ainda de forma embrionária, lenta e operados de forma manual durante todo o processo de ligações. E, uma vez que jornais e telefones passaram a ser realidade no Brasil, o passo seguinte foi o surgimento dos meios de comunicação em massa como o rádio e a televisão. De acordo com Calabre (2003, p.2) “as primeiras transmissões de rádio no Brasil ocorreram em 7 de setembro de 1922, em comemoração ao dia da independência do país”. O rádio, no entanto, até por volta de 1930, ainda funcionava em caráter experimental e tinha a programação voltada principalmente para elite do país, como informa Meneguel (1998, p.14). Em 1924, com a invenção da televisão por Philo Fransworth, ocorreu pela primeira vez na história, a comunicação pautada pela fusão dos dois elementos; imagem e som. Essa tecnologia, por sua vez, chegaria ao Brasil apenas em 1950, transmitida em preto e branco para, apenas posteriormente, ser feita em cores.

Já a inserção da informática no país foi em grande medida impulsionada pela mentalidade desenvolvimentista do presidente Juscelino Kubitschek na década de 1950. O lema de seu governo era “avançar 50 anos em 5” e tinha como objetivo tirar o país do atraso. A construção de Brasília, que mais tarde viria a ser a nova capital federal, aliada à criação de usinas hidrelétricas, indústrias e rodovias foram os principais expoentes desta filosofia. Os computadores passaram a fazer parte deste período por sugestão do secretário geral de desenvolvimento nacional, o economista Roberto de Oliveira. Ele sugeriu a criação de um grupo de trabalho que tinha como objetivo utilizar computadores em cálculos governamentais. A sugestão foi aceita e nasceram assim o Grupo de Estudos da Indústria Automobilística (GEIA) e o Grupo Executivo de Indústria da Construção Naval (GEICON). A partir da criação desses grupos, por meio do decreto 45.832, de 20 de abril de 1959, foi criado o Grupo Executivo para a Aplicação de Computadores Eletrônicos (GEACE), com objetivo de promover a instalação no país de centros formação de pessoal qualificado, fabricação de computadores e instalação de centros de processamento de dados. Estaria marcada, portanto, a entrada do Brasil no universo da informática.

Uma vez criado o GEACE, iniciou-se o processo de importação de computadores para a Pontifícia Universidade Católica (PUC) do Rio de Janeiro, para o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) e para a empresa Listas Telefônicas Brasileiras.

Houve vários problemas na época porque a energia elétrica não era estável e

não havia pessoas com qualificação adequada para operá-los, além dos altíssimos custos. O computador B-250 da Burroughs, por exemplo, chegava a custar 400 mil dólares e seu tamanho que por vezes ocupava uma sala inteira, era de complexo transporte aéreo. Finalmente, depois de todos esses contratempos, foi concluída a instalação da máquina em 13 de abril de 1960. Portanto, foi inaugurado o primeiro computador instalado em solo brasileiro no Centro de Processamento de Dados da PUC-RJ. A partir da década de 1960 os computadores passaram a ser vistos com mais frequência no Brasil e várias grandes empresas e instituições, além do próprio governo, se viram cada vez mais conscientes da necessidade de tal equipamento no cotidiano. Entre elas podem ser citados o Jockey Club de São Paulo, a Esso Brasileira de Petróleo, a Anderson Clayton Ramac, a General Electric do Brasil, o Ministério da Fazenda, a Universidade de São Paulo (USP), a Escola de Engenharia da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG), a Bayern Indústria de Produtos Químicos, entre outras instituições. Todas essas empresas fizeram aquisição e instalação dos computadores entre 1960 e 1970.

O passo seguinte ao início da importação foi projetar computadores brasileiros. O mais antigo computador que foi projetado no país foi no Instituto Militar de Engenharia (IME) no ano de 1960. Em 1961 um grupo de alunos do ITA (Instituto Tecnológico Aeronáutico), juntamente com alunos da USP e da PUC-RJ, apresentaram, como trabalho de conclusão de curso, um equipamento que mostrava como a informação se processava dentro do computador. Era uma máquina construída com transistores simples, soquetes de válvulas e tinha um metro e meio de largura por dois metros de altura. Desta maneira, o país começou a dar os primeiros passos no que diz respeito à produção de computadores. Anos mais tarde, já em 1972, o Laboratório de Sistemas Digitais do Departamento de Engenharia USP criou um computador, mais evoluído do que o citado anteriormente com circuitos de blocos integrados, 45 placas de circuitos impressos e memória principal para 4096 palavras de oito bits. O objetivo desse projeto era capacitar jovens alunos a projetar e implementar sistemas computacionais. A partir daí, a indústria computacional foi seguindo seu caminho evolutivo, produzindo equipamentos mais aperfeiçoados, velozes e de tamanho reduzido, no país.

Em termos mundiais, após o desenvolvimento de computadores cada vez mais eficientes, ocorreu o desenvolvimento do que pode ser entendido como o

embrião do que mais tarde seria a internet. De acordo com Castells (1999, p.80), a década de 1960 foi também outro marco na História no que diz respeito à comunicação. Paul Baran criou na Rand Corporation um sistema tecnológico de trocas de informações em uma rede independente de qualquer tipo de centro de comando. Estes pacotes de dados formavam uma mensagem que procurava seu destino final de forma autônoma.

Quando, mais tarde, a tecnologia digital permitiu todo o tipo de empacotamento de todos os tipos de mensagens, inclusive de som, imagens e dados criou-se uma rede que era capaz de comunicar seus nós sem usar centros de controles (CASTELLS, 1999, p.82).

Embora possa ser percebida a relação entre o surgimento da internet e as esferas militares dos Estados Unidos, Castells (1999) compreende que a expansão da microinformática deveu-se a uma conjuntura estabelecida da Califórnia na década de 1970. Assim, de acordo com ele:

A primeira revolução em tecnologia da informação concentrou-se nos Estados Unidos e, até certo ponto, na Califórnia nos anos 70, baseando-se nos progressos alcançados nas duas décadas anteriores e sob a influência de vários fatores institucionais, econômicos e culturais. Mas não se originou de qualquer necessidade preestabelecida. (CASTELLS, 1999, p.98).

Lemos (2010, p.14), segue a mesma linha de raciocínio proposta por Castells no que diz respeito ao protagonismo da criação dessa rede comunicacional de computadores. Para ele também, o principal elemento que impulsionou o desenvolvimento desta tecnologia não foi o militar, mas sim o sócio-cultural da época. Em seu entendimento, a microinformática tem relação direta com o desejo de descentralização de informação nas esferas industriais, militares, econômicas e científicas. Ele chega até mesmo a mencionar que a microinformática foi elaborada por radicais da Califórnia. Houve, naquela época, duas ocorrências que se entremearam de forma profunda: a de ordem técnica, na qual os componentes eletrônicos passaram a ter componentes cada vez menores, aliadas à velocidade de processamento e aumento de memória e; do outro lado, o de ordem sociocultural, no que diz respeito à origem da sociedade digital e da cybercultura.

Apesar da internet ter nascido na década de 1960, nos Estados Unidos, ela só passou a fazer parte da realidade brasileira no ano de 1989. A priori, a tecnologia ficou circunscrita às esferas acadêmicas e governamentais. Inicialmente o sistema

recebeu o nome de Rede Nacional de Pesquisas (RNP). A rede cresceu de forma vigorosa sendo que, sete anos depois, já contava com 7500 domínios e, no início da década de 2000, com mais 170 mil. Somente a partir de 1994 foi colocada à disposição do público em geral, o que pode ser nomeado como internet comercial. Portanto, atualmente, tem-se apenas 27 anos de acesso público à grande rede no Brasil. Podem ser destacadas quatro fases em termos do que poderia ser classificado como uso possível aos brasileiros. Na primeira delas, eram feitas comunicações entre computadores de grande porte, com conexões físicas diretas como cabeamentos e linhas telefônicas privadas. Nesse cenário sua utilização dava-se principalmente por meio de trocas de arquivos. A fase seguinte, aí sim, já de abertura ao público, foi marcada pela utilização de uma linha telefônica discada a partir de um provedor de acesso. Naquele período, passaram a surgir as comunicações textuais e nasceu o conceito de navegação, onde começaram a ser visitados sites e sítios por meio de *hyperlinks*, ou seja cada página com seu determinado endereço na rede. A fase seguinte representa uma junção de três fatores: o primeiro deles foi a banda larga a partir de 1996. A partir dela, a velocidade de navegação aumentou de forma exponencial se comparada à discada, além de não deixar o telefone ocupado durante sua utilização. Essa modalidade, denominada *Asymmetric Digital Subscriber Line* (ADSL), permitia inicialmente a capacidade de tráfego que variava de 256 Kbps a 2 Mbps a um valor prefixado. O valor era cobrado por pacotes de dados, mas esse modelo foi rapidamente superado para uma tarifa fixa, dependendo da velocidade de operação nominal escolhida pelo usuário. O segundo fator foi a qualidade de áudio e vídeo que passaram a ser digitais e, por fim, a diversificação de conteúdos existentes. A partir desse momento, aplicações voltadas ao relacionamento interpessoal como salas de bate-papo e jogos em rede trouxeram novas possibilidades de utilização até então inimagináveis. A quarta fase corresponde à fusão entre internet e telefonia celular. Até então, os celulares não apresentavam conexões à grande rede e suas funções eram exclusivamente a de fazer ligações e, na sequência, ter a capacidade de enviar mensagens textuais. A partir da fusão mencionada, seu uso deixou de ser restrito a computadores de gabinete ou notebooks, para ter acesso facilitado e imediato com um aparelho que cabia dentro do bolso. Era chegada portanto a era dos smartphones.

De acordo com Coutinho (2014, p.7), o primeiro smartphone surgiu em 1992 e foi desenvolvido pela IBM - *International Business Machines*. Seu nome era Simon, um aparelho revolucionário para o contexto tecnológico da época; tinha tela sensível ao toque e capacidade de envio de e-mails. Não se sabe ao certo por qual motivo não teve sucesso entre os usuários. A Nokia lançou o modelo 9000 Communicator em 1996, obteve mais sucesso nas vendas e, em termos de escalabilidade, passou a ser considerado o primeiro smartphone. Segundo Mccarty (2011), em 1997 a Ericson lançou o modelo GS88 com a nomenclatura smartphone, mas, em termos de vendas, foi superado pelo aparelho da Nokia. Acredita-se ser importante também destacar que no ano de 1996, ela foi líder de mercado até ser superada pelo sistema operacional Android da Google, além de também ter enfrentado forte concorrência quando do lançamento do Iphone em 2007, pela Apple, com formato e aplicações exclusivas.

Conforme o estudo realizado por Coutinho (2014, p.11), o conceito de smartphone significa em tradução literal “telefone inteligente” e não tem definição específica do universo acadêmico. Desta maneira, a definição do que realmente significa pôde ser obtida no *A Risk Of Assesment Method for smartphones*, feito pelo departamento de informática da Universidade de Economia e Negócios de Atenas.

Smartphone é um celular com capacidade avançada, que executa um sistema operacional identificável, permitindo aos usuários estenderem suas funcionalidades com aplicações terceiras que estão disponíveis em uma loja de aplicativos [...] devem incluir um hardware sofisticado com: a) capacidade de processamento avançada (CPU's modernas, sensores) b) Capacidade de conexões múltiplas e rápidas (*Wi-Fi*, HSDPA) e c) tamanho de tela adequado e limitado. Além disso, seu Sistema Operacional deve ser claramente identificável, como *Android*, *Blackberry*, *Windows Phone*, *Apple`s IOS*, etc. (THEOHARIDOU; MYLONAS; GRITZALDIS, 2012, *APUD* COTINH, 2014, p. 13, tradução do autor).

Conclui-se, portanto, que, além das especificações citadas logo acima, o smartphone possui capacidade de conexão móvel com redes de internet de alta velocidade 3G (terceira geração) e 4G (quarta geração), além de poder se conectar à rede sem fio via Wi-fi (Wireless fidelity). Também possuem sistema de geo-localização por meio do GPS- *Geopositioning System* (sistema de posicionamento terrestre) e têm capacidade de acessar redes sociais que utilizam esse recurso. Por fim, entre as mídias contemporâneas e seus vários aplicativos, destaca-se a

capacidade de acesso ao *whats app*, *facebook* e *instagram*, entre outros, utilizados para fins sociais, de lazer, trabalho e até mesmo afetivos.

A primeira ligação feita entre dois telefones celulares ocorreu, de na cidade de Nova Iorque em 1973. Ela foi feita por Martin Cooper, executivo da Motorola e, a partir daí, a telefonia móvel nunca mais deixou de se desenvolver. Os primeiros aparelhos fabricados pela empresa citada eram os modelos Dynatec e foram os pioneiros do mercado. Cada aparelho media cerca de trinta centímetros, seu peso era de quase um quilo e a durabilidade da bateria não ultrapassava trinta minutos. Estes aparelhos, anos mais tarde, por esses motivos, foram apelidados como “tijolos”. Apesar de sua criação ter se dado na década de 1970, foi nos anos noventa em que o aparelho passou a ser comercializado como bem de consumo. No Brasil, a princípio, eram utilizados por adultos de classe alta devido aos seus elevados custos. Seu uso era basicamente fazer ligações e, de acordo com a Revista Veja (2012), as primeiras linhas chegavam a custar 20 mil dólares. Os telefones celulares começaram a aparecer na mídia, principalmente a imprensa e, a única empresa que se prestava a fazer campanhas de marketing sobre a telefonia móvel era a própria Motorola. Assim, deu-se início aos primeiros anúncios do segmento, como menciona Dutra (p. 105).

A primeira propaganda impressa veiculada na revista sobre o celular foi da marca Motorola, na edição de 02/12/1992. A propaganda destaca os investimentos de 1 bilhão de dólares anuais em tecnologia e faz referência que, no ano de 1969, quando o homem foi à Lua, a transmissão das comunicações foi feita pela empresa Motorola. Antes disso, em 25/12/91, o Banco Meridional estampava a eficiência dos serviços com uma mulher em um carro falando ao telefone. No anúncio, destaca-se a referência às aparências e ao bom atendimento. Essa seria, portanto, a primeira aparição do celular em forma de propaganda, embora não seja de forma direta, feita por fabricantes ou operadoras.

O primeiro país da América latina a oferecer o serviço de telefonia móvel foi o Chile. Em seguida, o Brasil. Um edital para ampla concorrência do setor privado foi elaborado, na época do então presidente da República Fernando Collor de Mello, para que se consolidasse a implementação do sistema de telefonia celular no país. A empresa japonesa multinacional Nippon Electric Company (NEC) foi a vencedora e a que viria a instalar o primeiro sistema analógico em São Paulo e, mais tarde, o digital. Em 1993 a telefonia móvel foi iniciada de fato na capital paulista, se expandindo mais tarde para as cidades de Campinas e São José dos Campos. No mesmo ano, o aparelho já estava sendo utilizado no estado do Rio de Janeiro,

principalmente por políticos, artistas e grandes empresários. O telefone celular neste tempo era sinônimo de distinção social e de status. Entretanto, a concorrência das operadoras de telefonia celular fez com que os preços baixassem consideravelmente, o que fez com que a classe média brasileira passasse a ter acesso. De acordo com a revista *Veja* (1993), “as linhas caíram para 400 dólares o que possibilitou o aumento das aquisições. A contratação dos serviços era de 80 dólares”. A partir dos anos 2000 houve uma mudança na narrativa das propagandas de telefonia celular. Inicialmente elas eram voltadas exclusivamente para o público adulto e quase sempre voltadas para segmentos de negócios e trabalho. Com as empresas de telefonia móvel já consolidadas no país, o que antes era vendido para o público de alto poder aquisitivo passou a ser direcionado aos jovens. A princípio, de acordo com Dutra, (p. 106), houve aumento dos anúncios de fabricantes de aparelhos e, mais tarde, houve a predominância das propagandas de operadoras que disputavam assinantes.

A partir dos anos 2000, as fabricantes mundiais de celular eram as que anunciavam seus serviços na revista *Superinteressante*. Destaca-se aqui a empresa finlandesa Nokia, uma das principais fabricantes de celulares do mundo. A partir de 2002, as empresas de telefonia Claro, Tim, Vivo e Telefônica (posteriormente a Oi) alçaram voo no ramo publicitário. As fabricantes deixaram de anunciar os produtos, e o que passava a ser veiculado nos meios impresso e televisivo eram as propagandas das operadoras, que brigavam pelos assinantes.

A mudança do analógico para o digital permitiu várias melhorias no desempenho dos sistemas: a utilização de codecs de voz digital; capacidade de vários usuários no mesmo canal de frequência; *download* de dados de aplicativos sem fio – e posteriormente, evoluindo para suportar serviços de dados por pacote que incluía, por exemplo, entrega de notícias, cotações de ações, previsão do tempo. Limitações na taxa de transferência de dados em dispositivos móveis significava que as tecnologias especializadas, como o *Wireless Access Protocol* (WAP), teve que ser desenvolvido para adaptar e distribuir o conteúdo da Internet para dispositivos móveis. A primeira geração de celulares tinha o sinal analógico o que fazia com que sua utilização fosse exclusivamente transportar voz. A geração posterior trouxe como novidade a implementação de rede digital com a possibilidade de comunicação por mensagem escrita entre os celulares. Por meio do sistema conhecido como WAP, passou a ser possível receber notícias escritas como placares de jogos de futebol, horóscopo, cotação do dólar e de ações, entre outras

notícias. Foi nessa época que, além do WAP, surgiu o conceito de (SMS) *Short Message System*, para trocas de mensagens de texto.

O passo seguinte representou grande avanço na telefonia móvel uma vez que, além de mensagens de texto e de telefonemas, passou a ser possível ter acesso a ferramentas como calendário, relógio mundial, blocos de notas, agenda, calculadora, jogos e e-mail, com utilização da tecnologia *touch screen*, ou seja, com comandos sendo executados pelo toque direto da tela do celular. Estava estabelecido portanto, o conceito de *smartphone*.

Seguindo a evolução tecnológica dos telefones celulares, chegou-se aos aparelhos 3G, também conhecidos como de terceira geração. Um dos exemplos de aparelhos foi o modelo T68 da Sony Ericsson, lançado em 2001. Nesta nova etapa, recursos como câmeras digitais, alarmes, jogos variados e MP3 passaram a se tornar realidade para os usuários. Esses aparelhos tornaram-se cada vez mais eficientes, leves e sua adoção, inicialmente no mundo dos negócios, foi bastante significativa, inclusive pela possibilidade de envio e recebimento de e-mails, além da possibilidade de navegação por GPS. Em 2004, a Motorola lançou um modelo excepcionalmente fino, o Motorola Razr, e teve mais de 50 milhões de aparelhos comercializados até 2006. Na esteira da evolução dos *smartphones*, um aparelho em especial passou a chamar a atenção do público em 2007: o iPhone, lançado pela Apple, que fazia a convergência entre telecomunicações, informática e televisão. Seu acesso à internet também ocorreu de forma inovadora e a qualidade da câmera era igualmente impressionante. Ele transcendeu a ideia inicial do celular como veículo que proporcionava comunicação e contato e estabeleceu uma multifuncionalidade, como nenhum outro havia proposto por meio de sua tela *multi-touch*: a de ter acesso a jogos e outros milhares de aplicativos por meio de *downloads* disponíveis na loja virtual da Apple. Este aparelho, de forma incontestável, mudou os rumos da telefonia móvel. A relação do usuário com o *smartphone* mudou de patamar e, em sua primeira aparição pública para apresentar o aparelho, Steve Jobs disse que estava apresentado três produtos revolucionários. O primeiro dele seria um iPod com *touch screen* e tela larga. O segundo, um celular revolucionário e o terceiro, um sistema pioneiro do que diz respeito às comunicações pela internet. “Estão entendendo? Não são três aparelhos separados. É um aparelho só e ele se chama iPhone” (JOBS *apud* ISAAC, 2011).

Os sistemas digitais de quarta geração (4G) representam uma inversão de prioridades quanto comparados aos telefones de primeira e segunda gerações. Estes primeiros priorizavam a transmissão da voz, ao passo que os últimos priorizam a transmissão de dados de internet. Não que a voz não seja mais transportada, mas, sua prioridade diminuiu de tamanho. Nesta fase, não acontecem mudanças significativas no que diz respeito ao surgimento de aparelhos revolucionários ou mesmo da relação do usuário com o smartphone. O que ocorreu foi um fortalecimento dos aparelhos multimídia e dos sistemas Android e IOS. A evolução se deu a tal ponto que, ainda em 2010, o recurso *Face Time* (comunicação instantânea por voz e imagem) já era possível com o Iphone 4. O telefone celular tornou-se um dispositivo com múltiplas funções para as quais a qualidade na resolução de cores na tela teve papel fundamental. Inicialmente as telas usavam um único tom. Em seguida aumentaram-se os tons até que chegou-se a possibilidade de utilização de milhares de cores que formam textos e imagens que permitem sua visualização com riqueza de detalhes. Houve também uma migração para os smartphones, de elementos que são característicos dos computadores pessoais como álbuns de fotos digitais e papeis de parede. A qualidade das imagens é medida por meio da quantidade de pixels existentes na tela, o que também pode ser definido como resolução, além do número de pixels em cada unidade do monitor, o que é conhecido como densidade. Ao comparar-se a função principal do primeiro telefone celular, com a dos aparelhos atuais, com pouco mais de 20 anos de desenvolvimento, percebe-se como seu percurso tecnológico deu um salto exuberante. Abaixo, segue-se uma pequena lista de algumas das funções atuais que o smartphone pode executar, apenas para ilustrar esse salto de desenvolvimento.

- Consumo: compras de produtos e serviços pelo celular que também serve como instrumento para pagamento;

- Trabalho: sincronização do smartphone com agenda de contatos e sistemas de mensagens de empresas. Além disso, acesso remoto aos bancos de dados do escritório que ficam nos computadores locais;

- Vida pessoal: navegação em qualquer site e acesso com poucos toques a uma infinidade de aplicativos;

- Música: capacidade de armazenamento de milhares de arquivos;

- Jogos: qualidade gráfica no mesmo patamar de computadores e que podem

ser jogados online com várias pessoas simultaneamente;

- Televisão: transmissão da programação de inúmeros canais em tempo real;
- Fotografias: tira e armazena fotografias com excelente qualidade e possibilita seu envio imediato;
- Mensagens: e-mails, mensagens instantâneas por meio de aplicativos, seja por escrito, por vídeo, voz ou híbridos;
- Banco: consultas e transações financeiras;
- GPS: localização de pessoas e lugares;
- Trânsito: informações online, em tempo real sobre trânsito, como engarrafamentos, acidentes, tempo e distância nos deslocamentos;
- Residência: acesso remoto e em tempo real às imagens de câmera de vigilância em casa e no trabalho.

A Internet passou a nos envolver cada vez mais, principalmente após sua fusão à telefonia móvel. As gerações mais recentes nasceram e cresceram após sua afirmação tecnológica e se habituaram, desde muito cedo, a usá-la para fins diversos como lazer, interação com outras pessoas e busca de informações diversas. Este contato constante com a rede impactou as formas de viver. Principalmente por meio das redes sociais, atualmente, as pessoas interagem a uma velocidade nunca experimentada. As transformações proporcionadas por ela vão desde a inspiração e divulgação de movimentos políticos e sociais às formas de consumo de produtos e serviços variados. Antes, o telefone era utilizado para se fazer uma ligação e chamar um táxi. Hoje, por meio de um aplicativo chama-se um motorista que tem seu carro particular, ambos filiados a uma plataforma de transporte – por exemplo UBER, e o veículo vai até onde você está, podendo tudo ser acompanhado em tempo real, via satélite. O consumo se transformou drasticamente e hoje em dia, não seria absurdo pensar-se que o faturamento do comércio virtual possa vir a superar o de lojas físicas em grandes centros de comércio. Como estará a internet daqui a alguns anos? Essa é uma pergunta difícil de ser respondida. No entanto, o que pode-se inferir é que ela estará cada vez mais presente na vida humana e seu consumo tenderá a ser cada vez mais imediato e natural, assim como consome-se eletricidade, por exemplo. Está-se começando a viver a era da internet das coisas na qual carros, eletrodomésticos e outros objetos estão conectados à internet e tomam providências sozinhos a partir de determinadas

programações. Chega-se portanto, à era da Inteligência Artificial cada vez mais difundida também. A maneira que o ser humano irá lidar com a grande rede daqui em diante será decisiva para que a tecnologia esteja a serviço da sociedade. Caso contrário, poderá ser nociva nas mais variadas frentes que vão desde a saúde física e mental de cada indivíduo, até questões macroscópicas como guerras entre nações.

3 CIBERESPAÇO: O NOVO LÓCUS DE RELACIONAMENTO SOCIAL

Postman (1994) apresenta a narrativa exposta por Sócrates para seu amigo Fedro. Ela acontece quando o rei de uma província de Náucratis, no Egito, chamado Thamus, recebeu o deus Theuth – inventor do número, do cálculo, da geometria, da astronomia, do jogo de damas e dos dados, e ainda da escrita – para ver suas invenções. Thamus asseverou que elas, as invenções, precisavam ser apreciadas e disponibilizadas aos egípcios. Sócrates prossegue seu diálogo transcrito abaixo.

Thamus indagou sobre o uso de cada uma delas, e, enquanto Theuth discorria sobre elas, expressava aprovação ou desaprovação, à medida que julgasse as afirmações de Theuth bem ou mal fundamentadas. Levaria tempo demais repassar tudo o que se relatou sobre o que Thamus disse a favor ou contra cada invenção de Theuth. Mas quando chegou na escrita, Theuth declarou: “Aqui está uma realização, meu senhor, rei, que irá aperfeiçoar tanto a sabedoria como a memória dos egípcios, portanto, com a escrita inventei um grande auxiliar para a memória e para a sabedoria”. Com isso, Thamus replicou: “Theuth, meu exemplo de inventor, o descobridor de uma arte não é o melhor juiz para avaliar o bem ou dano que ela causará naqueles que a pratiquem. Portanto, você, que é o pai da escrita, esperas dela com o teu entusiasmo precisamente o contrário do que ela pode fazer. Aqueles que a adquirirem vão parar de exercitar a memória e se tornarão esquecidos; confiarão na escrita para trazer coisas à sua lembrança por sinais externos, em vez de fazê-lo por meio de seus próprios recursos internos. Logo, o que você descobriu é a receita para recordação, não para a memória. E quanto à sabedoria, seus discípulos terão a reputação dela sem a realidade, vão receber uma quantidade de informação sem a instrução adequada, e, como consequência, serão vistos como muito instruídos, quando na maior parte dos assuntos serão ignorantes. E como estarão supridos com o conceito de sabedoria, e não com a sabedoria verdadeira, serão um fardo para a sociedade, tornando-se sábios imaginários ao invés de verdadeiros sábios” (PLATÃO, s/d, p. 261- 262).

Na réplica de Thamus há múltiplos princípios, com os quais pode-se refletir sobre a sociedade tecnológica. Há, de modo inclusivo, um erro no julgamento de Thamus, não da sua afirmação de que a escrita irá danificar a memória e instituir uma falsa sabedoria, entretanto na confiança de que a escrita será um fardo para a sociedade. Com toda a sua ponderação, ele falha ao não idealizar quais poderiam ser os melhoramentos da escrita. Desta forma, pode-se apreender que é um erro conjecturar que alguma inovação tecnológica tenha um resultado unilateral exclusivo. Ou seja, que toda invenção seja considerada um fardo ou uma bênção. Não há discussão nos muitos benefícios que a tecnologia, incluindo a internet, traz, para a humanidade. Os benefícios são facilmente identificados, alinhados ao construto social formado a partir dos avanços trazidos, no entanto, cabe-se destacar

que a presente pesquisa tem por finalidade investigar os pontos negativos decorrentes da forma com a qual a amostra em questão lida com a internet e seus smartphones. E que essa investigação está assentada sobretudo nos efeitos nocivos que essa utilização tecnológica possa ter em suas instâncias mental, comportamental, social e ocupacional. Acredita-se nessa direção que a Educação seja um divisor de águas para a utilização saudável de qualquer inovação tecnológica, sobretudo a explorada neste estudo, uma vez que a internet e os telefones celulares não são bons ou maus em si mesmos. Quem os tornará “mocinhos ou vilões” serão os indivíduos que farão sua utilização. Exatamente por esse motivo, escolheu-se como sujeitos de pesquisa os estudantes universitários de Pedagogia, ou seja, os profissionais que estão ligados diretamente ao aprendizado dentro das escolas e que têm na formação docente a educação tecnológica. Nesta conjuntura, o ajuizamento de Thamus ensinará a reflexão no que tange a um olhar imparcial, ou seja, não exclusivamente avaliar os aspectos negativos ou os aspectos positivos dos dispositivos móveis e internet, mas, sim, o uso que é feito dessas ferramentas.

Atualmente, a internet não pode ser mais vista como simples meio eletrônico de comunicação. Ela passou a fazer parte do cotidiano dos indivíduos para o acesso das mais variadas informações, numa busca fundamentada em múltiplos interesses pessoais ou coletivos (KIVITS, 2009). De maneira geral, percebe-se que, com o desenvolvimento da sociedade da informação, o ciberespaço, ou seja, o espaço das comunicações realizadas por redes computacionais, principalmente por meio das redes sociais, pode ser interpretado como o lócus de promoção das modificações da realidade, de representações sociais diversas e de algutinação de indivíduos. Principalmente do ponto de vista político, várias temáticas passaram a ser tratadas de forma mais organizada, sistematizada e o ciberespaço tornou-se acima de tudo, nessa dimensão, um espaço de fala.

Tal como exploram os autores Freire et al. (2010), depreende-se que, em meio aos tempos atuais, o ciberespaço configura-se como um lugar em que pessoas de todos os perfis sociais, culturais e econômicos e com personalidades diversas se conectam. Nesse terreno, possuem grandes oportunidades de interação rápida e fácil, aspecto este que é expressamente relevante em conformidade com aquilo que já foi considerado sobre os relacionamentos desenvolvidos entre as pessoas na

chamada “modernidade líquida” – denominação dada por Bauman (1999), em função do grande fluxo de dados, informações em circulação na atualidade e frouxidão dos laços afetivos.

Importante o esclarecimento de que o ciberespaço coloca-se como um ambiente com grandes capacidades de revitalização das lutas e movimentos civis, já que, de forma constante, há o aumento recorrente do número de indivíduos que procuram pelos espaços em rede com o desejo de se expressar, buscar por informações e compartilhá-las, tal como evidencia e Moraes (2000). Pode-se observar que por meio das redes sociais também ocorre uma comunicação rápida que tem o potencial de levar esses movimentos das telas do computador para as ruas, reunindo multidões com objetivos de protestos nas mais variadas vertentes. Nesse sentido, a manifestação de desejos e pautas diversas não fica restrito apenas à esfera virtual, transpondo-se assim para as ruas, praças e outros locais públicos, principalmente, até o presente momento, nas grandes metrópoles.

A respeito do ciberespaço é de relevância retomar as considerações de Lévy (1993) sobre categorias como espaço virtual, cibercultura, tecnologias da inteligência e ecologias cognitivas, que emergem em meio ao ambiente descentralizado, atópico e desterritorializado que se faz possível pela rede mundial de interações proporcionadas pelas atuais tecnologias da informação e da comunicação. De acordo com este autor, eleva-se a percepção de que o ciberespaço consiste num espaço de comunicação aberto proporcionado pela interconexão mundial dos computadores e de suas memórias. Sendo assim, o ciberespaço encontra-se atualmente no epicentro do elo entre todos os novos conceitos que emergem em relação às novas tecnologias, caracterizando-se como autocriador da inteligência coletiva da humanidade, além de ser o primeiro espaço de emergência de uma noosfera – compreendendo a associação da esfera do espírito com a da inteligência coletiva (LÉVY, 1999).

Ainda em concordância com o Lévy (1999, p. 21), o fluxo de dados em crescimento exponencial direcionou e fez com que surgissem novos tipos de relações e, entre elas, a nova relação com o saber. Dessa forma chegou-se a inferir que "pela primeira vez na história da humanidade, a maioria das competências adquiridas por uma pessoa no início de seu percurso profissional estarão obsoletas no fim de sua carreira", ou seja, em razão do estado constante de atualização, cada

indivíduo é sobrepujado pela mudança, não sendo possível estar um passo adiante no que diz respeito às novas tecnologias. Dessa forma, seria errado colocar o homem, então, como refém do ciberespaço, pois é ele mesmo quem dita e faz com que esta nova conjuntura evolua.

Importante o posicionamento de que as redes sociais ou redes de relacionamentos, na contemporaneidade, compreendem a representação da simbiose existente entre o frenético fluxo de informações, com a necessidade cada vez mais premente dos indivíduos de externar seu apetite extraordinário por interconexão e aquisição de conhecimentos. Lévy (2001) chama este fenômeno de “reagrupamento da sociedade”. Tal proposta de reagrupar, segundo dimensiona, é geralmente proporcionado pela extensa capacidade humana de proporcionar evoluções tecnológicas, evoluções estas que são diretamente resultantes da interpretação desse espaço caracteristicamente interconexo. Complementarmente, ainda em conformidade com os dimensionamentos objetivados, há a afirmação de que uma rede virtual de relacionamentos “é construída sobre as afinidades de interesses, de conhecimentos, sobre projetos mútuos, em um processo de cooperação ou de troca, tudo isso independentemente das proximidades geográficas e das filiações institucionais” (LÉVY, 2000, p.127). Em continuidade a este raciocínio, o autor ainda reporta-se ao fato de que tais redes são os elementos constituintes diretos do fundamento social necessário em meio ao ciberespaço e que ainda emerge como chave para o alcance da ciberdemocracia.

Sobre a “operacionalização” da ciberdemocracia, é importante pontuar os seguintes aspectos traçados por Cruz (2009), que dimensiona seu entendimento postulando que

a ‘ciberdemocracia’ poderia ser experimentada e outras formas de participação e mecanismos representativos poderiam ser propostos. Atualmente é muito fácil organizar consultas rápidas à população sobre temas de interesse imediato e que requeiram um pronunciamento de relativa urgência. Plebiscitos e referendos não teriam porque serem casos excepcionais na vida social e política. Ao menos tecnologicamente já não há mais desculpas (CRUZ, 2009, p. 13).

Em alguns casos específicos de redes sociais ou de relacionamento, tal como entende Recuero (2005), as interações desenvolvidas entre várias pessoas ocorrem simplesmente por meio da utilização de alguns botões, seja por intermédio da aceitação ou não de uma amizade ou com a entrada dos indivíduos para uma

determinada comunidade. Recuero (2005) ainda sinaliza a respeito do fato de que embora as interações desenvolvidas em meio às redes de relacionamento não se desenvolvam de forma mútua, que elas possuem grande e recorrente impacto social, aspecto que também possui traços e reflexos frente aos dois polos centrais da relação comunicativa, sendo eles, de forma genérica, o emissor e o receptor.

Clarifica-se que em meio a uma interação reativa, desenvolvida em função de suas próprias e características limitações, acabam por reduzir profusamente o espectro apresentado pelas relações sociais que pode possibilitar a geração consequente de laços sociais (RECUERO, 2005). Ademais, evidencia-se que a interação mútua, por outro lado, traz permissividades à inventividade, e tal como explicita Primo (2000), pode levar à criação de relacionamentos cada vez mais complexos, partindo-se do ponto de vista social.

Destarte, importa compreender que, em meio as relações que são estabelecidas nas redes, os indivíduos possuem a possibilidade de escolha do outro com quem desejam se relacionar, diferentemente das relações estabelecidas de forma direta com a família e com a comunidade, desenvolvidas desde os mais precípuos processos de socialização (WELLMAN, 1999; 2002).

Velloso (2008) corrobora com a perspectiva de que as interações humanas decorrentes do ciberespaço, revelam-no como espaço que se constitui sobre a forma de uma ágora contemporânea, na qual é possível a realização de grandes debates públicos ou de trocas simbólicas entre determinados agrupamentos de pessoas que, na era da informação, são processados de maneira transformada e melhorada. Dando continuidade às elucidações dispostas por Velloso (2008), eleva-se o esclarecimento de que as múltiplas realizações desenvolvidas em meio ao ambiente virtual se dão sob a égide de determinados valores (e afinidades) culturais que os indivíduos possuem em comum com outras interfaces e com outras pessoas, possibilitando a composição das redes para mobilização e troca que evidenciem sustentações às relações por sua diversidade intrínseca e, também, pelo grande dinamismo possibilitado pela sociedade em rede.

Castells (1999) denomina que a “sociedade em rede” consiste num fenômeno pautado pela “era da Informação” que, de maneira geral, possibilitou a constituição de um momento histórico totalmente novo, no qual a base de todas as relações encontra-se estabelecida por meio da informação e da exponencial capacidade de

processamento e de geração de conhecimentos. Castells (2003) ainda traz entendimentos a respeito do fato de que a evolução da Internet e da sociedade faz com que a dimensão política das vidas humanas seja profundamente transformada de forma que, frente às novas estruturas em rede, o poder é exercido, antes de mais nada, em torno da produção e da difusão de determinados nós culturais e conteúdos informacionais.

Frente a esse contexto, elevam-se e pronunciam-se, nas estruturas de uma nova cultura, ou da cibercultura, alguns processos de interação e de interlocução, os quais compreendem a composição de espaços (ou territórios) virtuais que promovem conexões cada vez mais amplas e com maior dinamismo, sendo essas as características mais presentes nos movimentos sociais desenvolvidos em rede (CASTELLS, 2003). Dessas relações sociais desenvolvidas em rede advêm, como resultado, as realizações humanas dispostas em movimentos sociais tão antigos, quanto, essencialmente, a própria humanidade. Porém, por mais inovadores que sejam os relacionamentos pelos atuais meios de comunicação utilizados, esses assumem a forma e a dinâmica necessária para possibilitar a instauração da cibercultura como marca intrínseca e fundamental da contemporaneidade (VELLOSO, 2008).

Nesse cenário descrito é de fundamental importância observar que a cibercultura, tal como segue disposta em meio aos estudos de Peruzzo (2011), aduz à ideia da existência de uma atitude diferente mediante às novas tecnologias da informação, da comunicação e o mundo que se tem em volta. Compreende-se, então, que a Cibercultura auxilia diretamente nas operações de tais bens tecnológicos voltados, expressamente, para obtenção de um determinado poder comunicativo, que deve atuar frente a geração de conhecimento.

Ainda em relação ao ciberespaço, e tal como reporta Moraes (2000), é valioso depreender que esse constitui-se como um espaço “universal indeterminado”, em que a falta de controle e de hierarquias aparentes possibilitam, às partes, a reinvenção em determinadas densidades e extensões que se desenvolvem distintamente sem que se sobreponham ou subjuguem as demais partes envolvidas. E assim, em função de tais características específicas, em comparação com a ágora da contemporaneidade, o ciberespaço pode ser denominado de “Babel cultural”, especialmente em função da constante mutação e da desordem saudável que é

característica dos espaços de interação que encontram-se disponíveis na atualidade (MORAES, 2000).

Dias e De Lataille (2004), entendem que a popularização da tecnologia comunicativa se deu, especialmente, em virtude do incremento das relações interpessoais, isto é, do processo de facilitação da criação de relevantes e novos laços sociais. Sendo assim, deve-se levar em consideração que a rede social não se constitui apenas num lugar de formação e de circulação dos conteúdos de ordem simbólica, possuindo ainda um poder transformador para a reestruturação de todo o espaço de interação, com a intenção de propiciar novas configurações e produções de sentidos.

Partindo-se do pressuposto que o ciberespaço viria se consolidando cada vez mais como o espaço virtual no qual os indivíduos poderiam se aglutinar e se relacionar das mais variadas maneiras, não tardaria muito até as redes sociais surgirem de forma vigorosa. O praticamente extinto Orkut, criado em 2004, foi um marco no que diz respeito à criação de uma rede social. Nele era possível criar um perfil e se relacionar com várias outras pessoas, postando imagens, pensamentos, fotos e participando de comunidades temáticas, ou seja, era possível criar uma comunidade, como por exemplo, alunos de um determinado colégio. Desta forma, todos que quisessem participar dos assuntos ligados àquela temática, poderiam se filiar e trocar mensagens infinitamente. Praticamente um ano depois da criação da primeira rede social, surgiu o youtube, que seria a primeira plataforma de vídeo em que qualquer pessoa poderia hospedar vídeos que houvesse gravado. Ressalta-se que os brasileiros desenvolveram rapidamente apreço pelo advento das redes sociais, a partir do Orkut; prova disso é que em 2008, ou seja, apenas quatro anos após sua criação, de acordo com o portal Canal Tech, 50% de todos os usuários mundiais da plataforma eram brasileiros. A partir dessa constatação, julgou-se pertinente fazer uma breve investigação numérica sobre a relação da população brasileira com aplicativos e redes sociais diversos. Acredita-se que assim será possível entender um pouco mais sobre o perfil e o comportamento digital dos habitantes deste país.

3.1 Principais redes sociais e aplicativos utilizados no Brasil

Para verificar os números representativos da forma de utilização da sociedade brasileira no que diz respeito à internet, optou-se por utilizar os dados obtidos pelo portal *We Are Social*. Este site é de uma agência de publicidade que possui uma equipe global com 850 colaboradores e 15 escritórios localizados em 13 países. Na referida página existe uma espécie de “radiografia” com números de centenas de países sobre o comportamento de suas populações no ciberespaço em termos quantitativos. Foi feita a seleção dos dados da sociedade brasileira e que serão mencionados e discutidos a seguir. Enfatiza-se que os dados obtidos sobre o Brasil são de janeiro e fevereiro de 2021, com a população pesquisada com idade entre 16 e 64 anos.

Em janeiro de 2021, a população brasileira era de 213,3 milhões de habitantes, sendo que deste total, 50,9% eram do sexo feminino e 49,1%, masculino. Do total de pessoas, 87,2% viviam nos centros urbanos e 12,8% em zonas rurais. O país contava, no início de 2021, com 160 milhões de usuários de internet, sendo que esse número cresceu 6,4% em relação ao ano anterior, ou seja, de 2020 para 2021, houve o ingresso de mais 9,6 milhões de brasileiros no universo da grande rede. Esse aumento revela por si só o caminhar da população do país para um quantitativo cada vez mais elevado no que diz respeito ao acesso à internet. Um importante dado a ser destacado é o número de conexões móveis no Brasil, o que em última instância quer dizer acesso à internet por meio de dispositivos móveis como smartphones e tablets. Em janeiro do corrente ano, havia 205,4 milhões de conexões móveis o que representaria praticamente uma possibilidade de acesso à internet pra cada habitante. No entanto, ressalta-se que isso não corresponderia à realidade, uma vez que na presente estatística, pessoas poderiam ter acesso a mais de uma via de conexão e outras a nenhuma. O dado concreto é que o número de conexões móveis em território brasileiro era equivalente a 96,3% da população total.

Uma das demonstrações de que o uso de smartphones conectados à internet passou a ser cada vez mais evidenciado no que diz respeito também à comunicação entre as pessoas foi a diminuição de ligações telefônicas. O número de telefonemas oriundos de dispositivos móveis caiu 1,3%, ou seja, 2,7 milhões entre janeiro de 2020 e janeiro de 2021. Credita-se essa diminuição à utilização cada vez mais

frequente de aplicativos de comunicação instantânea como o whatsapp, por exemplo.

A média diária de uso da internet em dispositivos móveis foi de 5 horas e 17 minutos por habitante sendo que, na maior parte deste tempo, os usuários estavam navegando em redes sociais (3 horas e 42 minutos em média, por dia). O interesse pelo brasileiros no que diz respeito às redes sociais mostra-se de maneira inequívoca ao se constatar que o país contava com 150 milhões de usuários em janeiro de 2021 e que, no intervalo de um ano, esse número aumentou em 7,1%, ou seja, 10 milhões de novos usuários. Chegou-se, dessa forma, à marca de 70,3% da população vinculada às redes sociais; cabe ainda ressaltar que, dos 150 milhões mencionados, praticamente a sua totalidade, ou seja, em 98,8% das vezes, as pessoas acessavam as redes por meio de um dispositivo movel. As seis redes mais acessadas pelos brasileiros no período ora mencionado foram:

- Youtube = 96,4%
- Whatsapp = 91,7%
- Facebook = 89,8%
- Instagram = 86,3%
- Facebook Messenger = 68,5%
- Twitter = 51,6%

No que diz respeito à utilização dos aplicativos nos dispositivos moveis, temos a seguinte sequência:

- Redes Sociais = 98,2%
- Aplicativos de conversas = 97,6%
- Vídeos = 92,4%
- Compras = 79,4%
- Mapas = 77,7%
- Músicas = 68,0%
- Jogos = 60,9%
- Bancos = 57,0%
- Saúde, atividades físicas e alimentação = 28,7%
- Encontros amorosos = 14,2%

Como pôde ser verificado nos dados da *We Are Social*, o número brasileiros com acesso à internet vem aumentando consideravelmente, principalmente ao se constatar que a maioria das pessoas o faz por meio de dispositivos moveis. Um dos pontos relevantes da investigação desta tese se dá exatamente a partir do momento constatado em que se ocorreu a fusão da telefonia móvel com a internet. Convém lembrar, conforme já foi mencionado neste trabalho, que os primeiros telefones celulares não tinham acesso à rede; num primeiro momento eram restritos aos telefonemas e, posteriormente, ao envio de mensagens de texto. A guinada dos smartphones conectados à internet, sobretudo após a popularização dos planos de acesso e à facilidade de aquisição dos aparelhos, muitas vezes financiados em várias prestações, trouxe ao brasileiro uma nova realidade tecnológica. Antes, para se acessar a internet, era necessário estar em algum lugar que tivesse conexão vinculada a um provedor, com a necessidade de um computador, como apresentado anteriormente. A partir da facilidade de se estar com um telefone móvel no bolso, o acesso a uma diversidade de possibilidades digitais passou a ser de acesso imediato e com poucos toques na tela, sobretudo após a proliferação dos chamados APPs, conhecidos no Brasil como aplicativos. Tudo isso colaborou para que o número de brasileiros com acesso à internet via dispositivos moveis se aproximasse da quase totalidade da população, conforme já foi mencionado.

Outro ponto que pode ser considerado relevante foi a quantidade de tempo médio que cada brasileiro gasta na internet diariamente. O tempo de 5 horas e 17 minutos representaram quase 21% do dia, chamando-se ainda a atenção para o fato de que desse tempo, 3 horas e 17 minutos foram dedicados às redes sociais. Os aplicativos de comunicação, tendo como seu maior expoente no país, o whatsapp e redes sociais como youtube, facebook e instagram, entre outras, consomem grande parte do dia a dia da população o que por si, representa uma mudança comportamental, quando se reflete, por exemplo, sobre épocas em que a internet não existia, ou mesmo quando existia, mas era acessada exclusivamente por meio de computadores. De acordo com os dados levantados são 70,3% dos brasileiros vinculados a alguma rede social (ou seja, 150 milhões de pessoas), com 96,1% das pessoas conectadas a partir de algum dispositivo móvel. Quais são os impactos que esse novo cenário tecnológico podem causar na saúde mental das pessoas? Seguramente há e haverá consequências desse novo estilo de vida, cada vez mais

digitalizado e conectado, afinal de contas, foram inseridos na vida de milhões de pessoas, elementos até então desconhecidos e que, na atualidade, ocupam parte significativa do tempo dos indivíduos. Portanto, esta pesquisa visa entender o alcance dos eventuais impactos em uma amostra específica nas esferas social, ocupacional e psicológica, inclusive com a possibilidade do surgimento de novas psicopatologias relacionadas ao uso das tecnologias ou, concomitantemente à elas.

4 NOMOFOBIA: DEPENDÊNCIA DO TELEFONE CELULAR E DA INTERNET

Da Silva et al. (2014) trazem o posicionamento de que, desde os tempos mais imemoriais da humanidade, a comunicação sempre foi pressuposto fundamental para a sobrevivência e evoluiu profusamente, passando a assumir muito mais significados do que apenas a expressão do indivíduo em sociedade. O ato de se comunicar eleva-se de tal maneira que, por meio dele, indivíduos passam a se sentir parte integrante de um determinado grupo social. Complementarmente a esse raciocínio pode-se depreender que entre as possibilidades que a internet proporciona está a do ato de comunicação que, por meio de ferramentas tecnológicas próprias, também apresenta um elemento de integração das pessoas.

O surgimento da internet na década de 60 e a sua exponencial popularização têm se constituído como um dos mais significativos fenômenos culturais da atualidade. O impacto da criação desse aparato tecnológico pode ser facilmente observado em diversas áreas, sobretudo no comportamento humano. É interessante notar como que, no decorrer dos anos, a internet tornou-se um espaço particularmente importante para as relações humanas (MELGAÇO; MADUREIRA, 2017, p. 26).

A palavra comunicação pressupõe as possibilidades de informar, transmitir e compartilhar determinada informação, partindo-se do princípio de que sempre há um emissor da mensagem e um receptor. A internet acabou por aumentar a velocidade da transmissão dos mais variados tipos de informação e em escala nunca antes experimentada pela civilização. Esse novo aparato proporcionou e vem proporcionando modificações na esfera político/social, favorecendo trocas de pensamentos por grupos de pessoas que às vezes chegam a milhões de participantes, resultando em mobilizações, reivindicações e protestos contra determinados governos, por exemplo. E assim, com o desenvolvimento dos métodos de comunicação com apelo tecnológico, elevou-se grandemente a cidadania chegando-se a outro nível (MICHEL; MICHEL, 2006).

Corroborando com tais aspectos, Melgaço e Madureira (2017) concluem que a vida social passou a ganhar novos contornos partindo-se da invenção de tal nova ferramenta, sendo importante destacar que ela possui a finalidade e a capacidade específica de promover a maximização do contato entre as pessoas. Além disso, a internet emergiu velozmente, possibilitando aproximar conhecidos ou desconhecidos

por intermédio das redes sociais, reduzindo distâncias, com o intuito de transformar completamente a experiência espaço-temporal dos seus usuários. Neste sentido, em meio a tempos caracterizados por grandes e acelerados avanços tecnológicos, interações antes inimagináveis, atualmente, ocorrem de maneira muito simplória, rápida e instantânea (MELGAÇO; MADUREIRA, 2017). Ademais, com o advento das redes sociais e da internet, as formas de socialização ganharam novos rumos e finalidades, cabendo-se evidenciar o pressuposto específico de que

o objetivo de socializar-se pode ser entendido como apreender o mundo externo e entender conceitos que diferem de uma percepção já conquistada. É preciso que exista este processo, que não seja ignorada as potencialidades de nenhum grupo, pois isto implicaria num prejuízo ao desenvolvimento social (DA SILVA ET AL., 2014, p. 2).

Como mencionado, observa-se que a internet tem se revelado um palco repleto de informações e comunicações, tornando-se uma matriz de ordem funcional para a criação de laços múltiplos. A vida em comunhão nas redes virtuais ganha força e toma conta de todo o espaço tecnológico, caracterizado como sendo um ambiente de convivência a ser frequentado de forma regular e no qual as pessoas desenvolvem relações categoricamente importantes (ARAÚJO, 2005).

Sobre as transformações nos campos psicológico e emocional é importante ressaltar que, tal como salienta Castells (2005), “[...] a tecnologia não determina a sociedade: é a sociedade que determina a tecnologia”. Com efeito, acrescenta este autor, “a sociedade é que dá forma à tecnologia de acordo com as necessidades, valores e interesses das pessoas que utilizam as tecnologias” (CASTELLS, 2005, p. 17). Partindo-se desta perspectiva, percebe-se a grande e particular sensibilidade pertencente de forma característica às tecnologias da comunicação e da informação no que tange aos usos sociais condizentes às próprias tecnologias e aos seus efeitos (AMANTE, 2014).

Pode-se ainda identificar duas vertentes transformacionais com o uso desenfreado da internet: a criação de um estado de dependência do aparelho celular (ou qualquer outro equipamento com acesso à internet) e, também, uma dependência das relações virtuais desenvolvidas por meio das telas. Essa dependência psicológica apresenta-se de maneira preocupante na sociedade contemporânea, fazendo com que vários pesquisadores se debrucem sobre este novo fenômeno comportamental denominado Nomofobia.

O termo Nomofobia é usado para descrever uma condição psicológica em que as pessoas têm medo de serem desligadas da conectividade do telefone móvel. O termo Nomofobia foi construído a partir das definições descritas no DSM-IV e foi rotulado como uma “fobia por coisas particulares / específicas”, apesar de não estar descrito literalmente como diagnóstico. Vários fatores psicológicos podem estar envolvidos quando uma pessoa usa excessivamente o telefone celular, como por exemplo, baixa autoestima, ansiedade, depressão, solidão, exibicionismo etc. A carga desse problema está aumentando globalmente. Outros transtornos mentais como fobia social ou ansiedade social e transtorno do pânico também podem precipitar sintomas nomofóbicos.

O termo Nomofobia teve origem na Inglaterra, sendo infundido na expressão *no-mobile phone*, que significa “sem celular”. Acrescenta-se, ainda, a palavra *fobos*, de origem grega, que significa fobia ou medo. Em outras palavras, Nomofobia é a angústia ou medo de o indivíduo permanecer impossibilitado de se comunicar por meio de seu smartphone. Portanto, percebe-se que este termo não é originado de uma palavra específica em latim, mas sim da junção de palavras inglesas com uma grega. É um conceito que não tem origem etimológica em línguas mais antigas exclusivamente, porque, para a sua criação, foi preciso que existissem objetos inerentes à contemporaneidade como os próprios computadores e smartphones.

A palavra Nomofobia foi mencionado pela primeira vez pelos Correios do Reino Unido (UK) em 2008, durante um estudo que encomendado pela *YouGov*, uma organização de pesquisa com sede no referido país. O objetivo desse estudo foi avaliar a possibilidade de ocorrência de transtornos de ansiedade devido ao uso excessivo de telefones celulares com o total de 2163 pessoas. O estudo constatou que quase 53% dos britânicos que usavam telefones celulares ficavam incomodados quando “perdiam o celular, ficavam sem bateria, sem crédito ou sem cobertura de rede”. A pesquisa também revelou que aproximadamente 58% dos homens e 47% das mulheres sofriam de ansiedade pelo telefone celular e, além disso, 9% se sentiam tensos quando seus telefones celulares eram desligados. Ao comparar os níveis de estresse, descobriu-se que o nível de ansiedade estava em paridade com os de “nervosismo no dia do casamento” ou então, de “visitas ao dentista”.

É tarefa complexa diferenciar se o paciente tornou-se nomofóbico devido ao vício em telefones celulares ou se transtornos psiquiátricos pré-existentes se

manifestam como sintomas nomofóbicos. Os sinais e sintomas observados nos casos de Nomofobia incluem ansiedade, alterações respiratórias, tremores, transpiração, agitação, desorientação e taquicardia. A complexidade desta condição é muito desafiadora para os pacientes, bem como para seus familiares e profissionais de saúde, pois este quadro de adoecimento psicológico compartilha sintomas clínicos comuns com outras doenças. É por isso que a Nomofobia deve ser diagnosticada por exclusão.

Os estudos envolvendo esse tema no Brasil ainda são escassos e recentes, o que leva a crer que trata-se de um campo vasto de conhecimento a ser explorado no país. Atualmente, as principais pesquisas na área acontecem no Laboratório de Pânico e Respiração (LABPR), localizado no Instituto de Psiquiatria (IPUB) da Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ), onde são observadas mudanças cognitivas, comportamentais, sociais e familiares dos pacientes que lá são atendidos. Cumpre-se destacar que o IPUB é uma instituição de credibilidade, assim como enfatizam King et al. (2014): “O IPUB foi fundado em 1938 e é reconhecido como uma instituição de indubitável importância na história da formação de profissionais na área de saúde mental e reabilitação psicossocial”. Ressalta-se ainda que tal instituição tem reconhecida credibilidade internacional, sendo considerado como Centro de Ciências da Saúde pela Organização Mundial da saúde (OMS).

Em 2008, a equipe do LABPR identificou alterações no comportamento dos pacientes com transtornos de ansiedade relacionados ao uso indevido do computador e dos smartphones, interferindo de modo considerável na qualidade de vida dos usuários. Essa constatação motivou a equipe a desenvolver estudos científicos que pudessem embasar essa descoberta, que, por se tratar de um assunto recente no Brasil, necessita de pesquisas pareadas e ininterruptas a fim de que sejam acompanhadas as interferências e mudanças na vida das pessoas de modo geral. Prova de que os estudos sobre Nomofobia são inteiramente recentes em território brasileiro é o fato de que o primeiro artigo publicado em revista internacional sobre o tema foi feito somente em 2010 por King e colaboradores, e se referia a um estudo de caso no qual um paciente apresentava sintomas compatíveis com Transtorno do Pânico, quando estava na ausência de seu smartphone. E que, em sentido contrário, os sintomas tinham significativa diminuição quando ele estava próximo ao referido objeto.

Relacionar a Nomofobia a vários tipos de transtornos que uma pessoa pode desenvolver, tais como: ansiedade, pânico, impulso, fobia social, transtorno obsessivo-compulsivo, dependência patológica, entre outros, também é tarefa diária dos pesquisadores envolvidos. A dependência patológica do uso do aparelho celular, de acordo com os pesquisadores, pode ser comparada ao comportamento de uma pessoa dependente de drogas, causando conduta compulsiva e perda de controle. É importante ressaltar que o problema não é, necessariamente, da tecnologia em si, mas da utilização que se faz dela. Da timidez, por exemplo, pode-se desencadear uma fobia social, potencializada ainda mais pela atitude de evitar o contato real com outros seres humanos, restringindo-se ao ambiente virtual.

Em termos de diagnósticos psiquiátricos pode-se dizer que o Manual Diagnóstico e Estatístico dos Transtornos Mentais, da Associação Americana de Psiquiatria e que a CID, Classificação Internacional das Doenças da OMS (Organização Mundial de Saúde), são as principais norteadoras para a prática dos profissionais de saúde mental no nível global. As penúltimas versões de ambas, conhecidas respectivamente como DSM-IV e CID-10, não apresentam o termo Nomofobia e não fazem menção diretamente à dependência de internet. Considera-se entretanto que, de forma ainda bastante embrionária, tenham apresentado os primeiros passos nessa direção, uma vez que tratam do tema dependência de drogas, tendo o jogo patológico incluído no campo dos controles do impulso. As versões atuais de ambas publicações deram mais um passo em relação ao tema de dependência de internet, entretanto, não especificamente à grande rede em si ou em relação a eventuais aparelhos que propiciem seu acesso. A CID-11 traz o conceito de (*gaming disorder*), ou dependência de jogos de vídeo game online e offline, ao passo que o DSM-V está caminhando na mesma direção. De acordo com Rocha et al (2019)

já existe um apêndice no DSM-V acerca da dependência de jogos na internet, um transtorno não relacionado ao uso de substâncias, o que pode abrir espaço para uma caracterização mais formal do uso abusivo do TI em breve.

Apesar da dependência especificamente de internet ou de aparelhos que se conectem à grande rede, considera-se valioso refletir que tal ausência de nomenclatura não exclui a importância do estudo do tema. Na clínica de saúde mental do dia a dia percebe-se que uma quantidade considerável de indivíduos

estabelece relação nociva com o uso de internet e smartphones e que isso traz prejuízos significativos em várias esferas de suas vidas. De acordo com Marc Potenza, professor de Psiquiatria e Neurociência da Escola de Medicina de Yale, há uma razão para essas omissões nas duas publicações mencionadas.

Há um debate sobre o uso do termo vício em internet. Tanto o grupo CID-11, quanto o grupo DSM-V, optaram por se concentrar no comportamento e não no dispositivo de entrega. Assim, a comunidade psiquiátrica global acha que é a própria internet que é o problema – não o telefone na mão.

Para nortear o conceito do que poderia ser entendido como uma relação de dependência normal da utilização de internet em smartphones e o que poderia ser classificado como Nomofobia, recorreu-se à ideia de tal diferenciação, proposta por King et al (2014). Ao indagar sobre os tipos de dependência de tecnologia, a referida autora parte do pressuposto que existem tanto a dependência normal quanto a patológica, esta última classificada como Nomobia. O ponto de partida do seu raciocínio é o Manual Diagnóstico e Estatístico dos Transtornos Mentais (DSM-IV). Esta publicação de acordo com King et al. (2014, p.14)

categoriza a dependência de substâncias como (álcool e outras drogas) como um transtorno psiquiátrico do Eixo I, definindo critérios diagnósticos relacionados a um comportamento mal adaptativo em que o indivíduo passa a expressar, sem controle voluntário, distúrbios no plano social, psicológico e físico.

Entende-se, portanto, que apesar de haver ainda resistência por parte de importantes publicações com respaldo a nível mundial em referir-se ao objeto (por exemplo smartphone), assim como o que ele pode proporcionar (telefonemas e conexões com internet), que o simples distanciar-se de uma pessoa de um objeto que lhe traga segurança ou outro bem estar psíquico, justifique o conceito de Nomofobia. Dessa forma, sacramenta-se a situação de dependência patológica do objeto que proporciona a essas pessoas, algum tipo de estabilidade emocional. Este tipo de dependência precisa, necessariamente, estar acompanhada de algum ou alguns tipos de sintomas que podem ser físicos tais como sudorese, tremores, agitação psicomotora, taquicardia entre outros, ao passo que os sintomas psíquicos são descritos como angústia, medo, pavor, ansiedade, nervosismo e apatia, entre outros, todos sempre relacionados à impossibilidade de utilização imediata do smartphone. Na presença do dispositivo móvel, todos esses sintomas tendem a

desaparecer, trazendo sensação de alívio ou prazer ao indivíduo nomofóbico.

Quando menciona-se dependência normal de tecnologias, no caso específico de smartphones e internet, King et al. (2014, p.14) , defende a ideia que “somos dependentes do telefone celular para falar com o companheiro, chefe, família, ou pela conveniência de sermos localizados a qualquer hora”. De fato, a própria invenção do telefone celular representou um imediatismo na velocidade da comunicação e na possibilidade de comunicação jamais visto. Mesmo quando se existia o telégrafo ou mesmo os primeiros telefones fixos, partia-se do pressuposto de que as pessoas, para se comunicarem, precisavam necessariamente estarem estáticas em um determinado local. A telefonia móvel inseriu a comunicação em um novo patamar, uma vez que os indivíduos não precisariam mais estar fixados em algum local para entrarem em contato. E, como já foi mencionado na presente tese, a fusão da telefonia com a internet aumentou ainda mais as possibilidades de trocas comunicacionais diversas o que, de acordo com King et al (2014, p.14) representa também uma dependência normal da internet:, como pode ser atestado no trecho abaixo.

Em relação à internet, podemos naturalmente dizer que somos dependentes para trabalhar, participar de redes sociais, trocar correspondência ou pesquisar sobre diversos assuntos. Nesses casos, o termo dependência não assume o significado de algo nocivo ou prejudicial.

De forma geral, a dependência pode assumir uma conotação positiva, consequentemente aceitável, para as mais variadas perspectivas. É natural afirmar-se por exemplo que se tem uma dependência do uso de aviões para deslocamentos mais rápidos entre continentes. Da mesma maneira, é compreensível afirmar que existe uma dependência do uso de geladeiras para conservar os alimentos por mais tempo etc. O que se objetivou neste capítulo foi conceituar a Nomofobia, assim como os conceitos de dependência normal e patológica, visto que os seres humanos dependem de vários objetos para determinados fins e isso é uma realidade inquestionável. Essa dependência, não pode ser atravessada pela existência de sintomas físicos e psicológicos, como percebe-se, por exemplo, em pessoas dependentes de álcool e outras drogas. O próximo capítulo será dedicado a explorar as várias possibilidades de quadros psicopatológicos catalogados e descritos pelo DSM-V e CID-11, e suas estreitas relações com a Nomofobia.

5 TRANSTORNOS PSICOLÓGICOS RELACIONADOS À DEPENDÊNCIA DE TECNOLOGIA

Antes de se abordar os quadros psicopatológicos e suas correlações com a Nomofobia, optou-se por mencionar brevemente dois ambientes em que as novas tecnologias são cada vez mais incorporadas a fim apenas de se ilustrar o quão capilar o uso delas se tornou.

5.1 Uso de tecnologia no mundo do trabalho

Tratada basicamente nas áreas da Psicologia e Psiquiatria, a Nomofobia pode se despontar igualmente no ambiente organizacional, em razão das reivindicações de determinadas empresas que obrigam a disponibilidade dos funcionários a todo o momento, onde quer que estejam. Nesse sentido, o tema passa a ser de basilar importância para as organizações, a fim de cuidar da saúde mental e bem-estar dos seus colaboradores.

Levando-se em consideração o ambiente organizacional, algumas instituições incorporaram em suas atividades diárias o uso do telefone celular, tendo em vista os benefícios que podem ser proporcionados, os quais incluem a facilidade de acesso à internet, e-mails e mais rapidez na comunicação. Em contrapartida, apesar das inúmeras vantagens dessa tecnologia, existem prejuízos decorrentes da sua má utilização, como problemas ergonômicos e a diminuição da concentração nas atividades de trabalho. Alguns profissionais tornam-se “escravos do trabalho” em função de estarem permanentemente on-line, como se estivessem sempre de plantão, fazendo hora extra com o telefone celular ligado. Muitas empresas se utilizam dessa ferramenta e a oferecem como benefício ao funcionário, comparando-o ao plano de saúde ou vale-alimentação.

Nas mais diversas profissões, a rotina de trabalho está associada ao uso contínuo do celular, como no caso de empresários, executivos, vendedores, profissionais do marketing, professores, médicos e psicólogos entre outros. Nesse sentido, é necessária uma investigação mais profunda das suas implicações no âmbito organizacional, uma vez que a dependência da rede pode ocorrer não só por

prazer ou necessidade sociais, mas também por obrigações relacionadas às exigências do trabalho. A utilização da tecnologia deve ser exercida, portanto, com cautela, sob pena de se converter em motivo para a completa anulação de seus benefícios. Apesar de facilitar a comunicação organizacional e profissional, o uso excessivo do celular pode colaborar para o desenvolvimento de um padrão *workaholic*, influenciando a forma como o indivíduo trabalha, se relaciona e vive. Há inferências de que a sobrecarga de trabalho em indivíduos que utilizam o telefone celular como meio de comunicação com clientes gera comportamentos mais compulsivos e competitivos no local de trabalho.

Qualquer pessoa está sujeita à Nomofobia. Assim como os jovens que nasceram no mundo tecnológico, os colaboradores das organizações que precisam estar conectados e disponíveis 24 horas por dia também podem ser afetados. Aos poucos, este quadro psicológico faz com que as pessoas se distanciem e se isolem da convivência com a família e amigos, para ficar no mundo virtual, sofrendo mudanças comportamentais diversas. É um contexto paradoxal, pois ao mesmo tempo em que não há uma relação pessoal, existe um contato no mundo virtual com outros indivíduos, aproximando os que estão longe e, muitas vezes, afastando os que estão próximos.

Permanecer tempo excessivo no mundo virtual tem feito com que as relações no mundo real sejam prejudicadas, assim como a saúde mental dos indivíduos demasiadamente digitalizados. Portanto, apesar dos amplos benefícios que as inovações tecnológicas proporcionaram ao mundo do trabalho, cabe ressaltar que, no ambiente virtual, a “realidade” às vezes, não é a “real”. Nesse contexto, percebe-se os impactos que a tecnologia está trazendo para muitos seres humanos, que agora se queixam, frequentemente, de que ela os tem escravizado, mais do que ajudado. Com efeito, esses elementos começam a causar dependência nas pessoas, que estão vendo suas vidas se restringirem, na verdade, pelo uso inadequado dessa tecnologia.

5.2 Uso de tecnologia nas escolas

A partir da utilização cada vez mais frequente da internet em telefone celulares e tablets, necessariamente pais e escolas passaram a ter papel preponderante na condução de sua utilização, a fim de que estes instrumentos auxiliem no aprendizado e proporcione os benefícios. A internet proporcionou uma transformação da cultura global, agora compreendida como cibercultura, fenômeno novo e recheado de desafios.

Para Setzer (2001) se os filhos não usassem computadores, os pais ficariam ansiosos, por acharem que os filhos não estariam se beneficiando de seus recursos como ferramenta educacional e nem se preparando para sua futura vida social e profissional. Por outro lado, o autor faz algumas objeções em relação ao uso da Internet, sendo a principal em relação à redução da educação ao consumo e compartilhamento de informação, ou seja, quando não há compreensão da informação, esta reduz-se a meros dados (*IBID.*, 2001).

Os adolescentes também gostam de ser identificados como um grupo, fazendo parte de algo, ou seja, nesse grupo eles precisam se comunicar intensamente. Eles passam horas falando na escola, no telefone, enviando mensagens, divertindo-se jogando e, cada vez mais, fazem isso com o suporte da tecnologia. A forma com a qual eles lidam com as novas ferramentas tecnológicas na atualidade será importante não só agora, mas também quando se tornarem adultos nos variados contextos: social, familiar, afetivo, financeiro etc. A utilização do telefone móvel celular para uso pessoal por adolescentes entre 15 e 17 anos no Brasil, conforme verifica-se na Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios (PNAD) em 2014, do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (2016) é de 80,8% da população desta faixa etária. Acredita-se que a maioria desses telefones celulares possuam acesso à Internet, visto que, segundo a PNAD 2014 (*ibid.*, 2016), 80,4% dos domicílios com utilização da Internet o fazem pelo telefone móvel celular e 21,9% usam também o tablet para o acesso, ressalta-se que não há esse percentual segmentado para a faixa etária dos 15 aos 17 anos. Verificou-se que o equipamento utilizado para acessar à Internet no Brasil por meio do telefone móvel celular superou o acesso via computador, que foi de 76,6% (*IBID.*, 2016).

Segundo Lenhart (2010) *apud* Floros e Siomos (2013, p. 529) a utilização da

Internet por adolescentes nos Estados Unidos atingiu um pico de 93% e manteve-se estável desde 2006. Já no Brasil, conforme o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (2016), o número de pessoas com 10 anos ou mais de idade que utilizaram a Internet em 2014 foi de 95,4 milhões (54,4% da população).

Considera-se um número elevado de adolescentes na faixa compreendida entre 15 e 17 anos que possuem telefones celulares. Além disso, a quantidade dessa população que utiliza a internet é alta. Ponderando-se que estes adolescentes estão em idade escolar, e que, segundo a PNAD 2014 (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, 2016), 66,8% dos estudantes da rede pública com idade a partir de 10 anos possuem telefone móvel celular, passando para 93,4% na rede privada, acredita-se que eles estejam empregando os seus telefones celulares na escola e em casa para as mais diversas finalidades e que, por vezes, podem utilizá-los de forma inadequada, gerando situações de conflito em ambos os ambientes. Nessa conjuntura, admite-se refletir sobre os fatos de como e quais são os possíveis efeitos da mediação dos dispositivos móveis, sobretudo no processo de ensino-aprendizagem e no convívio familiar. Essa questão pode propiciar reflexões interessantes, sobretudo na forma com a qual a escola trabalha a utilização dos dispositivos móveis no campo ensino aprendizagem, bem como a maneira que os pais lidam com os filhos em relação à utilização desse equipamento em casa.

Nessa direção, expõe-se como os educadores veem o uso dos dispositivos móveis no processo de ensino-aprendizagem e até que ponto o uso da tecnologia interfere no desempenho escolar. Assim, busca-se relacionar os fatos e sentidos ao contexto, bem como quais os benefícios e os riscos provenientes da utilização de tal ferramenta. Cumpre ainda mencionar que uso excessivo dos dispositivos móveis pelas crianças e adolescentes pode trazer prejuízos ao convívio familiar, visto que o indivíduo fica constantemente usando o aparelho, por vezes isolado em algum cômodo da casa, frequentemente com a porta fechada. Além dos impactos nessa esfera, pode-se citar também os efeitos negativos no desempenho acadêmico dos estudantes visto que, passa-se muito tempo no smartphone, sobretudo em redes sociais, jogos ou aplicativos diversos, por isso sobra pouco tempo para a dedicação aos afazeres escolares.

Existe a preocupação hipotética de que boa parte dos professores e pedagogos não saiba empregar os dispositivos móveis de maneira correta ou

instrutiva em âmbito escolar ou como ferramenta de apoio ao ensino. Essa lacuna de ensino, uma vez não preenchida de forma saudável e útil, pode ser tomada por comportamentos inadequados da utilização excessiva do smartphone que vão desde o distanciamento afetivo e social de familiares e dos colegas, até quadros de grande alienação da realidade, com fixação excessiva em jogos e redes sociais, culminando em prejuízo na gestão de seu tempo de estudo, de alimentação e de atividades físicas, entre outros.

Segundo Setzer (2001) o uso da Internet para fins educacionais vinha sendo promovido como o mais importante instrumento educacional já inventado, o qual permite ao jovem procurar livremente algum material educacional ou alguma informação útil, além de possibilitar a troca de informações com diferentes pessoas em qualquer parte do planeta. Entretanto, por outro lado, a utilização não saudável de tal tecnologia pode inclusive fazer efeito contrário, ou seja, uma deficiência na aprendizagem caso o indivíduo se torne dependente de jogos, redes sociais e aplicativos diversos não voltados para o campo da aprendizagem. Adentra-se assim, ao terreno das psicopatologias clássicas e/ou Nomofobia.

O transtorno de dependência da *Internet* é um fenômeno interdisciplinar e tem sido estudado de diferentes pontos de vista em várias ciências, como Medicina, Informática, Sociologia, Direito, Ética e psicologia. A realização de diagnósticos de psicopatologias tem como dois dos seus principais norteadores em termos mundiais, a Classificação Internacional das Doenças Mentais e de Comportamento, publicada pela Organização Mundial de Saúde – CID (que está na sua décima primeira edição) e o Manual Diagnóstico e Estatístico dos Transtornos Mentais – DSM, publicado pela Associação Norte Americana de Psiquiatria que se encontra na sua quinta edição. Como o presente capítulo aborda especificamente a Nomofobia e psicopatologias que possam estar correlacionadas, julgou-se adequado retomar o aprofundamento sobre essas duas publicações que representaram, ainda que de forma embrionária, um primeiro passo até quem sabe, em uma próxima edição, o termo Nomofobia ser adotado. Isso é de singular importância visto que, a cada edição, observa-se transformações. Quadros que já foram considerados psicopatológicos deixaram de ser após profundas revisões, novas psicopatologias foram incluídas e outras mudaram de classificação dentro da própria publicação. Como exemplo, pode-se citar a homossexualidade que já foi considerada desvio

sexual ou, em última instância, uma doença mental. O quadro conhecido durante muito tempo como Psicose Maníaco Depressiva, antes alocado no espectro das psicoses, atualmente tem outro nome (Transtorno Bipolar) e está inserido no rol dos Transtornos de Humor. Essas mudanças devem-se a dois motivos: o primeiro deles, no próprio entendimento e refinamento do entendimento de determinada psicopatologia ao longo dos anos e, sobretudo, pelo fato da sociedade passar por transformações constantes. O dinamismo da humanidade é algo intrínseco à existência. Caso não fosse, ainda estaria-se na era das cavernas até hoje. Apesar da Nomofobia não ter sido incluída como transtorno psiquiátrico no DSM-V, o interesse por este desequilíbrio no uso das tecnologias aumentou e a primeira pista seguida por essa publicação sustenta-se na questão dos jogos online. Com isso tem-se o que foi conceituado como “Transtorno do Jogo pela Internet” que fica inserido na seção intitulada “Condições que exigem estudos posteriores”. Partindo-se do entendimento de que boa parte dos jogadores também o faz por meio dos smartphones, entende-se que em algum momento, o transtorno específico intitulado Nomofobia poderá ser instituído ou, ao menos considerado coexistente. Seguem abaixo os critérios diagnósticos publicados pelo DSM-V para transtorno do jogo pela internet.

Uso persistente e recorrente da internet para envolver-se em jogos, frequentemente com outros jogadores, levando a prejuízo clinicamente significativo ou sofrimento conforme indicado por cinco (ou mais) dos seguintes sintomas em um período de 12 meses:

1) Preocupação com jogos pela internet. (O indivíduo pensa na partida anterior do jogo ou antecipa a próxima partida; o jogo pela internet torna-se a atividade dominante na vida diária).

2) Sintomas de abstinência quando os jogos pela internet são retirados. (Esses sintomas são tipicamente descritos como irritabilidade, ansiedade ou tristeza, mas não há sinais físicos de abstinência farmacológica).

3) Tolerância – a necessidade de passar quantidades crescentes de tempo envolvidos nos jogos pela internet.

4) Tentativas fracassadas de controlar a participação nos jogos pela internet.

5) Perda de interesse por passatempos e divertimentos anteriores em consequência dos, e com a exceção dos, jogos pela internet.

6) Uso excessivo continuado de jogos pela internet apesar do conhecimento dos problemas psicossociais.

7) Enganou membros da família, terapeutas ou outros em relação à quantidade de jogo pela internet.

8) Uso de jogos pela internet para evitar ou aliviar o humor negativo (p. ex, sentimentos de desamparo, culpa, ansiedade).

9) Colocou em risco ou perdeu um relacionamento, emprego ou oportunidade educacional ou de carreira significativa devido à participação em jogos pela internet.

Quanto à intensidade a American Psychiatric (2013, p. 796) aponta

o transtorno do jogo pela internet pode ser leve, moderado ou grave, dependendo do grau de perturbação das atividades normais. Os indivíduos com Transtorno do jogo pela internet menos grave podem exibir menos sintomas e menor perturbação em suas vidas. Aqueles com a forma grave do transtorno terão mais horas passadas no computador e perda mais graves de relacionamentos ou oportunidades na carreira ou escola.

Note-se ainda que este transtorno está na seção do DSM-V em que estão descritos casos que necessitam de estudos posteriores, ou seja, que ainda há necessidade de estudos e investigações mais aprofundados sobre o tema. No caso da CID-11, o uso de internet está também inserido no âmbito dos jogos com o título “Desordem de Jogo”, dentro do Eixo “Transtornos devido a comportamentos de dependência”. Nesta publicação, a OMS (2019) descreve o “transtorno de jogo como caracterizado por um padrão de comportamento de jogo persistente ou recorrente ('jogos digitais' ou 'jogos de vídeo'), que pode ser online (ou seja, através da Internet) ou offline”. Seguem abaixo os principais indicadores.

1) Controle prejudicado sobre o jogo (por exemplo, início, frequência, intensidade, duração, término, contexto);

2) Aumentar a prioridade dada ao jogo na medida em que o jogo tem precedência sobre outros interesses da vida e atividades diárias;

3) Continuação ou escalada do jogo, apesar da ocorrência de consequências negativas. O padrão de comportamento é de gravidade suficiente para resultar em prejuízo significativo nas áreas pessoais, familiares, sociais, educacionais, ocupacionais ou outras áreas importantes de funcionamento.

O padrão de comportamento de jogo pode ser contínuo ou episódico e recorrente. O comportamento de jogo e outros recursos são normalmente evidentes

por um período de pelo menos 12 meses para que um diagnóstico seja atribuído, embora a duração necessária possa ser reduzida se todos os requisitos de diagnóstico forem atendidos e os sintomas forem graves.

Por mais que essas duas instituições ainda coloquem vinculações de diagnósticos sobre uso da internet quase que exclusivamente voltada para a questão dos jogos, é nítido que a relação das pessoas com seus smartphones e internet vai bem além disso. É muito fácil de se perceber o sistema de recompensas implícito no discurso de pessoas que relatam sentir intenso prazer quando recebem uma “curtida” ou comentário em alguma de suas postagens em redes sociais ou quando recebem mensagens em seus aplicativos de comunicação. Isso faz com que indivíduos chequem os aparelhos inúmeras vezes, relatando sentir-se bem quando percebem que há notificações pra ele ao passo que, quando elas não existem, sentimentos como tristeza, ansiedade e angústia são citados. É sabido que quando os indivíduos experimentam alguma dose de recompensa ou prazer, essa sensação se dá por uma junção de fatores psicológicos, aliados aos biológicos. Portanto, é possível para o ser humano tornar-se dependente de coisas que disparam este mecanismo de querer mais e mais. Se jogos, álcool, drogas diversas, sexo, compras, comida, atividades físicas e até mesmo trabalho podem causar dependência, por que não pensar o mesmo em relação à internet e smartphones?

5.3 Transtorno do Pânico e Nomofobia

O Transtorno no Pânico é dos Transtornos Ansiosos caracterizados por ataques de pânico frequentes e que prejudicam em grande medida a qualidade de vida do indivíduo nos campos familiares, sociais e ocupacionais. “O ataque de pânico se define como um período de medo intenso ou desconforto acompanhado de sintomas somáticos e/ou cognitivos (KING ET AL, 2014, p. 115). Alguns dos sintomas mais descritos pelos pacientes envolvem medo de morrer, de perder o controle ou de enlouquecer, em associação a sintomas físicos como falta de ar, tremores, palpitações cardíacas, parestesias, desconforto ou dor abdominal, sudorese e tonturas. Em média, as crises podem durar até trinta minutos e podem acontecer com ou sem motivo disparador do evento. O Transtorno do Pânico pode vir acompanhado de um outro quadro denominado Agorafobia, no qual o indivíduo

sente medo de estar sozinho em ambientes com grande número de pessoas ou em locais muito amplos. Usualmente, o discurso envolve temor de passar mal e não conseguir sair do ambiente, ou então por não ter como receber socorro imediato em caso de crise. Desta maneira, a pessoa começa a evitar tarefas e atitudes cotidianas como ir a um supermercado, banco, shoppings, entre outros locais e até mesmo de dirigir, andar de ônibus, metrô ou carro. Desta forma, sua rotina vai se tornando altamente comprometida e, frequentemente, desenvolve-se dependência de uma outra pessoa para acompanhá-la durante as atividades.

Em 2008, o Laboratório de Pânico e Respiração (LABPR) da Universidade Federal do Rio de Janeiro começou de forma pioneira no Brasil a tratar pacientes que apresentavam quadros de Nomofobia em associação a outros transtornos psicológicos. Percebeu-se que, no caso de pacientes que tinham Transtorno do Pânico, alguns estavam desenvolvendo dependência psicológica patológica em relação ao telefone celular. De acordo com as constatações feitas pelos profissionais, essas pessoas sentiam-se mais seguras ao ter o smartphone em seu poder para sair de casa. Neste caso, percebe-se uma substituição (da companhia humana para a companhia do aparelho) do enfoque da dependência de alguém para sair de casa, que é muito comum no Transtorno do Pânico. Exatamente pelo temor de passar mal e de não ter a quem recorrer, é possível que um eventual paciente com este quadro consiga sair apenas se estiver com o seu telefone celular.

Este tipo de situação fica ainda mais claro quando se verifica a primeira publicação científica do LABPR em periódico internacional no ano 2010. Nele, um paciente de 56 anos, antes mesmo de existir o telefone celular no Brasil, usava uma espécie de rádio amador sem o qual não saía de casa. O mesmo comportamento se repetiu quando os aparelhos de telefonia móvel passaram a ser realidade no país. “Só saía de casa com ele, e sem ele não se sentia seguro nem para ir a outros cômodos da casa temendo passar mal e não ter como ligar para pedir ajuda” (KING ET AL, 2014, p.117). Em alguns relatos o paciente chegou a afirmar textualmente que era dependente do telefone celular mencionando frases como “É como se fosse uma cadeira de rodas para um paraplégico” ou “Foi a melhor coisa que aconteceu na vida da gente”, referindo-se ao aparelho celular.

De acordo ainda com o relatado, o paciente não desligava o telefone celular em nenhum momento, programava-o para falar com seu médico ou psicólogo com

apenas um toque no teclado e relatava angústia, ansiedade e medo, caso estivesse sem bateria ou em alguma área em que a telefonia celular não funcionasse. Portanto, observa-se nesse caso um indivíduo com Transtorno do Pânico com Agorafobia que desenvolveu ainda sintomas de Nomofobia que passaram a funcionar como método para alívio de sua ansiedade patológica, ou seja, a tecnologia vindo substituir a presença do ser humano em momentos nos quais ele precisava sair mas não tinha com quem contar, ou mesmo, para se deslocar dentro de sua própria residência.

5.4 Transtorno de Ansiedade Social e Nomofobia

De acordo com o Manual Diagnóstico e Estatístico dos Transtornos Mentais (DSM-V, 2013, p. 203), o Transtorno de Ansiedade Social ou Fobia Social caracteriza-se por:

A. Medo ou ansiedade acentuados acerca de uma ou mais situações sociais em que o indivíduo é exposto a possível avaliação por outras pessoas. Exemplos incluem interações sociais (p. ex., manter uma conversa, encontrar pessoas que não são familiares), ser observado (p. ex., comendo ou bebendo) e situações de desempenho diante de outros (p. ex., proferir palestras).

B. O indivíduo teme agir de forma a demonstrar sintomas de ansiedade que serão avaliados negativamente (i.e., será humilhante ou constrangedor; provocará a rejeição ou ofenderá a outros).

C. As situações sociais quase sempre provocam medo ou ansiedade.

D. As situações sociais são evitadas ou suportadas com intenso medo ou ansiedade.

E. O medo ou ansiedade é desproporcional à ameaça real apresentada pela situação social e o contexto sociocultural.

F. O medo, ansiedade ou esquiva é persistente, geralmente durando mais de seis meses.

G. O medo, ansiedade ou esquiva causa sofrimento clinicamente significativo ou prejuízo no funcionamento social, profissional ou em outras áreas importantes da vida do indivíduo.

H. O medo, ansiedade ou esquiva não é consequência dos efeitos fisiológicos de uma substância (p. ex., droga de abuso, medicamento) ou de outra condição médica.

I. O medo, ansiedade ou esquiva não é mais bem explicado pelos sintomas de outro transtorno mental, como transtorno de pânico, transtorno dismórfico corporal ou transtorno do espectro autista.

J. Se outra condição médica (p. ex., doença de Parkinson, obesidade, desfiguração por queimaduras ou ferimentos) está presente, o medo, ansiedade ou esquiva é claramente não relacionado ou é excessivo.

Nessas circunstâncias, o indivíduo tem como crenças preponderantes o fato de alguém colocá-lo em uma situação de humilhação embaraço, ou ainda, que ele mesmo demonstre sinais de ansiedade como tremores, náuseas, rubor facial e gagueira. Seu nível de ansiedade pode tornar-se tão severo que ataques de pânico podem ser deflagrados. As fobias podem assumir os mais variados contornos como medo de comer em público, falar, escrever, telefonar, beber e mais uma série de situações nas quais se sentiria exposto, nesse caso estaria se referindo à Fobias Específicas e não à Ansiedade Social. As limitações podem assumir formas bastante severas, podendo chegar a inviabilizar a vida em sociedade. Há um desconforto persistente de estar sendo observado pelos outros e de que seus comportamentos possam ser reprovados. Geralmente são pessoas que apresentam autoestima baixa, inseguranças diversas, que não acreditam no seu próprio potencial e são dependentes emocionalmente. Uma das principais características psicológicas que pode ser observada nesses sujeitos é a timidez. É necessário frisar-se que a timidez em si não é uma psicopatologia. No entanto, dependendo do nível em que ela estiver, pode trazer uma sensação de desconforto mental tão severa, que impede um mínimo de desenvolvimento psicossocial. Há uma preocupação persistente em como está sendo visto pelos outros quer seja por uma figura de autoridade como um chefe, por exemplo, ou mesmo pessoas desconhecidas.

No instante em que as pessoas precisam se expor de alguma forma, surgem os sintomas mencionados no início deste tópico que causam prejuízo emocional, por vezes ocupacional e até mesmo afetivo. Usualmente, esses indivíduos almejam um relacionamento social saudável mas, o nível de ameaça que sentem é tão intenso que faz com que seu desejo perca “a guerra” para a fobia. A consequência é o

isolamento social que por vezes acaba culminando em outro quadro psicopatológico – Depressão – uma vez que sua sensação de incapacidade aflora de maneira proeminente.

Foi comentado no tópico anterior que a Nomofobia apresentou-se a partir do recurso tecnológico que um paciente usava para tentar realizar alguns deslocamentos, de forma que se sentisse mais seguro. Inicialmente foi um rádio amador e, posteriormente, o telefone móvel. Em síntese, o mecanismo de tranquilização era o de estar com o celular praticamente 24 horas por dia, ligado e carregado.

No caso do Transtorno de Ansiedade Social, novamente a tecnologia aparece como uma ferramenta que o indivíduo passa a utilizar para auxiliá-lo numa dificuldade psicológica. No entanto, como já é sabido, essa não é a melhor atitude porque acaba se desenvolvendo um novo quadro de psicopatologia (Nomofobia), atrelado ao quadro primário.

Desde a popularização da internet e principalmente após a fusão dela com a telefonia celular, várias possibilidades de utilização passaram a se fazer presentes, entre elas a do contato e comunicação virtuais. Entretanto, da mesma forma que as novas tecnologias puderam trazer melhorias na vida da humanidade, ela trouxeram, em virtude do seu mau uso, transtornos como a dependência patológica e sintomas decorrentes da forma com a qual determinados aparelhos são utilizados. Sob este prisma, os indivíduos com Transtorno de Ansiedade Social, por vezes, encontram no ambiente virtual um terreno no qual se sentem mais seguros para fazer interações com outras pessoas, uma vez que estar por trás da tela, no seu modo de entender, representa menos exposição pois não se está frente a frente com outro indivíduo. Constrói-se assim, a crença de que, sentindo-se mais seguros, correriam risco menor de avaliação negativa por parte do seu interlocutor, já que se sentem com mais controle de sua apresentação pessoal. O nível de Nomofobia que apresenta um indivíduo com o Transtorno de Ansiedade Social pode ser demasiadamente grave, conforme descrito por King et al. (2014, p. 142) no tocante a um estudo de caso clínico. Trata-se de “universitário, 30 anos, solteiro, que relatava como queixa principal a dificuldade de se relacionar socialmente e fazer amizades. Desenvolveu comportamentos de esquiva em ansiedade em situações em que tinha de se expor ou comparecer pessoalmente”.

Segundo foi constatado, o paciente com Transtorno de Ansiedade Social fazia uso abusivo da internet, passando dias e noites conectado, o que lhe trouxe, além de problemas nas relações familiares, sintomas físicos como dores nas costas, braços e pescoço, devido à má postura e horas ininterruptas em frente ao computador. Outros sintomas também surgiram como cansaço excessivo, sonolência, irritabilidade, falta de atenção, de concentração e dificuldade de aprendizagem. Tudo isso o prejudicou no trabalho e na faculdade. A causa de tudo isso: dificuldade em se relacionar socialmente, evitando ao máximo o contato com outras pessoas, uma vez que isso lhe proporcionava ansiedade e estresse. Concluiu-se, desta maneira, que o paciente mencionado passou a desenvolver um estilo nomofóbico de vida uma vez que somente se prestava a procura relacionamentos e amizades pela internet. A dependência da tecnologia se intensificou, nas palavras do próprio sujeito, devido “à necessidade de se sentir poupado da angústia dos contatos pessoais”.

5.5 Depressão e Nomofobia

A depressão é um transtorno do humor e seu diagnóstico é realizado por meio de entrevista do profissional de Psicologia ou Medicina. São levados em consideração os sintomas que o indivíduo apresenta, aliados à sua história de vida como um todo. Esses são os pilares sobre os quais o profissional irá chegar à conclusão sobre o diagnóstico. Durante a consulta são explorados temas como ocorrência de depressão ou de outros transtornos psicológicos em familiares, bem como uma checagem em vários setores da existência do indivíduo sob o prisma social, afetivo, acadêmico, profissional, financeiro e patrimonial, entre outros. A pessoa com depressão experimenta várias sensações e sentimentos que são bem determinados na Classificação Internacional das Doenças Mentais e de Comportamento (CID-10). O código para Episódio Depressivo na referida publicação é o F-32, com indicações de subtipos como leve, moderada e grave. Os principais sintomas são:

- a) Humor deprimido;
- b) Perda de interesse ou prazer;
- c) Energia reduzida levando a uma fadigabilidade aumentada;
- d) Atividade diminuída;

- e) Visões desoladas e pessimistas do futuro;
- f) Ideias de culpa e inutilidade;
- g) Ideias ou atos autolesivos ou suicídio;
- h) Sono perturbado;
- i) Apetite diminuído.

De acordo com Valença (apud King et al. 2014, pág. 220), “até o momento, não encontramos na literatura, estudos que descrevem a associação de Nomofobia com depressão, em amostras significativas de indivíduos com este último transtorno, e com uso de metodologia adequada para esse tipo de investigação”. No entanto, assim como foi feito com a associação entre a Nomofobia e os transtornos psicológicos já mencionados nos tópicos anteriores, acredita-se ser possível propor uma correlação entre os dois quadros. Como o conceito de Nomofobia é relativamente novo, dado que o telefone celular, principalmente associado à internet, é uma invenção da contemporaneidade, cogita-se inclusive o fato da Nomofobia vir a ser enquadrada como entidade nosológica em classificações futuras como a CID-12, por exemplo. Como o episódio depressivo envolve sintomas como tristeza constante e perda de interesse e/ou ausência de prazer que antes eram experimentados pelo indivíduo, além da dificuldade de atenção, concentração, visão pessimista do mundo, o isolamento social acaba sendo uma consequência praticamente inevitável. Desta forma, em atmosfera solitária, com dificuldade ou mesmo incapacidade de interação presencial com outras pessoas, o ato de recorrer ao telefone celular/internet acaba sendo uma possibilidade de diminuir o isolamento e consequente sofrimento do ser. E, caso esse indivíduo não procure tratamento especializado para o transtorno de base, que nesse caso é a depressão, o padrão de afastamento social pode se tornar uma realidade. Desta maneira, o estado psíquico angustiado pode encontrar na tecnologia, terreno fértil para busca de alívio. Utilizando-se excessivamente da tecnologia, o quadro de base pode ser potencializado pela Nomofobia que acabaria se configurando com uma consequência agravada de um tratamento não realizado.

Uma segunda possibilidade seria a Nomofobia surgir primeiro, ou seja, inicialmente, essas pessoas utilizariam os smartphones como fontes de prazer, principalmente por meio dos aplicativos de comunicação e redes sociais o que,

progressivamente, poderia se tornar excessivo, fazendo com que os encontros presenciais passassem a ser evitados e boa parte das interações comesçassem a se dar exclusivamente no ambiente virtual, por meio de mensagens de texto, áudios, vídeos e redes sociais. Neste sentido, o contato com familiares e amigos no mundo real seriam substituídos pelo virtual, o que faria com que o isolamento social passasse a ser uma realidade. Não é incomum ouvir de pessoas que vivem na mesma casa e que estão em cômodos diferentes que se comunicam via whatsapp, ao invés de simplesmente se falarem.

Com toda a facilidade de comunicação que um smartphone oferece em termos virtuais, algumas experiências típicas da existência humana como tocar, abraçar, beijar, olhar, trocar experiências, ter relações sexuais etc, ou seja, atitudes que ocorrem no mundo real, estão sendo deixadas de lado por algumas pessoas.

Essas ações passam a ser substituídas pelo ambiente virtual, mais superficial, menos ou nada concreto que, por sua vez podem proporcionar desequilíbrios de ordem emocional, entre eles, os quadros depressivos.

5.6 Transtorno Obsessivo Compulsivo e Nomofobia

Como o próprio nome diz, este transtorno (TOC) é composto por obsessões e compulsões. As obsessões são pensamentos, ideias, imagens ou impulsos que se fazem presentes na mente do indivíduo de maneira constante, o que faz com que o sofrimento psicológico surja no formato de ansiedade e angústia. Esses pensamentos são experimentados como intrusivos e não estão sob controle. No entanto, o conceito de intrusivo que é reconhecido pelo próprio paciente significa que os pensamentos são produzidos pela sua própria mente e não são imposições externas como por exemplo ouvir vozes que falam para ele ter uma determinada ideia. Se isso ocorresse, estaria dentro de um outro terreno da psicopatologia, que não o do transtorno obsessivo-compulsivo. As obsessões mais comuns envolvem ideias sobre contaminação, como por exemplo usar a mão para abrir a maçaneta de uma porta e se sentir contaminado, e ter dúvidas repetidas como duvidar recorrentemente se desligou o gás do fogão, se trancou a porta do carro ou se deixou alguma luz acesa. Há também situações em que há uma necessidade intensa de organização e ordem, como deixar todas as roupas guardadas de uma

determinada forma ou os livros de uma estante que precisam estar distribuídos de forma rigorosamente simétrica. Além disso, imagens recorrentes e incômodas, por vezes de conteúdo sexual, pornográfico e violento se fazem presentes como obscenidades com uma pessoa idosa ou então a de machucar, ferir ou até mesmo atentar contra a vida de pessoas que ama. De acordo com o DSM-IV: “os pensamentos, impulsos ou imagens não são meras preocupações excessivas acerca de problemas da vida real (por ex., preocupação com dificuldades atuais, como problemas financeiros, profissionais ou escolares) e não tendem a estar relacionados a um problema da vida real”.

As compulsões, por sua vez, são atos ou comportamentos que o indivíduo faz de maneira repetitiva com o intuito de sentir alívio frente ao sofrimento psíquico que as obsessões impõem. Neste sentido, se uma pessoa começa a se sentir perturbada pela dúvida sobre ter fechado o gás do fogão ou não, essa dúvida se fará de forma tão intensa que ela fará a mesma verificação várias vezes, para se sentir segura e aliviada. Outro indivíduo acometido por pensamentos insistentes de contaminação das mãos, acaba lavando-as dezenas de vezes durante o dia e, não raro, utilizando produtos fortes e de forma inadequada que resulta em lesões. Ressalta-se que as compulsões não têm o intuito de produzir prazer para o indivíduo, mas sim alívio, perante pensamentos, ideias ou imagens atormentadores. Elas são praticadas nitidamente de maneira excessiva para amenização do sofrimento mental específico, ou então, não têm conexão direta com o mal estar psicológico. Por exemplo, um sujeito que é acometido pela ideia persistente de que sua mãe possa sofrer um acidente automobilístico grave a qualquer momento, pode encontrar um certo alívio pulando duzentas vezes no mesmo lugar, todas as vezes em que esse pensamento surgir. Dentro do espectro obsessivo-compulsivo, pode-se verificar a correlação com a Nomofobia a partir de algumas nuances que permitem pensar na eventual associação dela a este transtorno, a partir de um objeto que não existia num passado não muito distante (telefone celular), com funções que passaram a existir após a possibilidade de acesso à internet pelos aparelhos depois das primeiras gerações analógicas de telefonia celular.

Destaca-se em primeiro lugar, não por ordem de importância, a correlação dos quadros a partir da atitude de checagem ou conferência. Como foi falado, uma das possibilidades do transtorno obsessivo-compulsivo são as verificações repetidas

que uma pessoa faz após ser acometida por intenso sentimento de dúvida. Desta maneira, ela pode passar várias horas do dia conferindo se uma mesma porta encontra-se trancada ou não. Na Nomofobia é possível existir uma necessidade de checagem frequente em relação a ter recebido um e-mail, mensagem ou então se alguma pessoa curtiu ou comentou alguma de suas postagens nas redes sociais. Por vezes, essa checagem é feita dezenas de vezes ao dia e aliviam temporariamente a ansiedade causada pelo pensamento obsessivo. Se ela envia um e-mail ou mensagem, caso o destinatário demore certo tempo para responder, o emissor pode entrar num elevado grau de sofrimento e conferir várias vezes ao dia se aquele texto foi realmente enviado e/ou se realmente chegou ao destinatário, mesmo que existam confirmações tecnológicas e que o objetivo do envio foi atingido. Há portanto, uma dificuldade em se ter a certeza ou garantia, da mesma forma que não se tem essa certeza sobre o trancamento de uma porta. Como o smartphone tornou-se uma ferramenta de múltiplas formas de contato (mensagens de texto, de áudio, vídeos, redes sociais cada vez mais numerosas e aplicativos diversos), o indivíduo pode se ver aprisionado num emaranhado tão amplo de situações de necessidade de verificação que sua vida, em variadas esferas, pode acabar sendo prejudicada.

Um outro comportamento que pode ser demonstrativo de uma interseção dos dois quadros é a necessidade de se conferir, a todo instante, onde está o aparelho celular. Desta forma, certifica-se várias vezes ao dia se ele realmente está dentro da bolsa, no bolso ou na gaveta, uma vez que, tendo adquirido tamanha importância na vida do indivíduo, o simples pensamento de tê-lo perdido causa sofrimento emocional que, por sua vez, culmina na conferência constante da localização do aparelho. Por fim, pode-se verificar também alguma obsessão da ordem da contaminação em pessoas que não permitem que outras utilizem ou sequer toquem nos seus smartphones, por pensar que o outro possa estar sujo ou infectado. Nesse caso, a atitude tomada para se evitar qualquer possibilidade de adoecimento é simplesmente não deixar que ninguém toque no aparelho. Alguns chegam até mesmo a não colocar o smartphone em qualquer superfície como uma mesa de restaurante, por exemplo, portando o objeto consigo durante todo o tempo.

5.7 Condições emocionais gerais e Nomofobia

Até o presente momento, ao que tudo indica, os indivíduos nomofóbicos apresentam algum grau de fragilidade emocional. Esse pensamento é corroborado por Abreu; Goes e Vieira, (2008, p. 164) mencionam que

é evidente que a maioria dos usuários problemáticos de internet apresenta formas exacerbadas de vulnerabilidade pessoal (baixa tolerância à frustração, alta esquivas ao dano, ansiedade social, baixa auto-estima) e que, dentre outras deficiências, a rede mundial torna-se uma das melhores formas de diminuição do estresse e do medo da vida real.

Nesse contexto, na vida virtual surge uma espécie de refúgio e, à medida que isso se torna progressivo e crônico, a estabilidade psicológica do indivíduo tende a ficar cada vez mais comprometida, porque novos comportamentos passam a ser adotados. Ou seja, de agora em diante passa-se a ter não apenas os quadros psicopatológicos de base (por exemplo, depressão, pânico) ou então, condições psicológicas como baixa autoestima e timidez, como também tudo o que pode estar presente no universo da Nomofobia. As pessoas passam a se tornar dependentes da internet o que vai trazendo prejuízos não só na esfera social, profissional e acadêmica, mas até mesmo em sua saúde física como alterações no sono e na alimentação. Tudo isso, aliado à facilidade de acesso à internet em qualquer lugar da casa ou fora dela, por meio do seu smartphone e com poucos cliques.

A relação com o mundo virtual pode assumir graus absurdos de dependência, como assinalam Abreu; Goes e Vieira, (2008, p. 165).

Os dependentes de qualquer idade usam a rede como uma ferramenta social e de comunicação, pois têm uma experiência maior de prazer e de satisfação quando estão conectados (experiência virtual) do que quando não conectados. Tais pacientes não mais se alimentam regularmente, perdem o ciclo do sono, não saem mais de casa, têm prejuízo no trabalho e nas relações pessoais, se relacionam somente com conhecidos do mundo virtual etc. Dessa maneira, não seria de se estranhar que essas pessoas cheguem a ficar conectadas por mais de 12 horas por dia e atinjam, com relativa frequência, 35 horas ininterruptas de conexão; colecionem ao longo de um ano mais de quatro milhões de fotos eróticas ou recebam mais de três mil e-mails em apenas um dia. Efetivamente, muda-se a geografia de vida.

As crianças e jovens brasileiros têm tido acesso ao smartphone e internet cada vez mais cedo. Com isso, surge a importância do trabalho educacional com essas faixas

etárias, especificamente direcionado para o uso das novas tecnologias. Tal tarefa cabe aos pais e educadores, levando-se em consideração que a orientação e prevenção são sempre o melhor caminho para qualquer área da saúde, nela incluída a saúde mental, do que na atuação do tratamento depois de algum mal instalado. A grande maioria dos transtornos psiquiátricos, de acordo com Rocha et al. (2019, p. 133)

se desenvolve na infância e adolescência e se estendem para a idade adulta. Assim, é de fundamental importância que se tenha conhecimento sobre a possível relação entre a dependência do smartphone e ocorrência de alguns quadros psiquiátricos. Os nomofóbicos têm uma maior tendência a apresentar transtorno de ansiedade generalizada, depressão maior, síndrome do pânico, agorafobia, fobia social e alteração no padrão sono-vigília, ao serem comparados com a população que não usa tanto o smartphone.

Com quadros de dependência de smartphone e internet tão bem delineados, percebe-se o quanto a Nomofobia, apesar de ainda não existir como entidade nosológica em publicações de relevância internacional, apresenta-se de forma cada vez mais palpável de acordo com profissionais da Psicologia e Medicina. Rocha et al. (2019, p. 134) concorda com o fato da Nomofobia poder ser entendida como quadro psiquiátrico e relata que

a Nomofobia pode ser considerada um transtorno psiquiátrico da contemporaneidade e, por conseguinte, deveria ser incluída no DSM-V. Assim, os profissionais da saúde poderiam entrar num melhor consenso sobre seu diagnóstico e tratamento, além disso, os pais e responsáveis poderiam discutir sua real importância.

Cumprir dizer que a categorização da Nomofobia como transtorno psiquiátrico ajudaria não somente aos profissionais da área de saúde no que diz respeito ao seu diagnóstico e manejo clínico, mas também aos profissionais da Educação. Dessa maneira, esses últimos, poderiam estar mais instrumentalizados ao perceberem algum tipo de inadequação na utilização de smartphones e internet por parte de seus alunos, bem como, elaborarem ferramentas didáticas para o uso saudável das tecnologias na escola e fora dela.

6 SAÚDE MENTAL DOS PAIS E O CÉREBRO DOS SEUS FILHOS

A vida digital adentrou os lares de praticamente todos os países com velocidade avassaladora, seja por meio dos computadores, tablets, telefones celulares e até mesmo das televisões que passaram a se conectar à internet, conhecidas como Smart Tvs. Com a inserção destes aparelhos nas casas, seria de se esperar que, de alguma forma, eles impactassem o ambiente familiar e provocassem novos comportamentos. Possivelmente, só se tenha vivido algo tão inovador no que diz respeito à inserção de objetos altamente tecnológicos dentro das residências, quando da invenção do rádio e da televisão; esses últimos, em muitas oportunidades, eram os responsáveis por aglutinar pessoas em torno de um programa como ouvir/assistir a um jogo de futebol ou então a uma novela. Entretanto, a internet, com suas múltiplas possibilidades, representou algo muito mais complexo e que transcende o simples contemplar passivo, a algo que passa ali diante dos olhos, como um programa televisivo, por exemplo. Os próprios aparelhos como o smartphone ou tablet, instigam o sujeito a interagir com toques em tela e que não necessariamente aglutinam as pessoas em torno de um tema comum como foi mencionado.

Tudo começa, frequentemente na melhor das intenções, quando os pais assistem maravilhados à desenvoltura com a qual o bebê se mostra diante de um tablet. Muitas crianças em idade pré-escolar ganham telefones celulares de presente e pré-adolescentes já estão conectados jogando online com pessoas ao redor do globo. Aliado a isso, percebe-se que muitas escolas passam tarefas online para se fazer a inserção das crianças e adolescentes no mundo digital, o que, seguramente, fará parte de sua vida profissional quando se tornarem adultos. Tudo isso, com incentivo dos pais que, além de tudo, utilizam aparelhos eletrônicos para manterem as crianças quietas em restaurantes ou eventos, isso quando não levam tais dispositivos de dentro da própria casa para a mesa de jantar ou para a cama. Desta maneira, as crianças não brincam tanto ao ar livre como deveriam, não praticam esportes que gostam e por vezes, diminuem o tempo que passam presencialmente com sua família e amigos. Pelo fato de se estar cercado por tantos dispositivos que têm a internet como pano de fundo, faz-se necessário ter especial atenção às

crianças e adolescentes “pois são adotantes rápidos e entusiásticos da tecnologia, com a qual têm mais facilidade do que os adultos que os supervisionam” (JILL; KAVANAUGH; RICH *APUD* ABREU ET AL., 2019, p .08) .

Identificar em que medida a inserção dos jovens em um mundo cada vez mais tecnológico se faz saudável é o desafio de profissionais da saúde e da educação de todo o mundo. A adoção dos aparelhos que nos conectam ao mundo digital se deu com tanta rapidez e alterou tanto nosso estilo de vida e comportamentos, que ainda se busca compreender o que pode ser entendido como uso aceitável ou insalubre no que diz respeito ao manuseio das novas tecnologias; afinal de contas, não se trata de se fazer uma negação delas, mas tão somente buscar construir parâmetros para que possam, de fato, fazer parte da vida humana, tanto do ponto de vista do desenvolvimento cerebral desde os primeiros anos de vida, até o social, educacional e físico, entre outros.

Por ser um fenômeno relativamente novo e ainda carecer de muita investigação, entende-se que a dependência da internet não seja algo que os pais consigam observar e, conseqüentemente, concluir em seus filhos. É comum que pais, professores ou outros profissionais que trabalham no dia a dia com o público jovem, só reconheçam que há algo errado no campo da relação destes indivíduos com a internet e/ou telefone celular, quando alguma disfunção muito grave em termos comportamentais ou de aprendizado, mostra-se evidente. Como qualquer patologia física ou mental, quanto mais cedo se identifica um determinado quadro, mais cedo ele pode ser tratado o que, conseqüentemente, aumenta as chances de êxito. Portanto, um olhar mais apurado no que diz respeito ao uso de tecnologia, primeiramente precisa ocorrer dentro de casa, por meio dos pais que, invariavelmente, necessitam estabelecer um nível razoável de auto-crítica para verificar se não estão incentivando, por meio do mau exemplo, a forma com que eles próprios lidam com esses aparelhos no universo doméstico.

Reconhecer as sementes de tais problemas e prevenir ou intervir precocemente é muito mais eficaz do que tentar corrigir um hábito profundamente enraizado em uma criança ou adolescente que talvez já tenha um prejuízo físico, psicológico ou do desenvolvimento sustentado (JILL; KAVANAUGH; RICH *APUD* ABREU ET AL., 2019, p. 12).

Por mais que se fale sobre a dependência de internet em níveis psicopatológicos, há de se pensar ainda que a internet não é algo estático e único. Poderia se dizer que a

internet é composta por uma multiplicidade de possibilidades e que cada uma delas teria o potencial de ser buscado compulsivamente. Como principais representantes deste espaço multimídia identifica-se conteúdos como pornografia, redes sociais, jogos e busca desenfreada por informações, o que muitas vezes foi denominado, no Brasil, como “surfar na *web*”. Nesse contexto estariam incluídos por exemplo, portais de notícias os mais variados, além de sites de vídeos pequenos ou então, seriados de televisão. Chama-se a atenção para este último que vem sendo consumido de maneira intensa nos últimos anos, principalmente após o lançamento do aplicativo de Netflix, inclusive pela população adulta. Todas essas possibilidades de conteúdo tem sido produzidas da forma mais sedutora possível, exatamente com o objetivo de deixar o usuário cada vez mais envolvido com a atividade, como por exemplo, a indústria de jogos eletrônicos, que movimenta uma quantia absurda de dólares todos os anos; e como o discurso capitalista está assentado na busca incessante de lucros é esperado que as grandes empresas como Nintendo, Sega etc., entendam cada vez mais quais seriam os desejos dos usuários, justamente para produzirem jogos que chamem a sua atenção de forma intensa. Daí encontra-se a importância da execução da educação tecnológica, tanto por parte dos pais, quanto por parte da escola.

O tratamento de uma criança ou jovem dependente de internet é ainda mais complexo porque apresenta um agravante ao ser comparado com tratamentos de dependentes de álcool, tabaco ou drogas, por exemplo. Fato é que o uso de qualquer uma dessas substâncias não é necessário para a manutenção da vida cotidiana. Um paciente nessas condições pode obter êxito no seu tratamento e levar seu dia a dia normalmente, simplesmente não entrando mais em contato com álcool, tabaco ou drogas, em geral. Entretanto, com a questão das tecnologias e telas, isso se torna mais complicado porque elas estão muito presentes na sala de aula, sendo necessárias, por vezes, para acessar conteúdos e mesmo se comunicar com os professores.

Além disso, há muitas possibilidades de diversão online, isso sem falar na facilidade de comunicação, principalmente por meio de aplicativos como o whatsapp. Portanto, manter-se afastado da internet seria uma tarefa quase impossível porque, inclusive, a conduta estaria atirando esse jovem a um passado obsoleto de meados do século XX, quando a internet simplesmente inexistia. Isso não seria justo e

tampouco adequado visto que o acesso às novas tecnologias têm muita importância na contemporaneidade, inclusive sob o ponto de vista profissional. Portanto, não seria tarefa simples tirar de um adolescente todo o seu acesso ao universo digital; percebe-se dessa forma uma encruzilhada que, ao mesmo tempo em que seria necessário fazê-lo, por outro lado não seria viável isolá-lo do mundo tecnológico pelos motivos já citados. Não se pode subestimar a capacidade de estragos físicos, mentais e sociais que o contato prolongado de telas pode causar no ser humano, ainda mais em crianças e adolescentes.

Por que o tempo em frente a uma tela importa? Embora o uso de tecnologia como ferramenta de aprendizagem seja muito promissor para nossas crianças, seu mau uso pode ter o efeito oposto. As pesquisas mostram claramente que tempo demais em frente a uma tela está ligado à falta de êxito escolar: notas baixas, dificuldade de leitura, desatenção, pensamento embotado e problemas sociais. Não é difícil perceber como a televisão, o videogame e a internet podem interferir nos hábitos saudáveis de alimentação e sono das crianças e de fazer as lições de casa (ABREU; YOUNG, 2019, p. 01).

A inserção da internet no cotidiano das pessoas foi um fenômeno global rápido e simultâneo em vários países. Observa-se o quão recentes são os estudos no que diz respeito às possibilidades de se desenvolver dependência de internet, sobretudo em crianças e adolescentes quando verifica-se que os primeiros estudos datam de 2013, ou seja, pouco menos de uma década. Por isso também a compreensão de que o que se aborda nessa tese é tarefa árdua. Além das pesquisas estarem formalizando seus primeiros passos no entendimento da relação comportamental entre o ser humano e as novas tecnologias, as bibliografias em certa medida são escassas, sobretudo no entendimento específico do desenvolvimento da Nomofobia em público jovem.

Os índices de prevalência de jovens em risco de desenvolver dependência em relação aos seus aparelhos celulares foram detectados em vários continentes, de acordo com (SHIN *apud* Abreu et al., 2019, p. 34): Na Suíça, este público foi estimado em 16,9%, na Espanha, 12,8% e na Bélgica, 21,5%. Na Tailândia, 10,54% de um total de 5049 adolescentes pesquisados apresentaram uso inadequado de seus smartphones. Na Grã-Bretanha, entre adolescentes de 11 a 14 anos, este número foi de 10%. No Oriente Médio, obteve-se os percentuais de 21,4% dos jovens do Irã; já na Ásia, 27,4% dos adolescentes de Hong Kong e entre 39 a 44% dos jovens indianos relataram dependência de seus smartphones. Na Coreia do

Sul, que foi o primeiro país a desenvolver uma política nacional para lidar com o problema de dependência de internet, observa-se que a posse dos smartphones por parte de uma população cada vez mais jovem está diretamente ligada à possibilidade de dependência de internet e telefone celular. Em 2011, o número de crianças jovens que tinham à sua disposição um aparelho celular com acesso à grande rede era de 21,4%. Em 2012, esse índice subiu para 64,5%, ao passo que um ano depois, já havia atingido 74,1%. Ressalta-se ainda que a faixa etária dos percentuais mencionados está localizada entre 6 e 19 anos de idade. A situação no país asiático atingiu tamanho nível de gravidade que o governo chegou inclusive a promover dias de triagem nacional que têm como objetivo identificar crianças com problemas relacionados ao uso de internet. Desta maneira, as intervenções estatais vão desde orientar e disponibilizar programas de prevenção em âmbito escolar, até mesmo programas de internação para que se trate da dependência de internet e smartphones, fornecendo ainda outras opções de tratamento.

As crianças e adolescentes ainda estão em um período de desenvolvimento cerebral o que, por consequência, culmina em alguns comportamentos que podem ser entendidos como desregulados. Exatamente pelo fato de o cérebro estar em evolução é que estes indivíduos têm dificuldade em diferenciar o que são comportamentos problemáticos, do que são comportamentos saudáveis em várias perspectivas, entre elas, a forma e a quantidade de tempo que se passa diante das telas. Jovens se tornam presas fáceis, pois se entusiasmam de forma muito mais fácil e imediata com vídeo-games e smartphones, por exemplo, e ainda precisam desenvolver funções executivas do cérebro como o controle dos impulsos, a autorregulação e o pensamento futuro. A forma com a qual se recebe e se interpreta as informações variam de geração para geração e sofre influência direta do momento evolutivo em que a humanidade se encontra. O funcionamento mental humano passou a precisar fazer novas adequações, sobretudo após o volume absurdo de informações que a internet é capaz de oferecer.

Essa nova forma de se viver e pensar criou o que se denomina de cognição digital, isto é, a utilização das novas e recém-criadas habilidades de funcionamento mental que são expressivamente distintas daquelas de gerações que não utilizaram os dispositivos eletrônicos de hoje. Está cada vez mais claro que esses recursos, quando usados em excesso, não promovem um avanço das habilidades cerebrais. (ABREU, 2019, p. 103).

A maturação do cérebro é um processo que precisa de tempo para ocorrer. Muitos dos comportamentos adolescentes frequentemente classificados como rebeldes ou insensatos são, em grande medida, frutos de um cérebro que ainda não atingiu um ponto de maturidade adequado. Obviamente, não se trata aqui de se resumir todo e qualquer comportamento inadequado à esfera biológica, mas sabe-se que um raciocínio de curto alcance, frequentemente observado nos jovens pela pouca capacidade de se pensar no tempo futuro, derivam desse processo de amadurecimento ainda inacabado. À medida que o tempo passa ocorre o que é chamado de mielinização. Ou seja, parte dos axônios passam a ser revestidos de matéria lipídica (mielina), que facilita a condução de impulsos elétricos entre as células neuronais. Este processo continua desde a infância até a fase adulta e “os axônios mielinizados transportam os sinais até cem vezes mais rapidamente do que os não milenizados” (ABREU, 2019, p.104).

O resultado desse processo é que as redes cerebrais tornam-se mais rápidas e com mais capacidade de execuções de tarefas cognitivas, entre elas a de pensamento de longo prazo e alcance, que se contrapõe ao raciocínio imediato e impulsivo observado em crianças em adolescentes. A conclusão portanto é que o processo de maturação cerebral, ou seja, uma aumento considerável da mielinização neuronal, torna o jovem mais apto a realizar tarefas de nível cognitivo cada vez mais complexo, principalmente no que diz respeito ao desenvolvimento de raciocínio crítico, planejamento a médio e longo prazos e interação social, todas elas de fundamental importância para o desenvolvimento psicológico. Seria injusto exigir de crianças e adolescentes, que ainda estão em pleno desenvolvimento não só cerebral, mas também em todos os setores que envolvem uma vida em sociedade, ter o discernimento de avaliar determinadas situações de forma racional e crítica, principalmente quando o que está em discussão são situações em que a experiência de prazer se dá de forma imediata. Tal fato pode ser observado não apenas no caso dos vídeo-games, basta perceber como grande parte das crianças em forte afeição por chocolates e balas. Não há de se esperar por parte delas senso crítico para entender que uma quantidade de consumo elevado pode trazer problemas digestivos e dentários. Da mesma forma, não há de se esperar que elas consigam julgar o que seria saudável ou não saudável não apenas em relação ao tempo de uso da internet, mas também em relação a quais conteúdos seriam adequados para

elas ou não na internet. E, como aparelhos celulares e a própria rede têm a capacidade de despertar sensações de prazer multifacetadas no cérebro humano, cabe aos adultos fazerem a supervisão de crianças e adolescentes quanto ao uso das novas tecnologias.

Em virtude da incapacidade de se autorregular, crianças ou adolescentes correm o risco de passar um longo tempo usando esses dispositivos. Pais e professores são a ponte de um jovem para o uso saudável da internet e de dispositivos eletrônicos. Para estimular essa capacidade, o ideal seria oferecer treinamento adequado a pais e professores. (SHIN, APUD ABREU ET AL., 2019, p. 43).

A tarefa de educação dos filhos não pode ser delegada exclusivamente à escola. No entanto, não é raro perceber que no Brasil, cada vez mais, a responsabilidade de educação das crianças tem de certa forma sido terceirizado dos pais para as instituições de ensino. Não se trata aqui de fazer nenhum tipo de julgamento comportamental por parte dos pais, entretanto, a sociedade atual é marcada por aspectos cada vez mais relevantes como os que serão citados a seguir. É fato que de alguns anos pra cá, a dinâmica familiar brasileira mudou. As mulheres deixaram definitivamente de ficar relegadas ao papel de esposa, mãe e dona de casa e foram construir suas carreiras e profissões no mercado de trabalho. Se antes as crianças ficavam sendo cuidadas por suas mães em casa, enquanto os maridos estavam trabalhando, essa não é a realidade brasileira há um bom tempo. Inclusive, o inverso é verdadeiro, no qual se constata que boa parte dessas mulheres é que garantem o sustento das famílias do ponto de vista financeiro. Além desse movimento de desejo das mulheres por parte de uma ampliação independente da vida profissional e financeira, houve também a pressão econômica para que elas o fizessem no intuito de auxiliar nas despesas da casa e da família, a priori. Além disso, elementos que antes não estavam tão presentes ou realçadas, como a necessidade de práticas de atividades físicas, a necessidade de se especializar cada vez mais nos estudos ou em idiomas trouxe um problema a mais na condução da criação dos filhos. Esse problema pode ser sintetizado pela expressão “tempo”.

Muitas mulheres têm adiado a maternidade para idades próximas do limite biológico, simplesmente porque conciliar maternidade, vida profissional, vida acadêmica, cuidados com saúde e beleza, não é tarefa simples. No entanto, mesmo as mulheres que atingem um bom patamar profissional e financeiro precisam

continuar se dedicando exatamente para se manter no patamar. Daí começa-se a identificar mães e pais que têm por vezes uma jornada extenuante de trabalho, isso quando não passam horas no trânsito dentro de carros ou do precário transporte coletivo, que levam a uma situação de exaustão física e psicológica pronunciada. O filho por vezes passou o dia todo com outras pessoas que não os pais. Isso varia enormemente de acordo com a condição financeira dos genitores. Muitas vezes a criança passou o dia inteiro na escolinha, ou na creche, ou com a babá, ou com avós, parentes e conhecidos. Ao chegarem exaustos(as) em casa, os pais normalmente com problemas e dificuldades do dia a dia de trabalho, ainda têm de estudar, cuidar das tarefas domésticas e dedicarem algum tempo de qualidade para os filhos, o que torna-se um feito quase heroico no dia a dia. Há constantemente falta de paciência e de energia mental para se dedicar adequadamente aos pequenos. Com isso, a internet pode vir a ocupar um lugar principal na vida das crianças, em virtude da lacuna que surge pela ausência física ou psíquica por parte dos pais. Por isso a vida contemporânea precisa ser muito bem pensada por parte dos adultos quando se trata do tema paternidade e maternidade. Que tipo de relação se está disposto a ter com os filhos? Em que quantidade/qualidade? Quais os sacrifícios possíveis a se fazer em nome desse projeto? São perguntas importantes porque a criação e a formação de um cidadão, consciente dos seus direitos e deveres, equilibrado, em condições de fazer bons julgamentos e escolhas adequadas para si, não pode ser simplesmente colocado sobre os ombros das escolas e dos professores. Será apresentado a seguir um diálogo na escola de um menino de 13 anos de idade, de um país asiático mas que, poderia ter sido de um garoto brasileiro.

“Não tenho muito o que fazer, só fico conversando com meus amigos no whats app, postando minhas fotos no Instagram e tuitando um pouco”. Foi assim que um menino de 13 anos de idade descreveu o que ele costuma fazer depois da escola, durante uma discussão em grupo sobre a vida social dos adolescentes em uma escola. Quando perguntei quanto tempo ele costumava passar fazendo essas atividades, ele disse: “Não muito, umas seis horas todos os dias”. Perguntei, então, sobre seus pais e ele disse: “Meu pai é empresário e vive trabalhando e viajando, mas quando ele está em casa, raramente conversamos. Só enviamos whatsapp um ao outro. Sei que ele não está feliz com um monte de coisas, mas ele não fala sobre isso. Ele fica assistindo filmes online até tarde da noite. Acho que sou um pouco como ele”. (LAM APUD ABREU ET AL., 2019, p. 125).

A dependência desenvolvida por internet e telefones celulares pode ter forte componente parental. Algo indicado pela insatisfação familiar por parte da população adolescente. Yen et al. (2007) conduziram um estudo na China e os resultados sugeriram que os adolescentes dependentes de internet tinham 2,5 vezes mais chance de estarem insatisfeitos com sua família em comparação a usuários normais. Situações de conflito e problemas de comunicação também foram encontrados nesse estudo, o que pode permitir pensar que o inverso possa, mesmo que não linearmente, ser verdadeiro. Por exemplo, o estudo conduzido por Siomos et al., (2012) com adolescentes gregos, indicou que os adolescentes que tinham vínculo mais próximo com seus pais possivelmente teriam menos chance de se tornarem dependentes de internet, ou seja, os resultados de ambos os estudos permitem inferir que uma comunicação de qualidade entre pai, mãe e adolescente, inclusive no que diz respeito ao debate de quanto e de que forma utilizar a internet, preveniria o desenvolvimento do uso compulsivo por parte dos seus filhos.

Outra pesquisa realizada por Huang et al; (2010), postulou a informação de que adolescentes que apresentavam sintomas de dependência em relação à internet, classificavam as práticas de seus pais como insuficientes em termos de afeição emocional, rejeitadoras e punitivas. Cabe ainda ressaltar que o trabalho de Yen et al; (2007), apontou para uma maior ocorrência de casos de adolescentes que faziam uso inadequado da grande rede e famílias cujas pais ou mães eram usuários frequentes de álcool. Percebe-se, portanto que a forma com a qual as relações familiares se desenvolvem têm possibilidade de contribuir para o surgimento e/ou agravamento de casos de crianças e jovens no que diz respeito à sua relação com as novas tecnologias. Essa é mais uma das nuances que merece destaque no fenômeno em questão, assim como já foi apontada a importância da compreensão do aspecto da maturidade orgânica/cerebral neste capítulo.

Não menos importante do que os aspectos acima mencionados está o da saúde mental dos pais. Em que medida sua ausência poderia contribuir nos casos de dependência de internet? A Nomofobia pode ter sua origem a partir de várias vertentes que já foram mencionadas ao longo desta tese. No entanto, abordando crianças e adolescentes, cumpre dizer que problemas com a saúde psicológica dos pais pode também ser um fator que contribua para o seu desenvolvimento. Ainda que não se esteja afirmando uma lógica que se configura de maneira direta, ou seja,

por exemplo, uma mãe deprimida irá ter um filho necessariamente nomofóbico, pode-se pensar na possibilidade desse filho não saber lidar com esse tipo de situação e buscar algum tipo de alívio psíquico, ou mesmo fuga. E, como o telefone celular e sua conseqüente conexão com a internet tem a possibilidade de acesso imediato, oferecendo uma infinidade de possibilidades de se experimentar algum tipo de prazer; o refúgio no mundo virtual pode amenizar tais sentimentos.

Apesar da avaliação de que os problemas de saúde mental dos pais podem não ser uma ameaça, mas ainda causarem certa angústia, os adolescentes podem não ter o conhecimento, a compreensão e as habilidades para lidar com essa angústia e humor deprimido. Com o acesso fácil à internet por todos os tipos de dispositivos móveis e a qualquer hora, o mundo cibernético tornar-se um refúgio seguro sempre à disposição para onde os adolescentes fogem para aliviar a angústia (LAM APUD ABREU ET AL., 2019, p.132).

Durante uma sessão de orientação escolar a uma aluna no ensino fundamental, fica clara a possibilidade aventada acima. A conversa entre a orientadora e a aluna se deu a partir do momento em que se verificou declínio rápido em seu rendimento escolar, diálogo no qual a jovem mencionou que sua mãe estava fazendo tratamento com antidepressivos, como se comprova no relato que segue.

Eu e minha mãe somos muito próximas e detesto vê-la assim, mas não posso fazer nada. Sinto-me muito infeliz e me conecto à internet para conversar com meus amigos. Sinto-me melhor quando estou online, e, aos poucos, isso se torna algo que devo fazer (LAM APUD ABREU ET AL., 2019, p.132).

Por fim, e não menos importante, é a relação dos próprios pais com as novas tecnologias. Há de se pensar que crianças frequentemente apresentam comportamentos que são observados ao seu redor. Inferir que pais que apresentam quadros de Nomofobia tragam um fator que possa contribuir para os filhos seguirem o mesmo caminho não seria nenhum absurdo. Da mesma maneira, pais que recorrem incessantemente à internet como busca de alívio para as angústias do dia a dia poderiam inspirar crianças e adolescentes a seguirem o mesmo caminho. Portanto, a consciência do uso saudável das novas tecnologias pode ser um fator relevante, o que não quer dizer determinante, uma vez que a Nomofobia pode ser desenvolvida por múltiplos fatores para a saúde mental dos filhos. O aspecto de repetição apresenta-se por exemplo no relato mencionado por esta mãe, que tem

por volta de quarenta anos de idade e que trabalha em um ambiente estressante.

No começo eu só queria desanuviar quando estava de mau humor, então comecei a navegar na internet em busca de algo interessante e agradável para ajudar a me sentir melhor. Sem eu perceber, isso cresceu em mim, e parece que não consigo fazer outra coisa. Vejo que minha filha de dez anos está fazendo o mesmo (LAM APUD ABREU ET AL., 2019, p.133).

6.1 Perigos e armadilhas da internet

O telefone celular tornou-se um objeto com o qual as pessoas passaram a demonstrar mais afinidade, inclusive dentro de casa, levando-o de um cômodo a outro frequentemente, seria de se esperar que, em alguma medida, haveria algum tipo de correlação entre telefone, internet e o universo afetivo/sexual. Realmente foi o que passou a ocorrer, inclusive no meio adolescente. Essa fase da vida é marcada por um contato mais intenso com sua sexualidade, contato esse tanto motivado pelas questões hormonais, quanto psíquicas, que transitam pelo campo da sedução, sensualidade e diversão, entre outros. Com isso nasceu o termo “*sexting*”, que está presente não apenas no mundo adolescente, como também, no adulto. *Sexting* em outras palavras, significa a junção dos termos “sex” e “texting”. Inicialmente, deu-se a partir do envio de mensagens de texto de um celular para outro, com conteúdos excitantes e sexuais. Ressalta-se que os primeiros celulares não tinham a capacidade de enviar imagens ou textos. Portanto, os conteúdos ficavam estritos exclusivamente à esfera textual.

Com o avanço da tecnologia, os celulares transformaram-se em smartphones, dotados de câmeras fotográficas cada vez mais frequentes e com o poder de se gravar vídeos. A partir de então, o *sexting* tornou-se mais sofisticado e passou a incluir fotos e vídeos com alto conteúdo erótico e inclusive pornográfico. O envio exclusivo de vídeos chegou a ter até uma denominação específica “*sexcasting*”. No entanto, o ato do envio em si, tanto de fotos quanto de vídeos íntimos está localizado no mesmo espectro da exposição, ou seja, um indivíduo fotografa ou filma parte do seu próprio corpo, geralmente sem roupa ou com roupas sensuais e os envia a um destinatário, que pode ser seu parceiro sentimental ou alguém com quem se deseja flertar ou paquerar.

Quais são os problemas que o *sexting* podem causar? Inúmeros, mas o ponto

de partida de todos eles repousa na concepção de Fernandes apud Abreu et al., (2013, p.70). A

existência de imagens sexuais nas mãos de pessoas alheias as quem as protagoniza. Essa é a questão chave, sem menosprezar o fato de que tenham sido captadas de forma consentida ou roubada e que aqueles que as possuem sejam conhecidos ou indeterminados.

Como já foi mencionado nesta tese, o cérebro da criança e do adolescente está em constante processo de amadurecimento, o qual tem como característica fundamental a mielinização das células nervosas. Quanto mais maduro, mas capacidade de julgamento e de avaliação de consequências futuras o indivíduo passa a ter. Portanto, impulsividade, ingenuidade e pouca condição de previsibilidade fazem parte da juventude. Um dos aspectos que revela ainda a pouca maturidade atingida é o fato de não se imaginar que determinadas imagens ou vídeos possam chegar às mãos de outras pessoas, principalmente quando se começa um relacionamento adolescente, em que não se prevê que o que começou com amor, pode ganhar contornos inimagináveis de hostilidade, dependendo do caminhar e/ou do término do relacionamento. Há inclusive um conceito denominado *revenge porn*, que diz respeito a uma ação vingativa feita por parte de ex-parceiros insatisfeitos com o fim do namoro. Além disso, também acreditam que uma imagem ou vídeo estarão seguros nos dispositivos dos seus parceiros e não contam com a possibilidade do aparelho ser roubado, invadido ou extraviado, por exemplo, e que esse conteúdo venha a ser publicizado.

Calcular a possibilidade de vazamento de conteúdo simplesmente com o fim intencional de constranger o remetente é algo por vezes ignorado e pode ser desastroso do ponto de vista psicológico. A este termo dá-se o nome de *cyberbullying*, esse ato faz com que a vítima sinta-se invadida, humilhada, exposta a situações moralmente degradantes e o desfecho pode ser trágico, como exemplificado no relato abaixo.

Pode tornar-se um golpe fatal, como ocorreu com Jessie Logan que, aos 17 anos, enviou uma imagem de si mesma nua ao namorado e, dois anos mais tarde, suicidou-se devido aos maus tratos prolongados a que foi submetida desde que a imagem se tornou pública. Ela morreu pelo *cyberbullying* que teve origem em uma prática de sexting. Em outubro de 2012, Amanda Todd se tornou outro exemplo desafortunado e suicidou-se devido ao *cyberbullying*, que teve origem em uma imagem íntima, nesse caso gravada por seu interlocutor, sem consentimento, quando realizou *flashing* (mostrar

de maneira breve seus seios), em frente à webcam (FERNANDES APUD ABREU ET AL., 2013, p.75).

Ainda dentro da pouca capacidade de jovens preverem as consequências de seus atos, apresenta-se como ameaça psicológica na internet a prática do que é conhecida como sextorsão, ou seja, quando fotos ou vídeos de conteúdo sexual chegam às mãos de pessoas indesejáveis que, a partir daí, iniciam um processo de chantagem ameaçando a pessoa de divulgar o conteúdo na internet, a não ser que se faça o que ele exige. Não fica restrito ao universo dos adolescentes, mas deve ser destacado como algo preocupante porque a pessoa que comete tal tipo de extorsão pode inclusive chegar a exigir sexo para não tornar as imagens públicas.

A prática do *sexting* apresenta números que inspiram reflexões sobre como as novas tecnologias estão impactando a vida de crianças e adolescentes. De acordo com Fernandes apud Abreu et al. (2013, p.78)

no final de 2009, a Universidade de Plymouth revelou dados inquietantes. Mais de 40% dos adolescentes entre 14 e 16 anos têm amigos que enviaram pelo celular suas próprias imagens. Na verdade, 15% dos adolescentes confessam não achar nada demais enviar uma fotografia própria despidos por meio do telefone móvel. A agência britânica Child Exploitation na Online Protection Centre destaca a partir de um estudo que entre as meninas de 14 e 15 anos, 40% não veem nada de mal em tirar uma foto sua fazendo topless e 1 em cada 6 (16,7%) não considera inapropriado posar completamente nua para outras pessoas.

Conclui-se assim que a internet adentrou a vida humana a tal ponto que até mesmo o universo da sexualidade foi impactado. Mais do que nunca a educação sexual se faz importante para os jovens, tanto desempenhada pela escola quanto pela família, de modo a orientá-los sobre formas saudáveis e maduras de se relacionar afetivamente. Conversar abertamente sobre sexualidade e relacionamentos torna-se, por assim dizer, aspecto central na prevenção primária desse tema, inclusive porque os adolescentes podem ter dificuldades em entender por quais motivos a prática de *sexting* lhes pode ser danosa.

O uso das redes sociais vem trazendo preocupações para pais e educadores, na medida em que seu uso desregrado torna as crianças mais expostas a situações como bullying virtual, dependência de jogos online e até mesmo o próprio *sexting*, entre outros. Importante dizer que as redes sociais não apresentam exclusivamente elementos nocivos do ponto de vista psicológico. A própria troca de informações dos

adolescentes nas redes sociais é uma situação que pode ser inclusive saudável, uma vez que essa faixa etária marca o período de muitas descobertas e as trocas, por vezes os ajudam a obter apoio em circunstâncias que estão sentindo dificuldades, por meio do diálogo com seus pares. Portanto, as redes sociais não são necessariamente ruins, a forma com a qual se utiliza tais instrumentos é que pode resultar em algo saudável ou não.

O monitoramento e a orientação adequada sobre a forma de lidar com a tecnologia precisa ser algo constante nas escolas e nas famílias. As redes sociais, inequivocamente deixam crianças e adolescentes mais expostos, inclusive quando as relacionamos aos casos de *sexting*, por exemplo. Bastam poucos segundos e uma fotografia que foi enviada a outra pessoa pelo whats app, espalha-se rapidamente em dezenas de milhares de grupos, isso sem falar em sites, blogs e fóruns. Portanto, o conceito de privacidade deve ser amplamente trabalhado para que esses jovens tenham consciência para fazer a diferenciação entre o que é público e que é privado. A privacidade exposta refere-se à incapacidade de controlar informações pessoais na internet – nesse caso, nas redes sociais, especialmente em quem tem acesso a tais informações”. Dados importantes como endereço, telefone, e-mail e hábitos diários podem inclusive culminar em situações de crimes. Por exemplo, um jovem que tem a necessidade de postar nas redes sociais tudo o que faz, corre o risco de ser sequestrado ou assaltado, uma vez que são postados praticamente todos os lugares que ele frequenta no dia a dia, assim como seus horários. A internet possui também a característica de ser utilizada para a realização de delitos e, com todas essas informações dadas espontaneamente e de forma contínua, não fica difícil a elaboração de algum plano maligno para atacar aquela pessoa visada.

6.2 Relações entre Nomofobia e personalidade narcisista

O excesso de exposição nas redes sociais pode estar, por vezes, relacionado a um traço de personalidade denominado Narcisismo. Embora frequentemente considerado pouco representativo, há de se pensar também que um forte componente narcisista possa estar intimamente relacionado a um quadro de dependência de internet, sobre as redes sociais.

O traço de personalidade do narcisista é marcado pelo conceito grandioso e inflado de si mesmo. Indivíduos com personalidade narcisista têm um senso de superioridade, sentem que têm direitos, têm um forte foco em si mesmos e forte exibicionismo. Narcisistas associam grande importância à obtenção de admiração e ao estabelecimento de dominância sobre os outros e estão sempre protegendo e promovendo sua estima por meio de estratégias autorregulatórias (LEUNG; ZHANG APUD ABREU ET AL., 2019, p.50).

O que fica destacado aqui para efeitos de compreensão da personalidade narcisista é, portanto, a necessidade de admiração constante, principalmente por parte de seus pares. A rede social apresenta-se nesta direção como uma espécie de palco perfeito no qual o narcisista pode se exhibir para, conseqüentemente, ser admirado. Ocorre que, dependendo do grau de narcisismo do indivíduo, a possibilidade dele ficar aprisionado a esse sistema configura-se como elevada. Alguém que sente a necessidade de ser admirado ou elogiado o dia todo, acaba, no final das contas, tornando-se dependente desse mecanismo psicológico e virtual. Talvez por isso é que se assiste as pessoas que passam o dia postando conteúdos nas redes sociais, frequentemente fotos, numa busca incessante por curtidas (*likes*) e elogios os mais variados. A sensação de prazer oriunda daquela postagem se esvai de forma efêmera e logo há a necessidade de se colocar uma nova para a que tal sensação ocorra novamente. Há pessoas que ficam presas nesse ciclo eterno e que passam a sofrer inclusive prejuízos severos em suas atividades do dia a dia, em virtude de tanto tempo em que se passa aprisionado a esse ciclo. Ainda no tocante à conceituação do Narcisismo, faz-se importante refletir sobre algumas de suas nuances, uma vez que, em termos de saúde mental, a palavra pode assumir mais de uma conotação.

Do ponto de vista da Psiquiatria, o Narcisismo é considerado inclusive um Transtorno de Personalidade, de acordo com o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais, da Associação Norte Americana de Psiquiatria. No entanto, há pesquisadores clínicos e psicólogos que o consideram como um traço da personalidade que varia na população geral. Por exemplo, Kohut & Kernberg *apud* Abreu et al. (2019, p. 54) , conceituaram-no “como um aspecto normal do autodesenvolvimento que evolui à medida que o indivíduo amadurece, mantendo, assim, a autocoessão e a autoestima”. Ainda de acordo com sua concepção de possibilidade da normalidade do Narcisismo em seres humanos, apresenta um pensamento que coadune com a classificação psiquiátrica: “É possível que se

desenvolva narcisismo patológico quando há um defeito na evolução normal do autodesenvolvimento”.

Não há nada de anormal sentir alegria, prazer e satisfação por se sentir admirado em alguma perspectiva. O ser humano é por natureza inserido numa sociedade na qual as pessoas interagem e que têm opiniões e percepções singulares, oriundas de suas personalidades. O problema é quando a vida de uma pessoa passa a ser norteadada quase que exclusivamente por esse desejo. Essa possibilidade ficou ainda mais fácil de ser percebida a partir da criação das redes sociais. “Narcisistas podem usar sua página pessoal na internet para exibir conquistas, riqueza e fotografias atraentes de si mesmos, o que satisfaz grandemente sua ânsia por autopromoção e desejo por glória pública (LEUNG; ZHANG APUD ABREU ET AL., 2019, p.56).

Nesse contexto, apresenta-se de maneira inequívoca, entre várias outras, um dos principais símbolos narcísicos: o corpo. Redes sociais como facebook e instagram tornaram-se terrenos férteis para que os narcisistas possam exibir-se cada vez mais. Em cada região do planeta existem padrões definidos de beleza, muitas vezes ditados pela mídia diretamente ou, indiretamente, por grandes empresas do segmento de estética. Isso ocorre tanto para homens quanto para mulheres. No Brasil, os homens apresentam-se com corpos musculosos, abdomens definidos em fotografias sem camisa e as mulheres com roupas provocantes ou biquínis que acentuam suas curvas e magreza, também conquistadas a duras penas pela rotina de exercício físico intenso, aliado, num grande número de vezes, às alimentações e dietas específicos e altamente dispendiosos.

Utilizando-se das redes sociais o narcisista expõe-se diariamente, com vários tipos de acessórios, roupas, óculos de sol, preferencialmente em cenários sedutores como próximos a piscinas, praias ou outros paraísos naturais. A exposição passa a praticamente ser sinônimo da vida do narcísico e, frequentemente, ele ou ela não se dão conta disso. Horas de academia, alimentação de atleta, supressão de alimentos que gostam, compras desenfreadas de roupas, maquiagens e acessórios diversos para, no final das contas, receber um elogio, curtida ou like em sua rede social. Há pessoas que chegaram a se profissionalizar em tal tipo de postagem, sendo, inclusive, patrocinadas por marcas diversas de cosméticos, suplementos alimentares, roupas de ginástica, etc. Receber por isso e encarar como rotina

profissional para quem o faz pode ter suas justificativas para si, no entanto, o objetivo não é simplesmente o psicológico; há o fato de se obter renda com isso. Esses profissionais são conhecidos no Brasil como influenciadores digitais, ou seja, indivíduos que por meio da autoexposição, sempre permeada pelo positivo e vitorioso, tenda a induzir outras pessoas a consumirem e fazerem o que elas fazem para chegar àquele patamar. A presente reflexão, estretanto, não está assentada na esfera desse tipo de profissional das redes, mas sim na esfera mental do indivíduo que coloca o fato de ser admirado constantemente como eixo fundamental para o seu equilíbrio psicológico. Essa atitude ainda abre margem para um outro problema; muitos e muitas adolescentes não conseguem atingir esse padrão de beleza divulgado insistentemente pelo narcísico, por incapacidade em termos de disciplina para atividade física, ou mesmo, falta de dinheiro. Desta maneira, a influência pode inclusive funcionar de forma deletéria e não raro, assiste-se a quadros de transtornos alimentares como Bulimia e Anorexia Nervosa, pelo desejo incontrolável de se atingir aquele padrão difundido. Portanto, como pode ser percebido, as redes sociais podem apresentar várias ramificações dentro do tema dependência da internet, fazendo-se presente em situações de jogos, na sexualidade e, até mesmo, na ditadura da estética corporal.

Dunbar *apud* King et al. (2014, p.183) define o homem como um “animal social”, em que a comunicação escrita e falada surgiu como forma de organizar melhor as comunidades”. De fato, ao se pensar na integração entre seres humanos, a linguagem, seja ela escrita ou falada, permitiu que fossem transmitidos pensamentos, sentimentos, percepções e tudo o que habitasse o universo cognitivo. Seguindo o caráter social da existência humana, NadKani & Hofman *apud* King et al. (2014, p.184) dizem: “as redes sociais estão diretamente ligadas às necessidades mais íntimas do ser humano; de pertencimento, de fazer parte de um grupo, de sentir-se reconhecido, amado ou especial”. Partindo-se deste pressuposto, desde tempos muito remotos o *homo sapiens* se junta para fins diversos que podem ser desde a sobrevivência naquela época, até mais atualmente, por afinidade como grupos de jovens, amigos, profissionais etc. Diante do entendimento da necessidade de se fazer interações, as redes sociais passaram a oferecer tal possibilidade em grande escala e numa velocidade impressionante. Não é raro ver pessoas que estão conectadas a milhares de outras por meio das redes, com uma possibilidade de

interação jamais experienciada. Pode-se, em poucos minutos, estabelecer uma rede de contatos instantânea com pessoas que estão nos cinco continentes, algo impensável antes do advento da internet e das redes sociais. Essas redes vêm, inclusive, auxiliando pessoas que procuram empregos e empresas que buscam contratar profissionais. Muitas instituições checam os perfis de possíveis contratados nessas redes sociais e existem até as redes criadas especificamente para tal fim, como é o caso do LinkedIn que faz a ponte entre quem precisa contratar e quem procura trabalho. Portanto, quando se fala em impactos que as redes sociais podem causar no comportamento dos indivíduos, não se trata de concebê-la como o problema em si mesmo, mas sim, a utilização que se fará de tais instrumentos.

Voltando para as redes sociais utilizadas não para meios profissionais e acadêmicos, poderia ser questionado o porquê de um grande número de pessoas postarem tantas coisas nas redes, que são pensamentos, sentimentos, opiniões, interpretações, atividades, atitudes etc. Já foi discutido nesta tese sobre o Narcisismo ser uma das vertentes para tais comportamentos, entretanto, Tamir & Michel *apud* King et al. (2014, p.184) trazem uma informação de cunho biológico que também ajuda no entendimento da necessidade de se fazer tantas postagens. “O ato de divulgar informações sobre si mesmo ativa um sistema de recompensas no cérebro. Isso resulta em uma experiência agradável, semelhante ao que recebemos de recompensas naturais como comida ou sexo”. Nesse sentido foi criado o termo *new addictions*, não só para a dependência das redes sociais, mas para tudo o que pode causar dependência comportamental e que não necessariamente são substâncias químicas como maconha, cocaína ou álcool, por exemplo. Nesse rol, poderiam ser inseridos itens como trabalho, internet, exercícios físicos, jogos, sexo e compras. O nascimento das redes sociais significou, portanto, mais uma das possibilidades de se despertar prazer no cérebro humano; tudo o que desperta esse tipo sentimento e/ou sensação deve ser experienciado com coerência, inclusive porque uma vida absolutamente hedonista é algo que foge à realidade da humanidade, como apontam estudos citados.

Ter determinados hábitos que produzem prazer para a mente e corpo não somente é saudável, como é também necessário. Uma vida desprovida totalmente de prazer ou recompensas seria praticamente equivalente a um estado de depressão profunda, cujo critério de identificação é justamente a perda significativa

ou ausência de sentimentos de prazer. Aprender a delimitar a fronteira entre hábito e dependência é algo que pode colaborar sobremaneira na identificação de situações de dependência não só da internet, como também de outras coisas ou circunstâncias como já foi mencionado. Tratando-se mais especificamente das redes sociais pode-se observar quando está ocorrendo a travessia do hábito para a dependência.

Em primeiro lugar, ocorre a sensação de segurança e excitação que o indivíduo experiencia ao estar nas redes sociais. Ainda em estágio embrionário, geralmente o sujeito não percebe que algo começou a ficar mais intenso do que deveria. No próximo passo, o indivíduo fica com a mente conectada às redes sociais, mesmo quando não está no computador ou no smartphone. Fica pensando em postagens que deveriam ser feitas, naquelas que não deveriam ter sido feitas, no que poderia ser modificado no material já publicado e em postagens futuras. Dessa maneira, este tema passa a tomar conta da mente da pessoa mesmo quando ela está em uma atividade de lazer, de estudo ou trabalho, situações nas quais o saudável seria que ela tivesse sua atenção voltada para o aqui e o agora. O terceiro passo fica por conta do que é conhecido como tolerância, ou seja, a partir do momento em que o sujeito precisa aumentar as doses – entenda-se, o tempo – em que ele fica navegando nas redes sociais. É nesse ponto que as atividades do dia a dia do mundo real começam a ser substituídas pela atividade frequente diante das telas e os prejuízos em sua vida social (no mundo real), profissional, acadêmico, familiar, afetivo etc., começam a surgir. Não raro até mesmo a alimentação desses indivíduos sofrerem decréscimo da qualidade, pois o tempo de permanência na rede torna-se o centro da sua vida; dessa maneira, refeições rápidas como *fast food* acabam tornando-se opções mais rápidas de alimentação o que, por conseguinte, traz consequências para a saúde. Por fim, destaca-se a questão da abstinência que se tem quando as pessoas ficam sem acesso às redes sociais ou à internet.

O comportamento do indivíduo pode se tornar explosivo, ansioso, fóbico, depressivo e inclusive alterações no padrão de sono podem surgir, geralmente o usuário percebe que está em uma situação preocupante de dependência, uma vez que não consegue reduzir esse tipo de comportamento. Há visivelmente uma perda do controle e é importante que uma ajuda especializada seja desejada para ajudar o indivíduo a restabelecer seu equilíbrio. Cabe ressaltar ainda a forma com que se

assiste o uso de incontáveis usuários das redes sociais, como facebook e instagram, por exemplo. Usualmente, as fotos, vídeos e pensamentos são voltados frequentemente para o lado positivo da vida, o que inclui, por exemplo, somente as fotos em que a pessoa ficou bem, postagens de viagens paradisíacas, de momentos de lazer, de situações de sucessos e conquistas, de relacionamentos afetivos inabaláveis, de corpos que beiram à perfeição, da capacidade de demonstrar paz, sabedoria e várias outras possíveis virtudes. Curioso notar que pouquíssimas pessoas postam o lado negativo da vida, que é tão real quanto o positivo. Momentos de tristeza, rupturas inesperadas de relacionamento, perda de emprego, falências, reprovações em concursos, velórios, insatisfação com o corpo, perda de patrimônio, doenças etc., esse tipo de postagem não é usual (apesar de poderem existir) porque

as redes sociais são como vitrines de exposições, assim, como numa loja, tudo o que é exibido costuma ser belo e bem pensado para atrair o olhar dos consumidores ávidos por atender as suas necessidades narcísicas primárias de satisfação (CONCEIÇÃO; KING 2014, p.184).

Diante dessas constatações há, seguramente, um número de pessoas que são tomadas por sentimentos de angústia, tristeza e insatisfação quando se deparam com as postagens coloridas de sucesso. Por vezes a comparação é inevitável, principalmente se o sujeito comparador estiver passando por uma fase ruim, algo que pode acontecer com qualquer indivíduo. A não consciência de que frequentemente o mundo das redes sociais representa uma existência artificial e narcisista, o sucesso absoluto retratado por muitos passa a ser sinônimo do seu próprio fracasso. A consequência pode ser inclusive o desenvolvimento de um quadro depressivo ou ansioso; mais uma vez, faz-se presente aqui a importância da orientação às crianças e jovens no que diz respeito também às redes sociais. Deixar claro que por vezes o que está retratado ali não corresponde ao real do cotidiano da vida das pessoas é tarefa de pais e educadores, pois assim estarão cuidando da saúde emocional dos menores e auxiliando-os no desenvolvimento do pensamento crítico e da análise correta da realidade. Ser admirado é uma coisa. Viver para ser admirado é algo totalmente diferente que pode ser potencializado pela internet e culminar em doenças psicológicas.

7 NOVAS TECNOLOGIAS X ESCOLA - QUAL O PAPEL DO PEDAGOGO/PROFESSOR NO ENSINO DAS TIC's?

A internet tem estado cada vez mais presente na vida das pessoas, principalmente por meio das novas tecnologias, que estão em desenvolvimento contínuo e veloz. Dos primeiros telefones celulares aos smartphones atuais, percebe-se um salto de desenvolvimento colossal. Diante deste cenário, pode-se inferir que a tecnologia vem se transformando não apenas por meio das telas, como também na forma de se compartilhar informações e conhecimento. Essa constatação pode ser percebida durante o período de isolamento social em que boa parte do mundo se encontra desde março de 2020 até o presente momento em que esta tese está sendo desenvolvida, em virtude da pandemia de SARSCOV-2, causador da Covid-19. Durante essa fase, as formas de ensino precisaram se adaptar velozmente, uma vez que a pandemia de corona vírus ainda não tem prazo determinado para ser erradicada. O ensino informatizado e a distância acabou sendo implementado mundialmente e de forma açodada, indo da educação infantil ao doutorado.

Com esse novo ambiente de relacionamento e representação social, as várias profissões passaram e vem passando por momentos de reorganização e ressignificação. Entre elas está a de pedagogo, que representa um dos atores fundamentais na organização e na transmissão de conteúdos e conhecimentos diversos. Novas estruturas relacionais e didáticas tiveram de ser criadas com urgência e esse profissional, em conjunto com outros professores e educadores, foram e são responsáveis por não deixar que a educação simplesmente perecesse ante a pandemia de SARSCOV-2. É possível que boa parte dos conceitos e das ferramentas didáticas criadas para este período sejam aproveitados após a erradicação do corona vírus, no entanto, essa resposta somente será dada após o efetivo retorno da vida da humanidade às suas rotinas anteriores.

A internet caracteriza-se como meio de comunicação necessariamente convergente e assim, em meio ao ambiente cibernético, faz-se possível a construção e o uso de qualquer outro meio, como a viabilização, por exemplo, de um canal de vídeos na web ou a veiculação de um jornal online, possível apenas por estar

conectado a um computador que deve ser ligado à rede mundial (PERUZZO, 2011). A grande rede torna-se, portanto, um palco no qual evidenciam-se grandes possibilidades para a condução de uma nova comunicação e, devido a esse fenômeno, os espaços proporcionados pela rede, tanto de discussão quanto de partilha, possuem forte expressão, tal como expressa e designa Peruzzo (2011). É nesse cenário no qual destacam-se discussão e partilha, que a educação pode encontrar terreno fértil para ser exercitada por alunos e professores, por meio das TIC's, ou seja, das ferramentas de tecnologia de informação e comunicação.

Nettleton (2009), esclarece que o conhecimento coloca-se como cada vez mais informatizado, escapando das instituições formais de estabelecimento. Além disso, é relevante designar que o conhecimento, no atual momento da sociedade, assume a forma de um escape, especialmente no que tange ao fato de que ele, nos seus principais locais de produção, agora torna-se mais difuso, torna-se irremediavelmente intermediado pela utilização de tecnologias digitais.

Apesar de ser, em grande parte das vezes, um espaço anárquico, a internet coloca-se cada vez mais como democrática, indo muito além das demais mídias de comunicação em massa – televisão, rádio, jornais, revistas, entre outras. Essa característica vem se fortalecendo especialmente em função de fatores como o barateamento dos custos, que é possibilitado pelo uso da disseminação de informações em rede, o aumento do raio de abrangência global proporcionado pela utilização da internet e a rápida velocidade de circulação de informações e dados (MORAES, 2000). Nesse sentido, o seu uso para educação coloca o estudante no centro do processo, sendo sujeito ativo e participante do fenômeno da aprendizagem. Ele pode ser, inclusive, um construtor do próprio projeto de aprendizagem, aliando criatividade e interesse na confecção dos vários tipos de saber.

Das mídias como a televisão ou o rádio, usualmente é possível esperar a emissão pura e simples de informações. Já na internet, compartilha-se informações vindas de fontes diversas, em especial o mais jovem está, por tal configuração, acostumado a criar conteúdos, a participar de comunidades em que a norma, não é uma recepção passiva. Obviamente o ensino precisa se adaptar a essa realidade; a “ferramenta” que manifesta mais possibilidades de imediato, na atualidade, é o smartphone, que permite a descoberta e o compartilhamento de sentimentos e impressões, de novos conceitos e ideias. Devido a ele pode-se automatizar

processos que representem desafios cognitivos verdadeiros, testando atributos como o raciocínio e a criatividade. Por meio das muitas plataformas sociais e educacionais desenvolvidas nos últimos anos, pode-se estreitar laços com alunos, verificar seus principais interesses e habilidades, além de integrar atividades pedagógicas com iniciativas nas quais ele toma parte habitualmente por vontade própria. A respeito desses pressupostos, Primo (2000) ainda corrobora compreensões elucidando o fato de que

se comunicação pressupõe troca, comunhão, uma relação entre os comunicadores ativos é estabelecida com possibilidade de verdadeiro diálogo, não restrito a uma pequena gama de possibilidades reativas planejadas a priori. Tomando esse entendimento, uma relação reativa não seria interativa. De fato, a primeira se caracteriza por uma forte roteirização e programação fechada que prende a relação em estreitos corredores, onde as portas sempre levam a caminhos já determinados a priori. A relação reativa seria, pois, por demasiado determinística, de liberdade cerceada (PRIMO, 2000, p. 21).

Ou seja, a comunicação desenvolvida nas comunidades em rede deve ser desenvolvida com foco na promoção de liberdade, sendo especificamente pró-ativa, executada à base de diálogos entre as diferentes partes envolvidas com os processos comunicativos e possibilitada pelos novos contextos e configurações da sociedade em rede.

De forma geral, é imprescindível reconhecer o valor da tecnologia não apenas para a vida cotidiana e para os aspectos práticos os quais as pessoas fazem uso diariamente, mas também como um elemento componente da cultura. Especialmente para a juventude, desde cedo acostumada ao usufruto dessas inovações, o reconhecimento e a consideração desse aspecto na experiência didática são indispensáveis. Com isso, evita-se correr o risco de estimular um ensino fossilizado, com metodologias arcaicas, imutáveis e que não dialogam com a realidade do corpo discente, conseqüentemente fomentando o desinteresse e o distanciamento dos estudos.

A óbvia riqueza de estímulo de recursos multimídia que, por definição, exibem sobreposições de textos, imagens, sons, animações, gráficos e códigos diversos, têm impacto expressivo na comunicação e assimilação de conteúdos dos mais diversos. Pode-se verificar que as leituras são feitas de maneira heterogênea, da matéria de jornal ao texto corrido, do 'tweet' ao 'post' de rede social, nas quais o sentido de uma expressão ou conceito podem ser desconstruídos ou aprofundados

com o auxílio de outros textos instantaneamente acessíveis. Um dos desafios do ensino na contemporaneidade é fazê-lo tornar-se mais amigável ao estudante, combinando-o com a sua realidade e vivência. Tal como dispõe Abrantes (2001), que se desenvolva no aluno competências, habilidades e atitudes por intermédio de uma experiência rica, abrangente, investigadora, diversificada e que use da reflexão sobre essa experiência, para consubstanciar a maturidade dos conceitos e esclarecimentos. Para fazer dessa experiência possível, muitas são as formas e procedimentos que o educador pode efetivar, sejam construções manuais, desenhos, experimentos e, também, o uso de ferramentas tecnológicas da informação e comunicação, mais comumente conhecidas como TIC's (tecnologias de Informação e comunicação) que passaram a se desenvolver com mais ênfase a partir do final do século XX, com a explosão informacional que se deu em pouco tempo. Em conformidade com as disposições de Cruz (1998) nota-se que

uma TIC pode ser entendida como sendo todo e qualquer dispositivo que possua capacidade explícita no processo de tratamento de dados e ou informações, realizada de forma sistêmica ou esporádica, possuindo a possibilidade de ser aplicada a um produto (exemplo: tratamento de dados estatísticos para a elaboração de um relatório) ou a um processo (exemplo: possibilidades de reconfigurar a forma de ensinar e aprender).

Assim, diante da perspectiva de possibilidades educacionais que as TIC's podem colocar, Barbosa e Abreu (2009) dispõem que tais tecnologias de informação e comunicação devem ser vastamente compreendidas como ferramentas a serem utilizadas pelos professores, com finalidade diretamente pedagógica. Nesse ínterim, os docentes devem estar qualificados e habilitados a usarem estas tecnologias em sua prática diária em sala de aula; ressalta-se que as TIC's podem ser quaisquer ferramentas que envolvam tecnologia e comunicação para efetivar um ensino mais moderno e diversificado. Pode ser por meio de computador, vídeo, smartphone, tablets etc.

Em meio a utilização de TIC's nas escolas, Tochi (2001) alerta para uma problemática que é recorrente: a do fato de que a boa parte dos professores se colocam resistentes à utilização de ferramentas tecnológicas, ficando mais seguros em seguir as determinações dos livros-textos e sua didática/metodologia de aula quadro-livro apenas. Esta suposta "segurança" faz com que alguns docentes, especialmente aqueles que atuam no magistério há muitos anos, sejam "preconceituosos" com a utilização de tecnologia em suas aulas. Emergem, portanto,

as lacunas que perpassaram a formação inicial desses profissionais, frutos de uma obsolescência tecnológica da época de sua formação de base, sobretudo, da forma como se configurava a formação de professores há poucas décadas, no Brasil.

Silva (2000), em seus estudos, salienta a necessidade de que os professores incluam e realizem parte de suas aulas por meio de tecnologias da informação e comunicação. O autor pontua que

é preciso apenas que os professores se apropriem dessa linguagem e explorem com seus alunos as várias possibilidades deste novo ambiente de aprendizagem. O professor não pode ficar fora desse contexto, deste mundo virtual que seus alunos dominam. Mas cabe a ele direcionar suas aulas, aproveitando o que a internet pode oferecer de melhor (SILVA, 2000, p. 23).

Assim, de forma geral, seria interessante os professores entenderem que o uso das TIC's em sala de aula, os aproximam da realidade vivenciada atualmente por grande parte dos alunos e que é permeada pelo uso tecnologia e internet em smartphones, por exemplo. Essa aproximação pode inclusive tornar as aulas mais interessantes aos discentes, simplesmente pelo fato deles lidarem com as TIC's no seu dia a dia fora da escola.

Para Freire (1985) todo conhecimento é um ato profundamente dinâmico e que exige uma ação transformadora sobre a realidade cognoscível. Conforme o autor, todo verdadeiro conhecimento

demandava uma busca constante, implicando em invenção e reinvenção. Reclama a reflexão crítica de cada um sobre o ato de conhecer, pelo qual se reconhece, conhecendo e, ao reconhecer-se assim, percebe o "como" de seu conhecer e os condicionamentos a que está submetido seu ato. (FREIRE, 1985, p. 16).

A comunicação em rede e o mundo virtual são uma realidade com a qual se convive todos os dias. Os professores que resistem às mudanças propiciadas pela comunicação em rede, tendem a criar uma situação que aprofunda as dificuldades de comunicação entre docentes e discentes, repercutindo muitas vezes em desinteresse durante as aulas. Tal modelo de ensino estagnado, imerso na cultura oral e visual, pode fomentar cada vez mais o afastamento entre quem ensina e quem está ali para aprender. Desta forma, levanta-se como problema atual o seguinte questionamento: como o uso crescente e contínuo das novas TIC's podem promover mudanças na práxis docente, gerando a aquisição de novos saberes?

Tanto em âmbito teórico quanto prático, diversas são as produções

acadêmicas no que diz respeito à análise conjunta e interdisciplinar da tecnologia e da docência. Seja sob o viés da formação de professores, do Ensino a Distância (EaD), de propostas de análise descritiva e/ou melhorias no que se refere à presença de aparato tecnológico em escolas e universidades, o campo de estudos da interação entre tecnologia e educação apresenta diversos frutos nacionais, apesar de ter poucos anos de vida.

Cabe lembrar aqui, com particular atenção, o livro organizado por Sousa et al. (2011), em que são reunidos uma série de estudos que promovem contribuição relevante a essa temática. Alguns mais destacados sobre a integração do vídeo digital ao contexto escolar, da avaliação e implantação de sistemas multimídia para o ensino-aprendizagem, do uso de novas tecnologias para o ensino de pessoas com deficiências como forma de construção de uma sociedade inclusiva, do uso específico da tecnologia para ensino de disciplinas como química, geografia e biologia (neste caso, foi utilizada a plataforma *moodle* para o curso à distância em nível superior, analisando suas contribuições) e avaliação de experiências tecnológicas na pedagogia universitária.

As novas tecnologias da informação e comunicação vêm provocando alterações significativas nos processos de ensino-aprendizagem nas escolas, universidades e centros de treinamento. Percebe-se que, por meio da internet, indivíduos interessados em acessar novas informações podem ter acesso a um universo de informações, antes inimaginável sem a existência da grande rede.

A base da nova sociedade, cada vez mais tecnológica, caracteriza-se pela capacidade de gerar, processar e aplicar eficientemente as informações e os conhecimentos. Estas características influenciam diretamente a estrutura atual da educação. A revolução das TIC's modifica a forma de desenvolvimento mundial, adequando as instituições e organizações a uma nova estrutura. No âmbito educacional, destaca-se a consciência de que a nova dinâmica para o ensino e a aprendizagem devem dar subsídios para uma melhor absorção dos conteúdos, contribuindo, portanto, para diminuir e/ou extinguir, por completo, as causas e os efeitos da falta de interesse pelas aulas ministradas. Cabe a tal iniciativa constituir um instrumento mais motivador de ensino e aprendizado, mesmo considerando a educação, a partir de conceitos abstratos que, por vezes, utilizam metodologia tradicional, exclusivamente. É de responsabilidade da escola e de seus

professores/pedagogos e profissionais de educação em geral, portanto, conscientizarem-se quanto à transmissão de conhecimentos baseados em uma linguagem mais acessível e compreensível à realidade atual, cada vez mais digitalizada.

Moran (1995, p. 8) observa que os mecanismos digitais, seja nos cursos presenciais ou a distância, possibilitam um processo de aprendizagem mais dinâmico, onde todos têm chance de participar e vão além das ideias tradicionais de tempo e espaço, estabelecendo novas pontes entre o estar juntos fisicamente e virtualmente. Os recursos oferecidos pela Internet são muitos: e-mail, chats, news, web-conferências, fóruns etc. Tudo o que está ocorrendo tem feito com que os profissionais da educação assumam novas atitudes e posturas para acompanhar o conhecimento que faz parte do século XXI. Hoje, as formas tradicionais não são mais suficientes e o avanço perceptível requer que os professores melhorem o padrão de suas aulas para poderem superar os desafios trazidos pelas alterações profundas na informação, na comunicação e no conhecimento.

Os alunos são diferentes dos de outras épocas, pois possuem um conhecimento ampliado dos contextos sociais e cotidianos, devido à velocidade e facilidade de dar e receber informações. Portanto, não se pode mais ensinar como antes e os professores devem ser atores capazes de se adaptar às mudanças e acompanhar os novos conhecimentos e tendências, levando a educação a se atualizar e adotar práticas que proporcionem experiências consistentes de aprendizado. Moran (1995) afirma ser a educação um “dos mais poderosos instrumentos de mudança”. Ela tem em sua essência um papel social a cumprir, que basicamente poderia ser entendido como de transformação. Para que a educação possa ser plenamente exercida a comunicação é elemento crucial, neste sentido, a transformação da sociedade passa pela troca de mensagens e informações. De certa forma até mesmo as redes sociais colaboraram com professores e instituições de ensino no que diz respeito à aprendizagem desse novo fenômeno comunicacional. A consequência disso é a compreensão das linguagens que são pertinentes ao universo da internet e seus signos que podem construir conexões relacionais entre professores e alunos. Afinal de contas, se o estudante perceber que o docente transita em um mesmo universo que ele, a sensação de identificação pode tornar esse último ainda mais receptivo aos conteúdos que serão ministrados nas aulas.

O novo modelo de aprendizagem exige que o sujeito seja capaz de autogerenciar o aprendizado, de desenvolver habilidades de pesquisa, expressão, reconhecimento e relacionamento. Cabe aos professores fazer com que a sala de aula seja um ambiente de reflexões, para que os estudantes se preparem para exercer seu papel de agentes sociais no terreno variado e dinâmico oferecido pela era da informação. Nessa direção, a tecnologia apresenta-se como forte aliada não só para e auxiliar o ensino dos conteúdos específicos a cada disciplina, como também em sua formação como cidadão consciente dos seus direitos e deveres.

As pessoas que frequentam escolas ou qualquer outro lugar de função educacional são as que dialogam, promovem relacionamentos, aprendem e se comunicam. Esses diálogos podem assumir tanto a nuance do face a face, quanto a das redes de comunicação da Internet. Entende-se, desta maneira, que o caminhar da educação junto às novas tecnologias tem condição de agregar valor à formação dos alunos, desde que feito com planejamento e estratégias didáticas saudáveis e eficientes. Visualiza-se assim, um tipo de educador que se atualiza constantemente no conteúdo da disciplina, invente e inove, estimule a autonomia, criatividade, raciocínio e pensamento crítico sem esquecer de ter sensibilidade em relação aos ritmos, necessidades e objetivos dos alunos.

As novas tecnologias têm exercido pressão no espaço educacional, principalmente porque é nesse lócus que se desenvolve e se estimula o conhecimento, o saber e que se formam as competências. Para que os estudantes se sintam motivados tecnologicamente a trocarem experiências, registrarem o que descobrem, dividirem com seus colegas como percebem o que descobrem e participarem ativamente em sua esfera social, o papel do professor como incentivador e orientador quanto à utilização das TIC's é de fundamental importância. Conhecer as propostas pedagógicas em que se está profissionalmente envolvido é tarefa importante para um educador. Apropriar-se delas e dedicar-se às suas missões e valores, faz com que a transmissão do conhecimento tenha coerência, eficácia e que se amparem em pressupostos teóricos e práticos consolidados. Além disso, no que diz respeito às TIC's a ação docente precisa ter plasticidade, ou seja, ser flexível, de forma que o professor se desenvolva adequadamente diante das modalidades de ensino presenciais, a distância ou híbridas. Toda a cibercultura na qual grande parte da humanidade está inserida faz

com que o profissional de educação do século XXI precise estar constantemente atento, pois as transformações presentes na internet, sejam por meio das redes sociais, aplicativos, jogos etc se dão com velocidade vertiginosa. Não acompanhá-las é estar desatualizado sobre a linguagem e o modo de pensar dos alunos, sobretudo dos jovens.

Além da incorporação da tecnologia ao ensino cumpre dizer sobre a necessidade de se prestar atenção também, em como isso seria feito em virtude das próprias diferenças de realização das aulas. As atitudes do professor no contexto presencial se diferem do que ensina na educação com uso de tecnologias da informação, principalmente nos seguintes aspectos: grau de presença, o tempo determinado para que cada aula se desenvolva ser mais rígido nos cursos presenciais que nos cursos a distância, na diferença em como professor e alunos interagem, na maneira de como se constroi o conhecimento e na gestão do tempo de dedicação ao estudo em si. Tudo isso faz com que o educador a distância precise criar ainda mais mecanismos para manter os alunos com interesse e motivação constantes. Apesar dos professores que usam tecnologias de informação e das modalidades tradicionais necessitarem possuir atributos em comum, um bom docente na modalidade tradicional não será, necessariamente, um bom professor no uso de TIC's. O mesmo pode ser dito de um bom professor acostumado a utilizar-se desses recursos, no que diz respeito ao ensino tradicional em sala de aula.

O professor que se utiliza das TIC's possui o encargo de desenvolver habilidades que proporcionem aos estudantes articular os saberes e as capacidades que adquirem para usá-las na vida real, porque há diferenças na linguagem oral e simbólica adotada nos cursos com ferramentas tradicionais e na usada pelos recursos de mídia. Há também diferenças na maneira como alunos e professores interagem, no design da educação, no cenário em que se desenvolve o ensino e o aprendizado e nos mecanismos de estímulo visual, sensorial e cognitivo. Portanto, são necessárias estratégias pedagógicas que sejam adaptáveis e funcionais às realidades de cada modalidade.

Convém por parte das instituições educacionais preparar seus docentes e incentivá-los acompanhar as mudanças tecnológicas que podem influenciar diretamente sua prática pedagógica. Além disso, as escolas devem se estruturar para buscar e abrigar os novos recursos tecnológicos, cada vez mais inseridos nas

práticas de ensino da educação infantil à uiversidade. Uma boa maneira de formalizar as competências que os professores precisam desenvolver pode ser ofertar cursos de formação voltados às novas tendências tecnológicas e de informação, privilegiando a prática e o manejo dos equipamentos.

A conscientização por parte dos professores de que a educação do século XXI precisa necessariamente ter um olhar que contemple a seara tecnológica em que a humanidade está envolvida, é um passo importante em sua didática profissional. É a partir dessa tomada de consciência que as práticas pedagógicas podem ser transformadas e organizadas de maneira estratégica, com o objetivo de incrementar o ensino e de poder proporcionar benefícios aos alunos. Tal como expõe Albino (2015) é no momento em que a educação volta seu olhar para sua práxis, que ela pode ser modificada e tornar-se mais evoluída num processo infinito de transformação. Freire (1985) segue a mesma linha de raciocínio.

O que se precisa é possibilitar que, voltando-se sobre si mesma, através da reflexão sobre a prática, a curiosidade ingênua, percebendo-se como tal, se vá tornando crítica. Por isso, na formação permanente dos professores, o momento fundamental na formação permanente dos professores é o da reflexão crítica sobre a prática. É pensando criticamente a prática de hoje ou de ontem, que se pode melhorar a próxima prática (FREIRE, 1985, p. 43).

Ainda de acordo com Albino (2015, p.32), o desenvolvimento de estratégias metodológicas específicas no que diz respeito à utilização das TIC's, os ganhos por parte do corpo discente são basicamente quatro, conforme listados abaixo;

melhor compreensão dos conteúdos abordados, facilitação da visualização da relação entre a teoria e a prática, além de fazer com que os alunos participem de forma ativa nas aulas, cooperem uns com os outros e interfiram no mundo à sua volta como cidadão mais crítico.

Garcia (2003) também corrobora com este pensamento ao constatar que é possível por meio da utilização de atividades mais dinâmicas e estimulantes, despertar o interesse dos alunos que, por conseguinte, conseguem contextualizar melhor os conteúdos ensinados, ampliando o seu desejo de aprender. Complementarmente, tal como concebe Alves (1994), em relação ao ato de aprender pode-se levar em conta que “só vai para a memória aquilo que é objeto de desejo. A tarefa primordial do professor é: seduzir o aluno para que ele deseje e, desejando, aprenda” (ALVES, 1994, p. 70).

Além da posição do educador em meio a este novo contexto é preciso

entender que a escola tem papel fundamental não apenas na transmissão de conhecimentos, mas de fundamentos culturais. Pain (1992, p. 11) lembra que "o processo de aprendizagem se inscreve na dinâmica da transmissão da cultura, que constitui a definição mais ampla da palavra educação". Há diversas funções para o processo educativo elencados por Pain (1992), a saber:

- Função mantenedora: nela, o objetivo é manter o desenvolvimento da espécie humana por meio da transmissão de um conjunto de regras e regulamentos sociais;

- Função de socialização: isto é, aquilo que faz da criança um sujeito social, ideologicamente identificado a um grupo, partilhando dos mesmos usos linguísticos, do mesmo ambiente e outros traços socioculturais;

- Função repressora: aquela que tem o intento de exercer um controle repressivo de modo a impor limites, como garantia de sobrevivência da estrutura social que, conforme Pain (1992, p. 12), significa "conservar e reproduzir as limitações que o poder destina a cada classe e grupo social";

- Função transformadora: isto é, a que de maneira interdependente e aliada à função repressora, conforme Pain (1992), a função procura transpor limites e obstáculos impostos socialmente, canalizando as incongruências sistemáticas para a produção de um novo paradigma.

Por fim, cabe-se salientar que a escola – aqui tomada como qualquer forma de ambiente de aprendizagem, seja de educação básica ou superior – traduz-se como o ambiente em que toda essa complexa rede de situações divergentes e convergentes se dá. Os estudantes são os maiores alvos da educação, e ao seu redor dá-se a atuação de professores, pedagogos, coordenadores, diretores e família; atores fundamentais para o processo ensino-aprendizagem.

7.1 Vídeogames: uma das formas de utilização das TIC's no campo educacional

A tecnologia está cada vez mais presente nas várias perspectivas humanas, inclusive para os jovens em idade escolar. Esses indivíduos estão cada vez mais inclinados a adquirirem informação e conhecimento por meio da internet, seja utilizando o computador ou smartphone. Desde os primeiros anos de vida, a

capacidade de utilizar suportes tecnológicos pode ser facilmente desenvolvida e, com eles, torna-se possível estimular processos de aprendizagem.

A reflexão sobre os sistemas pedagógico e didático aparece, de fato, como um dos temas mais relevantes no universo educacional contemporâneo; as inovações tecnológicas estão mudando caminhos, formas, transmissores e recebedores de conhecimento. A contribuição do presente tópico incidirá na utilização de uma tecnologia específica, ou seja, os videogames, de forma a compreender até que ponto eles aumentam os níveis de motivação e permitem a aprendizagem didática. Mais especificamente, o foco estará no motor e nos esportes, dimensões no contexto escolar do ensino secundário.

Jogar videogame já se tornou uma realidade universal que reúne grande parte das culturas mundiais. No contexto dos Estados Unidos, os jovens que jogam videogame com idade entre 10 e 18 anos são mais de 80% do total, enquanto este valor na Itália chega mesmo perto dos 90% (VIVANET, 2013). Conseqüentemente, não parece estranho que, recentemente, muitos operadores de ciências da educação tenham utilizado os videogames como ferramentas potenciais para o aprimoramento de sua didática. Em particular, uma dimensão cheia de perspectivas, e ao mesmo tempo de contradições, diz respeito à utilização dessa ferramenta tecnológica na educação motora e desportiva, em que as potencialidades da utilização dos video-games para a aprendizagem de competências espaciais, o reconhecimento de padrões cognitivos, a melhoria da atenção seletiva e habilidades de resolução de problemas é agora reconhecida (SHEFF, 1994). Apesar disso, muitas são as preocupações que o mundo escolar em geral, a educação motora e desportiva em particular têm em relação à utilização de tais recursos para a aprendizagem.

Essas preocupações são fruto de uma desconfiança generalizada a partir do conceito de que o tempo de uso de videogame é categorizado como uma atividade sedentária e, conseqüentemente, está intimamente relacionado à problemas físicos como a obesidade e psicológicos, como a ansiedade. Essa generalização é no entanto enganosa, pois não leva em consideração as diferenças que podem ser encontradas nos vários tipos de videogames. De fato, a este respeito, é bom especificar que a utilização da ferramenta para fins pedagógicos e didáticos nas ciências motoras e desportivas refere-se aos videogames pertencentes à categoria

dos *exergames* (HANSEN; MEARS, 2009). Essa categoria, também definida com os termos "jogos ativos", "jogos interativos" ou "videogames ativos", refere-se aos videogames que utilizam exercícios e atividades motoras e esportivas para a sua prática. Em particular, o comprometimento exigido deve envolver movimentos de todo o corpo para participar de competições esportivas virtuais, ginástica em grupo ou outras atividades físicas interativas (GRINTER; SALL, 2007).

Alguns games têm peculiar características que os tornam muito diferentes da maioria dos outros videogames; na verdade, muitas pesquisas científicas têm identificado esses videogames como uma ferramenta para contrabalançar a condição de sedentarismo, com conseqüente vantagem na ação educacional e socio-sanitária de combate à obesidade (CAMERON; CHAPUT; GOLDFIELD, 2013). No contexto escolar, o combate à obesidade é um objetivo importante, mas indireto: o tempo dedicado à educação motora é obviamente insuficiente para poder pensar em influenciar diretamente este quadro. Por meio da escola, porém, é possível educar e estimular comportamentos que favoreçam a manutenção do condicionamento físico, incluindo um Índice de Massa Corporal (IMC) saudável, como o desejo de praticar esportes, a consciência da importância do movimento e o domínio da motricidade e habilidades de coordenação. Esses aspectos podem ser veiculados por meio da educação escolar e podem se beneficiar de ferramentas alternativas como videogames em geral e *exergames* em particular. Nesse sentido, após resumir as características dos *exergames* serão destacados os potenciais efeitos positivos e negativos para a didática.

Para avaliar concretamente a possibilidade de inclusão dos *exergames* em um programa de educação motora e esportiva escolar é imprescindível analisar a priori quais são as características estruturais que podem suportar essa escolha. Como todos os videojogos, os *exergames* assentam numa série de desafios ligados por uma relação de causa-efeito, num ambiente simulado que, se bem estruturado, permite ao jogador entrar num estado de "fluxo", no qual a motivação intrínseca, a positividade na atuação e os níveis de envolvimento são muito altos, numa atmosfera em que o jogador está totalmente envolvido no jogo.

A sucessão de desafios deve ser habilmente estruturada de forma a obter uma mediação correta com as competências necessárias para superá-los. Os fatores-chave para obter um bom equilíbrio entre o nível de dificuldade e as

habilidades necessárias, que são a presença de objetivos claros e feedbacks imediatos e a transmissão de uma sensação de controlabilidade no que diz respeito ao sucesso e jogabilidade. Além desses fatores, os *exergames* devem levar em consideração a correlação entre a intensidade e o nível de aptidão necessários para atingir o objetivo do jogo. Ambos os componentes devem ser bem balanceados para garantir um nível de envolvimento que mantenha o jogador (e deste modo o aluno em potencial) focado e motivado para completar o que o jogo exige. Um jogador *exergame* pode ser pensado como produtor de conteúdo na tela (CALVERT; STAIANO 2011) - pessoa que, por meio dos movimentos do próprio corpo, produz e controla os movimentos na tela.

Os *exergames* são, por conseguinte, capazes de interpretar os movimentos do corpo do jogador como impulsos associados a significados específicos do jogo, reproduzindo os movimentos em um espaço tridimensional, numa tela bidimensional. A distância entre o jogador e o personagem na tela, se do ponto de vista da "jogabilidade" pode ser uma limitação, em termos de desenvolvimento pedagógico e educacional nas ciências motoras e do esporte, deve ser considerada como o estímulo para o jogador-aluno desenvolver várias habilidades. Essas primeiras considerações tornam claras algumas características importantes dos *exergames*, que parecem potencialmente capazes de influenciar também três domínios da aprendizagem: cognitivo, social e psicomotor. Ressalta-se que esse tipo de videogame permite relacionar sinergicamente tanto as melhorias cognitivas devido ao uso de videogames e aqueles relacionados à prática de atividades motoras e esportivas, caracterizando-o como uma valiosa ferramenta de aprendizagem (CALVERT; STAIANO, 2011). Além disso, a possibilidade de jogar na modalidade multijogador, tanto em cooperação como em competição, garante uma interação real para além da virtual, estimulando alguns dos princípios pedagógicos do desporto como o "trabalho em equipe" e a competição saudável. (CALVERT; STAIANO 2011).

Em comparação com os videogames tradicionais, os *exergames* permitem mais interatividade entre os jogadores. Percebe-se apontamentos na literatura de referência que mostram como os *exergames* podem influenciar positivamente o julgamento com relação às atividades motoras (EPSTEIN; ERNST; GOLDFIELD; KALAKANIS, 2000). Em todos os estudos analisados pôde-se observar um aumento da motivação, participação e nível de comprometimento dos alunos

(PAPASTERGIOU, 2009). No caso específico da educação motora, o aumento da motivação para a prática de movimentos durante as aulas escolares é importante, pois se traduz na persistência da parte física ao longo do tempo. Nesse sentido, os *exergames* são, antes de mais nada, uma atividade com um fim em si mesma, que encontra realização e gratificação na própria ação de brincar; essa característica lúdica pode ajudar os operadores pedagógicos a estimular a motivação da aprendizagem, algo que às vezes é difícil de se obter junto aos discentes. Por exemplo, em atividades para o desenvolvimento de habilidades condicionais, que muitas vezes não são atraentes para os alunos, pode-se fazer uso do componente motivacional dos videogames (KIILI; PERTTULA, 2010) Outro ponto fundamental que caracteriza a motivação é a percepção da competência que se desenvolve a partir da interpretação dos próprios episódios de sucesso e fracasso, o tipo de suporte social e o resultado das próprias tentativas de dominar uma habilidade motora articular ou cognitiva (BARANOWSKI; BARANOWSKI ; BUDAY; THOMPSON, 2008).

As aulas de educação motorizada e esportiva são um local promissor para a utilização dos *exergames* na educação (GRAHAM; SMITH; YANG, 2008). Nos Estados Unidos, computadores e consoles já são encontrados no sistema escolar, com quase metade dos alunos declarando usar videogame para realizar uma atividade didática atribuída na escola (LENHART, 2008), sendo que alguns *exergames* foram introduzidos no motor e currículos de educação esportiva. Por exemplo, o jogo "Revolução dança dança" foi introduzido no currículo como um exemplo de atividade pertencente a categoria de "atividades rítmicas".

Diante do que a análise da literatura evidenciou, não parece estranha a atenção de muitos operadores da área da educação e das ciências motoras e do esporte, em relação ao uso dos *exergames* como ferramenta didática. Em particular, o uso de tais ferramentas durante as aulas de educação motora apresenta-se certamente uma perspectiva carregada de atrativos e resultados positivos. Entende-se, assim, que a utilização dos *exergames* é apenas uma entre as múltiplas possibilidades de utilização de tecnologias no campo da aprendizagem. Porém, é importante lembrar que o objetivo dessa reflexão não é propor os *exergames* como substitutos da atual proposta de educação motora e esportiva, mas, como qualquer outro tipo de tecnologia, propõe considerá-los como ferramentas complementares a

uma prática efetiva. Conclui-se, portanto, que a utilização de vídeo-games é uma alternativa viável no que diz respeito à utilização de tecnologia em ambiente escolar, mas que representa apenas uma em meio a um universo de possibilidades na contemporaneidade.

7.2 Somando forças: escola-professores-alunos e TIC's

Na cibercultura um novo ambiente apareceu, favorecendo invenções e descobertas científicas, de tal modo acendendo conflitos de ideias e valores (LÉVY, 2010). Feenberg (2010) traz a ideia de que “a Internet ressalta a promessa de uma época que trará mudanças nas vidas humanas e que o conteúdo substancial da educação pode ser mais facilmente entregue por computadores do que por professores”. Esse novo espaço pode ser percebido no Programa de Ensino Médio Inovador (BRASIL, 2013) em seu documento orientador, no qual menciona a cultura digital em analogia às ações educativas, por meio da ampliação das habilidades de expressão dos membros das comunidades educativas e de sua competência no manejo das tecnologias da informação.

Nessa perspectiva, os espaços educativos podem permitir condições de promoção às diferentes mídias e tecnologias, para que desenvolvam a ampliação da cibercultura, ou seja, as ações podem consentir o desenvolvimento de múltiplas formas de comunicação, adequando o domínio dos instrumentos e das formas de diálogo, bem como a concentração sobre o uso crítico das diversas tecnologias nos dessemelhantes ambientes de interação social (*IBID.*, 2013). Então, a partir de processos criativos as atividades podem proporcionar experiências na escola em ambientes de atuação e interação, utilizando-se de recursos tecnológicos e compreendendo as novas relações na comunicação, mais igualitárias e menos hierarquizadas.

Do mesmo modo, o Guia de Tecnologias Educacionais (BRASIL, 2013) trata de determinados exemplares de tecnologias educacionais com experiências da cultura digital, em que a tecnologia ABC Digital se tornou um projeto de informática educacional no qual os alunos concretizam atividades pedagógicas em meio eletrônico, por meio de um CD de instalação e um caderno pedagógico impresso para cada módulo. Objetivou-se designar redes de aprendizagem colaborativa por

meio da Internet, para escolas públicas e privadas, de modo a mediar e promover o uso de tecnologias de informação e comunicação por alunos e professores em apoio às atividades didáticas, instituindo condições para a inclusão digital, estimulando a participação dos discentes e docentes em atividades virtuais.

Com este tipo de orientação, tais experiências e condições constituídas, abordam uma proposta curricular situando práticas interdisciplinares permeadas pela tecnologia educacional. Constitui-se assim, que o conjunto de atividades e recursos digitais, atestam que as circunstâncias didáticas são organizadas para o ensino e a aprendizagem de competências de leitura, produção de textos, cálculos matemáticos e pensamento científico. Essas ocasiões didáticas indicam espaços que oferecem novas propriedades de aprendizagem de leitura e interpretação de situações habituais e desenvolvimento das representações do pensamento lógico, entre outras habilidades. Esse tipo de proposta educacional contribui para a qualificação do ensino e da aprendizagem e para o trabalho de mediação docente na escola, com envolvimento do alunos como corresponsáveis sobre o seu próprio processo evolutivo, favorecendo a aquisição de competências. Infere-se assim que com a cibercultura surgiram novas oportunidades de geração de conhecimento, por se valerem de situações de aprendizagem nas quais o desenvolvimento da criatividade, a solução de problemas e a capacidade de decisão são fomentados a partir da interlocução ensino-tecnologia.

A proatividade de alunos e professores na superação dos desafios para uso das TIC's na escola é um aspecto importante, mesmo que a falta de estrutura de acesso às TIC's nas escolas: infraestrutura, recursos digitais, formação de professores, elaboração de propostas pedagógicas etc., possa ampliar a distância entre os que têm condições de suprir as carências das escolas por meios próprios e aqueles que dela dependem (BRASIL, 2016). Partindo-se do pressuposto de que a tecnologia tem plenas condições de auxiliar o aprimoramento da formação educacional, novamente, chama-se a atenção para a necessidade dos profissionais envolvidos nas atividades educacionais sobre dois aspectos. O primeiro da necessidade de conscientização de uma formação contínua que dê condições aos educadores de fazer a interlocução da transmissão de conteúdos fundamentais e as TIC's, independentemente da faixa etária dos alunos; por fim, e não menos importante, a capacidade de orientar os alunos quanto ao uso das tecnologias que

se tem à disposição hoje em dia, principalmente o smartphone, de modo a ajudá-los a entender que existem formas saudáveis de se utilizá-la e formas inadequadas, que podem levar inclusive a quadros de adoecimento psicológico como já foi tratado nesta tese em capítulo específico.

8 BREVE HISTÓRICO SOBRE A FORMAÇÃO DO PEDAGOGO NO BRASIL

Ao se investigar sobre a graduação de Pedagogia identifica-se que ela sofreu mudanças substanciais em sua organização curricular, assim como o papel do pedagogo no país. Tais modificações devem-se sobretudo às mudanças sociais e políticas pelas quais o Brasil vem passando ao longo dos tempos. O curso de Pedagogia foi criado em 1930 e estruturado por meio do Decreto-Lei nº 1.190, de 4 de abril de 1939. Desde o momento de sua regulamentação, as discussões sobre a formação do profissional educador suscitam dúvidas que envolvem as concepções de bacharel, professor, técnico, especialista e generalista. A reorganização curricular que ocorreu ao final da década de 1960 tirou o profissional de Pedagogia do universo da docência nos cursos normais e da administração escolar para que se tornasse efetivamente o especialista em educação. Silva (2003) considera que o pedagogo era um profissional que personificava o dimensionamento da educação à esfera técnica. Já na década de 1980, este profissional tem alterada a proposta de sua formação para o campo generalista que, por sua vez, passou a considerar tanto a docência quanto a atuação propriamente dita como especialidades do campo da educação. Na década posterior a formação do profissional de Pedagogia ganha novos contornos principalmente a partir da LDBEN 9394/96. A partir dela, a formação dos professores de educação infantil, assim como das séries iniciais, deveria ser realizada nos Institutos Superiores de Educação ISEs (Art.62o e 63o), sendo considerado, o curso de Pedagogia, o formador dos especialistas em educação. Neste sentido, dispôs:

Os Institutos Superiores de Educação manterão:

I – Cursos formadores de profissionais para a educação básica, inclusive o curso normal superior, destinado à formação de docentes para a educação infantil e para as primeiras séries do ensino fundamental;

II – Programas de formação pedagógica para portadores de diplomas de educação superior que queiram se dedicar à educação básica;

III – Programas de educação continuada para os profissionais da educação dos diversos níveis. (BRASIL, 1996).

Poucos anos mais tarde, surgiu a proposta de Diretrizes para o curso de Pedagogia. Após um intenso processo de discussão, realizada por várias associações voltadas para o ensino e pesquisa em educação, tal proposta foi

divulgada em 1999 e encaminhada ao Conselho Nacional de Educação (CNE). De acordo com o que foi elaborado, o pedagogo deve realizar pesquisas que lhes proporcionem conhecimentos

sobre seus alunos e alunas e a realidade sócio-cultural em que estes desenvolvem suas experiências não escolares; sobre processos de ensinar e de aprender, em diferentes meios ambiental-ecológicos; sobre propostas curriculares; e sobre a organização do trabalho educativo e práticas pedagógicas". (BRASIL, 2006b, p. 2).

Uma das associações que fez propostas foi a ANFOPE, Associação Nacional pela Formação dos Profissionais da Educação. Percebe-se seu esforço em defender a ideia de que o profissional de Pedagogia tivesse mais autonomia, tanto no que diz respeito à sua capacidade no tocante ao exercício do magistério, quanto da realização de pesquisas e gestão escolar. E, que a partir de tal entendimento, não faria mais sentido a manutenção da dicotomia entre licenciatura e bacharelado.

O curso de Pedagogia porque forma o profissional da educação para atuar no ensino, na organização e gestão de sistemas, unidades e projetos educacionais e na produção e difusão do conhecimento, em diversas áreas da educação é, ao mesmo tempo, uma licenciatura – formação de professores – e um bacharelado – formação de educadores/cientistas da educação. (ANFOPE, 1998).

Apenas no ano de 2005 as discussões sobre o curso de Pedagogia voltaram a ser discutido de forma mais profunda, quando são definidas novas Diretrizes Curriculares, discussões essas em se retomam as reflexões sobre a identidade e a finalidade da graduação. Nessa formulação, o curso de Pedagogia passou a objetivar formar licenciados para a educação infantil e para os primeiros anos do ensino fundamental. Complementarmente, está o desenvolvimento das capacidades como o ensino de nível médio, administração, gestão e organização do ambiente escolar. Atividades de produção e disseminação científicas e tecnológicas também foram contempladas.

O curso de Licenciatura em Pedagogia destina-se à formação de professores para exercer funções de magistério na Educação Infantil e nos anos iniciais do Ensino Fundamental, nos cursos de Ensino Médio, na modalidade Normal, de Educação Profissional na área de serviços e apoio escolar e em outras áreas nas quais sejam previstos conhecimentos pedagógicos. As atividades docentes também compreendem participação na organização e gestão de sistemas e instituições de ensino, englobando: planejamento, execução, coordenação, acompanhamento e avaliação de

tarefas próprias do setor da Educação; planejamento, execução, coordenação, acompanhamento e avaliação de projetos e experiências educativas não-escolares; produção e difusão do conhecimento científico tecnológico do campo educacional, em contextos escolares e não-escolares. (BRASIL, 2005, p.7-8)

Um dos maiores ganhos para o reconhecimento do papel do profissional de Pedagogia foi o fato de o curso ser considerado uma licenciatura polivalente para a docência de zero a dez anos. Isso traz uma diferença em relação ao que fora definido para o curso Normal Superior, cuja formação leva em conta duas habilitações: uma para educação infantil e outra para os primeiros anos do ensino fundamental. A formação integrada do pedagogo com capacitação para atuar nas duas perspectivas foi mais um passo significativo na turbulenta jornada da construção da identidade profissional no Brasil. Esses fundamentos, portanto, trazem ainda mais novidades para a formação profissional. Antes, eram necessárias 2800 horas para a efetivação do curso. Com as novas diretrizes, esse número passou para 3200 horas. Dentro deste quantitativo, ressalta-se que 2800 horas deveriam ser destinadas às aulas, pesquisas, seminários e atividades práticas. 300 horas seriam destinadas ao estágio supervisionado, de preferência na educação infantil e ensino fundamental e 100 horas dedicadas aos estudos em áreas específicas, que fossem de interesse pessoal dos alunos.

Em julho de 2015, após amplas discussões realizadas em todo o país por meio de audiências regionais em nacionais foi aprovada a Resolução CNE/CP nº 2/2015, que definia sobre as novas diretrizes formação de professores. Essas diretrizes foram construídas durante o governo da então presidente Dilma Rousseff e teve expressiva contribuição da ANFOPE. Em linhas gerais, essa Resolução se apoiou nos seguintes pontos: existência de base nacional comum como um conjunto de princípios norteadores, concepção da docência como ação educativa que pressupõe o ensino e funções necessárias à sua execução, formação científica e cultural consistentes, formação no domínio de conteúdos, tecnologias e linguagens, articulação entre formação inicial e continuada, articulação entre pesquisa, extensão e conexão entre teoria e práticas para o aprimoramento profissional. “No seu conjunto, esses compromissos visavam a uma formação ampla e cidadã, comprometida com a defesa da democracia, cidadania, da justiça, da inclusão e da educação como bem comum” (FELIPE, 2020).

Em 2019 o CNE aprovou o parecer 22/2019, revogando a Resolução nº 2/2015; para muitos professores e educadores houve retrocesso em tudo o que vinha sendo construído desde então, a começar pela ausência de debate com a sociedade. Nas palavras de Felipe (2020) “sem discussão ampla com a sociedade brasileira, a toque de caixa, o parecer CNE/CP nº 22/2019 foi aprovado em dezembro de 2019”. O projeto educacional que estava sendo construído há mais de quatro décadas foi em grande medida abandonado ao perceber-se por exemplo, condições que remontam às Diretrizes de 2002. Neste contexto há a priorização de um percurso único e engessado a ser seguido ao invés da flexibilização e valorização dos projetos pedagógicos das instituições formadoras, restringindo as competências dos professores às aprendizagens tidas como essenciais e previstas na Base nacional Comum Curricular (BNCC) que transforma o ensino em algo mensurável e esvazia o caráter crítico necessário a uma ampla compreensão da educação como um todo.

A ideia de formação ampla e cidadão firmada na Resolução nº 2/2015 foi substituída pela ideia de “formação básica”, centrada fundamentalmente na transposição para o ensino dos conteúdos das áreas, na qual se vislumbra o risco de “desintelectualização” da formação dos professores (SHIROMA, 2003).

O professor, diante de tais propostas, passa a ser um executor padronizado de uma diretriz curricular que não incentiva a formação do aluno como cidadão, mas, tão somente, de alguém que tem receber os conteúdos previamente determinados. Nesse sentido, o professor deixa de ser um criador para se tornar um mero aplicador do que lhe foi delegado. Percebe-se assim que a formação do profissional de Pedagogia brasileiro é muito complexa e sofre construções e desconstruções fortemente influenciados pelas concepções que cada governo tem e que, a ausência de uma sequência de política educacional tem o poder de prejudicar e trazer prejuízos substanciais para os docentes e discentes. É neste cenário que o pedagogo brasileiro precisa se equilibrar para atender as demandas cada vez mais desafiadoras da sociedade como a forma de lidar com as novas tecnologias no ambiente escolar, entre outras.

8.1 A escola do século XXI e os novos paradigmas

De acordo com o Dicionário Online da Língua Portuguesa, um dos significados atribuídos à palavra paradigma é “padrão já estabelecido”. Ela deriva do grego “pará-deigma, atos” com o sentido de modelo, exemplo. Partindo deste conceito é possível perceber como se vive sinais claros de mudanças de paradigma. A sociedade, até num dado momento foi manufatureira, principalmente no que diz respeito aos meios de produção. Passou para mecanizada e industrial e hoje está assentada na tecnologia digital que perpassa os mais diferentes setores. É claro que as manufaturas e indústrias não acabaram, mas a digitalização está cada vez mais presente em setores que antes não se pensava existir de forma diferente.

Os arados puxados pelos animais nas grandes plantações, num determinado momento, foram substituídos por tratores que hoje inclusive existem. No entanto, já se observa tratores guiados à distância por um operador que não necessariamente é mais um tratorista, mas sim, um profissional que tem a capacidade de lidar com um programa computacional que controla a colheitadeira que está há quilômetros de distância. Os próprios automóveis, aos poucos vão se transformando em espécies de computadores sobre rodas sem ter a necessidade, inclusive, de um motorista para pilotá-lo. Muitos equipamentos já obedecem a comandos de voz como as casas inteligentes que abrem as cortinas e as torneiras quando são ordenados.

A humanidade está adentrando a era da internet das coisas e inteligência artificial, na qual as programações de determinados equipamentos tomam atitudes que antes iriam requerer a ação humana. Por exemplo, já há experimentos em que se faz uma determinada programação em uma geladeira para ela “pedir ao supermercado” a entrega de determinados produtos, quando o estoque mínimo que tiver sido programado nela for atingido. Tudo isso com a inserção do número do cartão de crédito no próprio eletrodoméstico. Impressoras de computador “entrarão em contato” com fornecedores quando o estoque de tinta estiver perto do fim para se fazer a reposição. As impressoras 3D são uma realidade, mesmo que ainda de forma incipiente, mas já há pessoas que já estão produzindo seus próprios calçados a partir do que elas mesmas desenham em seus computadores, de acordo com seu gosto e estilo. Ainda sobre impressoras 3D, a China já começou a colocar em experimentação impressoras gigantes para a construção de casas, ou seja, antes,

um processo que passava de forma inequívoca por dezenas de trabalhadores executando um número imenso de atividades, agora passa a ter a possibilidade de ser realizado por braços mecânicos gigantes que obedecem a programas computacionais. Esse é o mundo contemporâneo e todos esses feitos abalam paradigmas construídos pela sociedade pré-computacional. De acordo com (SILVA, APUD ABREU, p. 138):

Em um cenário com referências tão diferentes, o acesso à informação também mudou radicalmente. Nunca foi tão veloz e tão fácil e está tornando-se ubíquo, mudando as relações sociais, econômicas e políticas e as relações com o conhecimento.

E é justamente por causa dessa ubiquidade, “que é fato de estar ou existir concomitantemente em todos os lugares” que faz-se necessário refletir-se de forma mais detida sobre a presença da internet na vida humana. Ela parece estar em todos os lugares, o tempo todo, principalmente devido à sua facilitação de acesso via telefone celular. As redes sociais e os aplicativos em geral fazem com que se esteja conectado durante todo o tempo. Aplicativos de localização e rastreamento permitem a navegação em qualquer parte do planeta, acesso a bancos para pagamentos e operações diversas, caixa de e-mail, estabelecimentos mil para se comprar produtos ou contratar serviços etc. Hoje, falar sobre caixa de correio é quase sinônimo de se referir à caixa de e-mails e num passado não tão distante, referia-se à caixa propriamente dita que fica na casa de cada um. Antes, as vendas de produtos aconteciam somente em lojas. Com a internet, a forma de se anunciar esses serviços e a forma de comercializá-los também.

O consumidor hoje, em grande medida, tornou-se um consumidor online. Até as relações afetivas transformaram-se com a internet. Atualmente não é raro ter notícias de pessoas que se conheceram por meio da grande rede, seja nas redes sociais ou em aplicativos e sites específicos para encontros, que namoraram e se casaram. Dentro das nossas casas a internet está no quarto, na sala, na cozinha, no banheiro. Está no entretenimento, está no trabalho, está até mesmo na bicicleta compartilhada que se usa no dia a dia. Ela está nas empresas, no esporte, na música e nas artes em geral. Hoje em dia é possível visitar-se os museus mais famosos do mundo virtualmente, por meio do celular, tablet ou computador. As pessoas visitam virtualmente imóveis que desejam alugar ou comprar, ou seja, a

internet passou a se imiscuir de forma profunda na vida atual. No ensino, a prática de Ead tornou possível milhões de pessoas ao redor do mundo estudarem. Isso aumentou sobremaneira o intercâmbio de conhecimento entre diferentes países e culturas. E, como não poderia deixar de ser, a internet adentrou também as escolas e salas de aula. Entretanto, sua inserção trouxe e traz consequências que precisam ser melhor examinadas, sobretudo à luz do que Marc Prensky, pensador norte americano chamou de nativos digitais e imigrantes digitais. Assim, em sua concepção (SILVA, APUD ABREU, p. 140)

nativos digitais são os que pertencem à geração que sabe falar a língua da tecnologia digital, com os computadores, videogames, a internet. Os que começaram a usar essa linguagem mais tarde na vida, com mais ou menos entusiasmo, são os imigrantes digitais. O imigrante digital sempre conserva algum sotaque e tem lembrança da cultura anterior, em que foi socializado. Ainda lê manuais, imprime textos pra ler, telefona pra perguntar se o e-mail enviado foi recebido e outros tantos exemplos que denunciam outra cultura de formação.

Boa parte do professorado atual ainda faz parte da geração que fazia seus trabalhos escolares consultando enciclopédias e revistas impressas. O cenário atual provoca novas relações com o conhecimento e atualmente, diante de uma pergunta, não se torna mais imperioso consultar um livro impresso, professor ou especialista sobre determinado tema. As informações estão disponíveis massivamente em sites de busca e são possíveis de ser obtidas a partir de um simples dispositivo, como o smartphone, por exemplo. De acordo com (SILVA, APUD ABREU, p. 140), “diante dos referenciais em plena transformação, a instituição escolar se encontra em um período de perplexidade, por sua própria natureza e função”.

Começam a surgir então, obstáculos a serem superados que nascem a partir destes recortes geracionais distintos. Computadores, smartphones, tablets, aplicativos diversos, e-mails etc., fazem parte de um universo familiar para as crianças e jovens de hoje, desde o seu nascimento. Eles não conheceram o mundo sem interatividade e muitos deles sequer conseguiriam imaginá-lo de forma diferente de como é atualmente. Os estudantes chegam à escola com um jeito diferente de se vestir, de se expressar, com linguagem corporal e estilos muito diferentes da maneira com a qual costumavam ser a menos de vinte ou trinta anos. As mudanças foram tão profundas e velozes que grande parte dos profissionais da educação e as muitas instituições não se prepararam para tamanhas novidades. Como pode ser

observado, está-se em uma zona de transição geracional, possivelmente, os jovens de hoje que optarem por seguir a carreira docente e/ou educacional quando estiverem adultos não sentirão tanto impacto quanto professores e escolas sentem atualmente, no Brasil.

A escola do século XXI precisa achar um modo de educar as gerações para o tempo em que vão viver, definido pelas tecnologias digitais. O mundo mudou, e a escola vive os problemas e dilemas da transição de eras. A discussão universal sobre a qualidade da educação escolar contemporânea, em que todos se queixam – pais, alunos, sociedade, a própria escola -, revela o desconforto causado pela crise paradigmática (SILVA, APUD ABREU, p. 140).

Os estudantes de hoje são diferentes dos de outras épocas. Consequentemente exigem formas diferentes de se lidar. Como lidam com muitas informações simultaneamente, abrem várias telas em seus computadores e smartphones, interagem ao mesmo tempo com mais de uma pessoa, por vezes também fazendo-o por meio de áudio e acabam não tendo paciência para métodos exclusivamente tradicionais. Aulas expositivas tornam-se enfadonhas e a forma de se ensinar determinados conteúdos passo a passo são frequentemente intolerados. Este é mais um dos pontos conflitantes entre nativos e imigrantes digitais. Os imigrantes carregam consigo a crença de transmitir o conhecimento da mesma forma que os absorveram ao longo de sua formação. Devagar, tópico por tópico, começando-se do nível de menor complexidade para o de maior etc. Os nativos realizam várias atividades simultâneas no seu dia a dia como telefonar e digitar ou escutar música e estudar. Sem dúvida novas conexões neurais estão sendo formadas nos cérebros humanos; processo semelhante teve de ocorrer quando houve a invenção da escrita, por meio do qual o cérebro precisou se adaptar para corresponder determinados símbolos a objetos, por exemplo. Portanto, não se trata aqui de dizer que nativos ou imigrantes digitais são melhores ou piores, o que se destaca é a maneira como cada um depreende o mundo e como a escola pode cumprir a função de educar as novas gerações.

O papel da escola no século XXI precisa passar por profundas transformações. Entre elas, está a de sua mudança no que diz respeito ao conteúdo. O velho esquema no qual o professor “doa” conteúdo aos seus alunos já foi superado porque esse está disponível vinte e quatro horas por dia na internet. A educação contemporânea precisa atentar-se para o fato de estimular os discentes,

principalmente por meio da discussão e do trabalho em conjunto, a identificar soluções para os problemas reais da vida, alicerçados na ética e na habilidade de reflexão. Temas relevantes como clima, energia, água, inteligência artificial, meio ambiente, transporte, clonagem, sexualidade, imigração, pandemias, sustentabilidade, nanotecnologia, saúde física e mental, entre outros, estão no dia a dia da grande rede mundial de computadores.

Os conteúdos ensinados precisam deixar de ser engessados para ser trabalhados à medida que a sociedade avança e que pautas importantes de serem trabalhadas e refletidas surgem. Não se trata aqui de desprezar atividades importantes como alfabetização ou interpretação de textos. Aliás, muito pelo contrário. Diante de um número infindável de informações é justamente a capacidade interpretativa que vai auxiliar o aluno a separar o joio do trigo e essa é uma habilidade especialmente valiosa num universo em que nem tudo o que é divulgado pode ser considerado como de qualidade. Na era digital, os conteúdos emergem de forma sequenciada e a habilidade do professor em trazê-la para dentro da escola e trabalhá-las em sala de aula significa fazer uma ligação direta com o que as crianças e jovens veem em suas casas, propiciando a reflexão de maneira saudável e potencializada; não é fácil para o imigrante digital, mas a tarefa está posta.

Mudar paradigmas significa abdicar de um determinado arcabouço conceitual e executivo. Mesmo que os imigrantes digitais tenham mais dificuldade no que diz respeito ao uso e manejo das novas tecnologias; mesmo que esses profissionais ainda se vejam envoltos na teia tradicional de ensino na qual foram formados, ainda sim eles poderão colaborar e muito. Estimular a capacidade de pensar criticamente sobre determinados temas, ser facilitador do processo de criação por parte dos alunos na resolução de situações-problema, auxiliar na capacidade interpretativa e no aprimoramento da argumentação são atribuições importantíssimas que o educador pode e deve exercer, ainda que não seja um nativo digital. Um bom exemplo é auxiliar os jovens a terem uma relação saudável com as novas tecnologias, fazendo com que elas estejam a seu serviço e não ao contrário. A organização da forma e frequência com a qual a internet e smartphones são utilizados também é tarefa do educador na medida em que, conforme já foi mencionado nesta tese, seu uso desequilibrado pode assumir contornos graves

como adoecimentos físicos e mentais e, até mesmo, morte. É por isso que o estudante de Pedagogia de hoje, na condição de universitário, precisa perceber que muitos dos temas com os quais ele irá trabalhar, envolve diretamente o seu próprio cotidiano e aliar tecnologia à reflexão crítica pode ser um bom caminho para todos os envolvidos no processo ensino-aprendizagem.

9 TRABALHO DE CAMPO/ METODOLOGIA DA PESQUISA

Os instrumentos escolhidos para a coleta de dados nesta pesquisa foram compostos por dois questionários. Tal escolha se deu por três motivos: em primeiro lugar, porque atende à exploração dos objetivos específicos propostos nesta pesquisa. Em segundo lugar, porque são autoaplicados, apresentam a resposta por escrito e pela disponibilidade de tempo dos sujeitos da amostra para participar do estudo. Por fim, pelo fato de terem sido desenvolvidos por pioneiros brasileiros e norte-americanos no estudo da dependência tecnológica, como será mencionado mais adiante.

Uma vez que se deseja analisar a relação que alunos universitários do curso de Pedagogia têm com telefones celulares e internet, entende-se que a utilização dos questionários seja coerente com a descrição que Gil (2008, p.120) faz deste instrumento.

Pode-se definir questionário como a técnica de investigação composta por um conjunto de questões que são submetidas a pessoas com o propósito de obter informações sobre conhecimentos, crenças, sentimentos, valores, interesses, expectativas, aspirações, temores, comportamento presente ou passado etc.

Foram utilizados dois questionários. O primeiro, intitulado Teste de Dependência da Internet (IAT), foi a primeira forma validada para se medir a dependência da utilização da internet, desenvolvido por Young (2010). A referida autora foi fundadora do Center of Internet Addiction Recovery em 1995 e foi pioneira na investigação de transtornos psicológicos vinculados à internet de acordo com Potenza e Marca (2019).

A Dra. Young desenvolveu o Internet Addiction Test (IAT), uma escala de 20 itens para avaliar as características do vício em Internet. O IAT foi traduzido para vários idiomas e usado em diversos estudos em todo o mundo. Com suas publicações abrangentes em livros e artigos, ela se tornou uma pioneira no campo de pesquisa sobre vício em Internet que cresce rapidamente e muda. Ela também se dedicou a transferir conhecimentos emergentes sobre o vício em Internet para a prática clínica. Ela estava empenhada não apenas em diagnosticar indivíduos com dependência da Internet, mas também em fornecer e otimizar o tratamento. Inspirada pela terapia cognitivo-comportamental (TCC) usada no tratamento de outros comportamentos e distúrbios, ela desenvolveu um modelo de TCC para o tratamento de pessoas com dependência de Internet, que chamou de CBT-IA. Foi, e ainda é, uma base e inspiração para muitos novos desenvolvimentos que virão. Ela também fundou a primeira clínica

hospitalar para pacientes internados nos Estados Unidos para o vício em Internet no Bradford Regional Medical Center.

O segundo questionário utilizado chamado Escala, para Avaliar a Dependência do Telefone Celular (MPAT), foi desenvolvido por King, Guedes, Santos e Nardi (2014). Os dois primeiros são fundadores do Instituto Delete que tem em seu website a menção de se fazer o uso consciente da tecnologia, logo na primeira página. Além disso, também aponta para o pioneirismo sobre a pesquisa do tema e tratamento de pessoas que se encontram em situação de dependência tecnológica. Ainda de acordo com os referidos criadores, refere-se ao Instituto Delete como

empresa de desenvolvimento do ser humano, dedicada a orientar e informar a sociedade sobre o uso consciente das tecnologias, através de treinamento, consultoria e suporte. Primeiro núcleo no Brasil especializado em Detox Digital e institucionalizado na UFRJ (Universidade Federal do Rio de Janeiro), com profissionais da área da saúde, comunicação e educação (médicos, psicólogos, pedagogos e pesquisadores) para pesquisar sobre as tecnologias interferindo no comportamento humano e oferecer suporte e tratamento aos usuários abusivos de tecnologia (KING; GUEDES, 2014).

Ao se escolher os questionários, optou-se pelo reconhecimento que ambos possuem no meio científico tanto nacional, quanto internacionalmente, além de se ter buscado autores e pesquisadores que fossem pioneiros na investigação do fenômeno da dependência de tecnologias. Acredita-se que a utilização destes instrumentos e sua possível interlocução a partir das análises feitas, colaborarão para o desenvolvimento dos objetivos deste estudo.

9.1 Questionários Pré-teste

Após a definição dos instrumentos de pesquisa foi necessário testá-los, para certificar sobre o seu alcance em relação aos objetivos da pesquisa. De acordo com Gil (2008, p.134)

a finalidade desta prova, geralmente designada como pré-teste, é evidenciar possíveis falhas na redação do questionário, tais como: complexidade das questões, imprecisão na redação, desnecessidade das questões, constrangimentos ao informante, exaustão etc.

Este pré-teste foi realizado com a aplicação do questionário a um grupo de 10 estudantes universitários que aceitaram respondê-lo. Ainda na concepção de Gil, (2008, p.134)

o pré-teste deve assegurar que o questionário esteja bem elaborado, sobretudo no referente a: a) clareza e precisão dos termos; b) forma de questões; c) desmembramento das questões; d) ordem das questões; e) tempo despendido pra responder; f) introdução ao questionário.

Após a pré-testagem, os participantes foram entrevistados via online. Objetivou-se identificar eventuais dificuldades encontradas por eles que poderiam vir a prejudicar os participantes efetivos da pesquisa. Ressalta-se que não houve qualquer dificuldade relatada pelos testandos, o que significou que os questionários eram de fácil compreensão. Diante disso, o próximo passo foi a aplicação dos instrumentos na amostra escolhida.

Tanto para os participantes pré-teste, quanto para os avaliados propriamente ditos, a dinâmica de funcionamento foi a mesma. Os dois questionários já mencionados foram digitados integralmente em uma plataforma desenvolvida pela Google, especificamente para a construção de questionários, denominada Google Forms. Eles ficaram armazenados no formato *Cloud* (nuvem), numa estrutura chamada Google Drive. A partir daí, os dois questionários ficaram hospedados em um espaço virtual com a geração de links específicos que levavam a cada um deles. Seus títulos foram “Questionário 01 – Pesquisa de Doutorado” e “Questionário 02 – Pesquisa de Doutorado”. Escolheu-se nomeá-los dessa forma e não com os nomes originais dos instrumentos, a fim de que o título não impactasse psicologicamente – e conseqüentemente não ativasse algum mecanismo psíquico de defesa, seja consciente ou inconsciente, que pudesse vir a prejudicar a espontaneidade das respostas.

Ambos os links foram enviados por professores do curso de Pedagogia aos seus alunos por meio de whats app. Desta forma, quando o sujeito participante clicava nos referidos links, estes os levavam diretamente para a página de perguntas. Destaca-se que esse processo foi totalmente anônimo sendo portanto, as respostas, não passíveis de identificação. Todo o material ficou armazenado no Google Drive, com acesso exclusivo deste pesquisador e protegido por duas camadas de segurança, para análise posterior.

9.2 Amostra do estudo

A amostra com a qual se desejou conduzir esta pesquisa foi composta por 115 alunos universitários do curso de Pedagogia, em uma universidade particular, no município de Belo Horizonte, estado de Minas Gerais, Brasil. O referido curso conta atualmente com 391 graduandos e tem duração de oito períodos. A amostra obtida contemplou estudantes do segundo ao sétimo períodos, abrangendo, portanto, a maior parte dos períodos.

Em se tratando de pesquisa social, podem ser utilizados vários tipos de amostragem. No estudo que foi desenvolvido, optou-se por ser usada a amostragem não probabilística, uma vez que fundamentações quantitativas e análises matemáticas não são fundamentais, cabendo ao pesquisador definir o tipo de análise que será realizada.

De acordo com Gil (2008, p. 91) entre os tipos de amostragem não-probabilísticas, os mais conhecidos são por acessibilidade, por tipicidade e por cotas. Analisando-se estas três possibilidades, chegou-se à conclusão de que a amostragem por acessibilidade ou conveniência mostrou-se adequada para o referente estudo que se pretendeu qualitativo e de natureza descritiva. Dessa forma, Gil (2008, p. 94) corrobora com as premissas acima destacadas afirmando que “o pesquisador seleciona os elementos a que tem acesso, admitindo que estes possam, de alguma forma, representar o universo”.

Foi contactada uma professora do curso de Pedagogia de uma universidade particular em Belo Horizonte, propondo a realização da presente pesquisa com seus alunos. A professora mencionada julgou que o tema é de extrema relevância, ainda mais em se tratando do estudo sobre os futuros profissionais da Pedagogia com a tecnologia.

Essa proposta foi transmitida aos alunos, garantindo-se o anonimato das respostas. De acordo com o relato da referida docente, os discentes aceitaram participar, prontamente, de forma voluntária e quase unânime. A partir desses termos, portanto, mais uma vez, justificou-se a escolha de amostragem por acessibilidade ou conveniência.

9.3 Análise de dados

Após a aplicação dos questionários os dados foram organizados em tabelas de frequências estatísticas simples. O objetivo não foi o de aprofundamento em cálculos matemáticos complexos, porque inclusive, trata-se de uma pesquisa de natureza qualitativa. Ao organizar os dados em quadros com a frequência das respostas, cada pergunta/resposta do questionário pode ser visualizada de forma global. A partir daí, pode-se ter a percepção do que os números querem dizer em relação aos objetivos gerais e específicos do trabalho e que permitirão fazer a análise do conteúdo do que for considerado mais frequente ou relevante na amostra em questão.

A análise de conteúdo vai além da mera técnica de análise de dados e possui metodologia própria. Neste sentido, é utilizada para descrever e interpretar o conteúdo que esteja presente em uma vasta gama de documentos e textos, analisando descrições sistemáticas de natureza qualitativa ou quantitativa. Segundo Olabuenaga e Ispizúa (1989, p.147), “a análise de conteúdo é uma técnica para ler e interpretar o conteúdo de toda classe de documentos, que analisados adequadamente nos abrem as portas ao conhecimento de aspectos e fenômenos da vida social de outro modo inacessíveis”.

No presente estudo, a análise de conteúdo será constituída por cinco etapas:

- 01 – Preparação das informações;
- 02 – Transformação do conteúdo em unidades;
- 03 – Categorização;
- 04 – Descrição;
- 05 – Interpretação;

O primeiro questionário utilizado foi o IAT (Internet Addiction Test - IAT) – Teste de Dependência de Internet. De acordo com Nardi e King (2014, p. 22), a interpretação dos resultados se dá seguinte maneira descrita abaixo.

Depois de ter respondido a todas as questões, some os números que selecionou para cada resposta para obter uma pontuação final. Quanto mais alta a pontuação, maior é o nível de dependência e problemas que o uso da internet provoca. Segue a escala geral para ajudar a medir a sua pontuação.

- **“20 a 49 pontos”**: Você é um utilizador médio. Por vezes, poderá até navegar na

internet um pouco demais, no entanto, tem controle sob sua utilização”.

- **“50 a 79 pontos”**”: Você começa a ter problemas ocasionais ou frequentes devido ao uso da internet. Deve considerar o impacto na sua vida por ficar conectado à internet com frequência”.

- **“80 a 100 pontos**. A utilização da internet está causando problemas significativos na sua vida. Deve avaliar a consequência desses impactos e aprender a lidar com a internet de modo mais saudável e produtivo”.

O questionário não traz em sua interpretação a escala “abaixo de 20 pontos”. Como a escala “de 20 a 49 pontos” seja considerada como de utilização média de internet e que ocasionalmente pode ser usada um pouco demais, porém com controle, entende-se que, indivíduos que ficam abaixo do mínimo de 20 pontos sejam percebidos como pouco utilizadores da grande rede, ou então que a utiliza de maneira saudável e equilibrada. Logo abaixo, estão apresentados os escores resultantes da avaliação do questionário IAT:

Quadro 1 – Questionário IAT

ABAIXO DE 20 PONTOS	DE 20 A 49 PONTOS	DE 50 A 79 PONTOS	DE 80 A 100 PONTOS
24	69	20	02

Fonte: Autor (2021).

Em termos percentuais, obteve-se os seguintes resultados:

- **Abaixo de 20 pontos** = 20,86%
- **20 a 49 pontos** = 60,00%
- **50 a 79 pontos** = 17,39%
- **80 a 100 pontos** = 1,75%

O segundo questionário utilizado foi o MPAT (Mobile Phone Addiction Test) – Escala de Dependência do Telefone Celular. De acordo com Nardi e King (2014, p. 22), a interpretação dos resultados se dará da maneira descrita abaixo.

Depois de ter respondido a todas as questões, some os números que selecionou para cada resposta para obter uma pontuação final. Quanto mais alta a pontuação, maior é o nível de dependência do telefone celular e os problemas relacionados.

- **“Até 50 pontos”**: Você é um utilizador sem sinais de uso abusivo do telefone celular e com total controle sobre sua utilização”.

- **“51 a 75 pontos”**: Você apresenta sinais de uma possível dependência do telefone celular em nível leve. Começa a ter problemas ocasionais devido ao uso abusivo do telefone celular em certas situações. Pode vir a apresentar impacto na sua vida por ficar utilizando o telefone celular com maior frequência do que o necessário. Fique atento para que o uso abusivo do telefone celular não traga prejuízos para a sua vida”.

- **“76 a 99 pontos”**: Você apresenta sinais de uma possível dependência do telefone celular em nível moderado. Começa a ter problemas frequentes devido ao uso do telefone celular em certas situações. Deve considerar o impacto na sua vida por ficar utilizando o telefone celular com maior intensidade do que o recomendado. Deve aprender a lidar com o telefone celular de modo mais consciente”.

- **“Acima de 100 pontos”**: A utilização do telefone celular está causando problemas significativos na sua vida em nível grave. Deve avaliar as consequências desses impactos que podem estar causando prejuízos nas áreas pessoal, social, familiar e profissional, comprometendo de modo significativo a sua qualidade de vida. Recomendamos procurar uma orientação através de ajuda profissional.

Logo abaixo, estão apresentados os escores resultantes da avaliação do questionário MPAT:

Quadro 2 – Escores da avaliação do questionário MPAT

ATÉ 50 PONTOS	DE 51 A 75 PONTOS	DE 76 A 99 PONTOS	ACIMA DE 100 PONTOS
12	62	34	07

Fonte: Autor (2021).

Em termos percentuais, obteve-se os seguintes resultados:

- **Até 50 pontos**: 10,44%
- **De 51 a 75 pontos**: 53,92%
- **De 76 a 99 pontos**: 29,56%
- **Acima de 100 pontos**: 6,08%

Os dois instrumentos de pesquisa utilizados constam nos anexos desta tese. No entanto, para fins de análise, todas as perguntas constantes de ambos serão mencionadas a seguir, acrescidas do número de respostas dadas pelos sujeitos e seus respectivos scores em porcentagem, utilizando-se critérios de arredondamento para duas casas decimais, apenas. Na sequência, será feita uma análise categorizada das respostas de cada um dos questionários. Optou-se pela colocação dos quadros com os dados mencionados no corpo da tese, e não exclusivamente nos anexos, por entender que sua leitura em sequência, sobretudo vinculando os dados às perguntas, seja de fundamental importância para a compreensão das análises categorizadas que virão em seguida.

9.4 Questionário 01 – Teste de Dependência da Internet (Internet Addiction Test - IAT)

Atribua a seguinte escala para cada pergunta de acordo com o valor indicado abaixo:

- 0 – Não se aplica
- 1 – Raramente
- 2 – Ocasionalmente
- 3 – Frequentemente
- 4 – Quase sempre
- 5 – Sempre

Quadro 3 – Está ligado à internet mais tempo do que pretendia?

0	1	2	3	4	5
Não se aplica	Raramente	Ocasionalmente	Frequentemente	Quase sempre	Sempre
03	03	03	19	27	60

Fonte: Autor (2021).

0 – Não se aplica = 2,61%

- 1 – Raramente = 2,61%
- 2 – Ocasionalmente = 2,61%
- 3 – Frequentemente = 16,52%
- 4 – Quase sempre = 23,48%
- 5 – Sempre = 52,17%

Quadro 4 – Negligencia tarefas domésticas para passar mais tempo conectado?

0	1	2	3	4	5
Não se aplica	Raramente	Ocasionalmente	Frequentemente	Quase sempre	Sempre
19	17	39	17	15	08

Fonte: Autor (2021).

- 0 – Não se aplica = 16,52 %
- 1 – Raramente = 14,78%
- 2 – Ocasionalmente = 33,91%
- 3 – Frequentemente = 14,78%
- 4 – Quase sempre = 12,60%
- 5 – Sempre = 6,96%

Quadro 5 – Prefere a excitação da internet à intimidade com seu parceiro?

0	1	2	3	4	5
Não se aplica	Raramente	Ocasionalmente	Frequentemente	Quase sempre	Sempre
73	30	10	01	-	01

Fonte: Autor (2021).

- 0 – Não se aplica = 63,48%
- 1 – Raramente = 26,09%
- 2 – Ocasionalmente = 8,69%
- 3 – Frequentemente = 0,87%

4 – Quase sempre = 0,00%

5 – Sempre = 0,87%

Quadro 6 – Estabelece novas relações com outros utilizadores na internet?

0	1	2	3	4	5
Não se aplica	Raramente	Ocasionalmente	Frequentemente	Quase sempre	Sempre
21	25	18	27	13	11

Fonte: Autor (2021).

0 – Não se aplica = 18,26%

1 – Raramente = 21,74%

2 – Ocasionalmente = 15,66%

3 – Frequentemente = 23,48%

4 – Quase sempre = 11,30%

5 – Sempre = 9,56%

Quadro 7 – As pessoas próximas de si se queixam sobre o tempo que passa conectado?

0	1	2	3	4	5
Não se aplica	Raramente	Ocasionalmente	Frequentemente	Quase sempre	Sempre
28	35	26	11	07	08

Fonte: Autor (2021).

0 – Não se aplica = 24,35%

1 – Raramente = 30,44%

2 – Ocasionalmente = 22,61%

3 – Frequentemente = 9,56%

4 – Quase sempre = 6,08%

5 – Sempre = 6,96%

Quadro 8 – Os seus afazeres são alterados devido ao tempo que passa conectado?

0	1	2	3	4	5
Não se aplica	Raramente	Ocasionalmente	Frequentemente	Quase sempre	Sempre
28	23	20	19	19	06

Fonte: Autor (2021).

0 – Não se aplica = 24,35%

1 – Raramente = 20,00%

2 – Ocasionalmente = 17,39%

3 – Frequentemente = 16,52%

4 – Quase sempre = 16,52%

5 – Sempre = 5,21%

Quadro 9 – Verifica o correio eletrônico antes de qualquer coisa que precise fazer?

0	1	2	3	4	5
Não se aplica	Raramente	Ocasionalmente	Frequentemente	Quase sempre	Sempre
34	16	11	18	18	18

Fonte: Autor (2021).

0 – Não se aplica = 29,58%

1 – Raramente = 13,91%

2 – Ocasionalmente = 9,56%

3 – Frequentemente = 15,65%

4 – Quase sempre = 15,65%

5 – Sempre = 15,65%

Quadro 10 – O seu desempenho ou produtividade no trabalho sofre devido à internet?

0	1	2	3	4	5
Não se aplica	Raramente	Ocasionalmente	Frequentemente	Quase sempre	Sempre
56	23	12	11	09	04

Fonte: Autor (2021).

0 – Não se aplica = 48,70%

1 – Raramente = 20,00%

2 – Ocasionalmente = 10,43%

3 – Frequentemente = 9,56%

4 – Quase sempre = 7,83%

5 – Sempre = 3,48%

Quadro 11 – Tem uma atitude defensiva ou de secretismo quando alguém lhe pergunta o que está fazendo na internet?

0	1	2	3	4	5
Não se aplica	Raramente	Ocasionalmente	Frequentemente	Quase sempre	Sempre
50	30	12	15	06	02

Fonte: Autor (2021).

0 – Não se aplica = 43,48%

1 – Raramente = 20,09%

2 – Ocasionalmente = 10,43%

3 – Frequentemente = 13,04%

4 – Quase sempre = 5,22%

5 – Sempre = 1,74%

Quadro 12 - Bloqueia os pensamentos perturbantes sobre a sua vida com pensamentos reconfortantes da internet?

0	1	2	3	4	5
Não se aplica	Raramente	Ocasionalmente	Frequentemente	Quase sempre	Sempre
33	23	19	14	16	10

Fonte: Autor (2021).

0 – Não se aplica = 28,70%

1 – Raramente = 20,00%

2 – Ocasionalmente = 16,52%

3 – Frequentemente = 12,17%

4 – Quase sempre = 13,91%

5 – Sempre = 8,70%

Quadro 13 – Sempre está com vontade de se conectar à internet novamente?

0	1	2	3	4	5
Não se aplica	Raramente	Ocasionalmente	Frequentemente	Quase sempre	Sempre
12	10	19	21	26	27

Fonte: Autor (2021).

0 – Não se aplica = 10,44%

1 – Raramente = 8,70%

2 – Ocasionalmente = 16,52%

3 – Frequentemente = 18,26%

4 – Quase sempre = 22,60%

5 – Sempre = 23,48%

Quadro 14 – Tem receio de que a vida sem internet seja aborrecida, vazia e sem alegria?

0	1	2	3	4	5
Não se aplica	Raramente	Ocasionalmente	Frequentemente	Quase sempre	Sempre
37	22	24	14	09	09

Fonte: Autor (2021).

0 – Não se aplica = 32,17%

1 – Raramente = 19,13%

2 – Ocasionalmente = 20,87%

3 – Frequentemente = 12,17%

4 – Quase sempre = 7,83%

5 – Sempre = 7,83%

Quadro 15 – Grita ou fica irritado se alguém o incomoda enquanto está na internet?

0	1	2	3	4	5
Não se aplica	Raramente	Ocasionalmente	Frequentemente	Quase sempre	Sempre
56	28	16	11	03	01

Fonte: Autor (2021).

0 – Não se aplica = 48,70%

1 – Raramente = 24,35%

2 – Ocasionalmente = 13,91%

3 – Frequentemente = 9,56%

4 – Quase sempre = 2,61%

5 – Sempre = 0,87%

Quadro 16 – Perde o sono devido a estar na internet até muito tarde?

0	1	2	3	4	5
Não se aplica	Raramente	Ocasionalmente	Frequentemente	Quase sempre	Sempre
34	26	18	19	08	10

Fonte: Autor (2021).

0 – Não se aplica = 29,56%

1 – Raramente = 22,61%

2 – Ocasionalmente = 15,65%

3 – Frequentemente = 16,52%

4 – Quase sempre = 6,96%

5 – Sempre = 8,70%

Quadro 17 – Fica preocupado com a internet quando não está conectado ou fantasia com estar na internet?

0	1	2	3	4	5
Não se aplica	Raramente	Ocasionalmente	Frequentemente	Quase sempre	Sempre
50	26	18	13	04	04

Fonte: Autor (2021).

0 – Não se aplica = 43,48%

1 – Raramente = 22,61%

2 – Ocasionalmente = 15,65%

3 – Frequentemente = 11,30%

4 – Quase sempre = 3,48%

5 – Sempre = 3,48%

Quadro 18 – Diz a si mesmo “só mais uns minutos” quando está na internet?

0	1	2	3	4	5
Não se aplica	Raramente	Ocasionalmente	Frequentemente	Quase sempre	Sempre
22	13	24	27	16	13

Fonte: Autor (2021).

0 – Não se aplica = 19,14%

1 – Raramente = 11,30%

2 – Ocasionalmente = 20,87%

3 – Frequentemente = 23,48%

4 – Quase sempre = 13,91%

5 – Sempre = 11,30%

Quadro 19 – Tenta reduzir a quantidade de tempo que passa na internet e não consegue?

0	1	2	3	4	5
Não se aplica	Raramente	Ocasionalmente	Frequentemente	Quase sempre	Sempre
25	20	18	27	09	16

Fonte: Autor (2021).

0 – Não se aplica = 21,74%

1 – Raramente = 17,39%

2 – Ocasionalmente = 15,65%

3 – Frequentemente = 23,48%

4 – Quase sempre = 7,83%

5 – Sempre = 13,91%

Quadro 20 – Tenta esconder a quantidade de tempo que passou na internet?

0	1	2	3	4	5
Não se aplica	Raramente	Ocasionalmente	Frequentemente	Quase sempre	Sempre
67	20	09	06	05	08

Fonte: Autor (2021).

0 – Não se aplica = 58,25%

1 – Raramente = 17,39%

2 – Ocasionalmente = 7,83%

3 – Frequentemente = 5,22%

4 – Quase sempre = 4,35%

5 – Sempre = 6,96%

Quadro 21 – Escolhe passar mais tempo na internet em detrimento de sair com outras pessoas?

0	1	2	3	4	5
Não se aplica	Raramente	Ocasionalmente	Frequentemente	Quase sempre	Sempre
54	28	13	08	05	07

Fonte: Autor (2021).

0 – Não se aplica = 46,95%

1 – Raramente = 24,35%

2 – Ocasionalmente = 11,30%

3 – Frequentemente = 6,96%

4 – Quase sempre = 4,35%

5 – Sempre = 6,09%

Quadro 22 – Sente-se deprimido, instável ou nervoso quando não está na internet e isso desaparece quando volta a estar conectado?

0	1	2	3	4	5
Não se aplica	Raramente	Ocasionalmente	Frequentemente	Quase sempre	Sempre
66	23	09	09	04	04

Fonte: Autor (2021).

0 – Não se aplica = 57,38%

1 – Raramente = 20,00%

2 – Ocasionalmente = 7,83%

3 – Frequentemente = 7,83%

4 – Quase sempre = 3,48%

5 – Sempre = 3,48%

9.5 Análise categorizada das perguntas do questionário IAT

Os questionários IAT e MPAT são instrumentos validados cientificamente e, em última instância, servem para medir a dependência que algum indivíduo possa ter desenvolvido no terreno da psicopatologia, ou seja, no campo dos transtornos mentais, em relação ao uso de internet e de telefone celular. A interpretação desses questionários se deu no formato de atribuição de pesos nas respostas, que variam de 0 a 5. E ainda, na criação de escalas, por exemplo de 51 a 75 pontos, de 76 a 99 pontos, acima de 100 pontos e assim por diante, ou seja, a classificação do sujeito no que diz respeito à dependência de internet e do telefone celular fica localizada entre determinados espectros de pontos.

Com o objetivo de se aprofundar a reflexão sobre os dados obtidos nas respostas dos sujeitos de pesquisa, optou-se por fazer uma análise complementar à que foi obtida com os questionários mencionados, não com o intuito de se criar novas escalas e métricas mas tão somente de tentar esmiuçar o que os quadros apresentados querem dizer do ponto de vista comportamental e não classificatório,

portanto.

Com relação ao questionário IAT, as seguintes escalas são apresentadas:

- 0 – Não se aplica
- 1 – Raramente
- 2 - Ocasionalmente
- 3 - Frequentemente
- 4 – Quase sempre
- 5 – Sempre

Partindo-se do princípio de se tentar fazer uma redução dessas cinco escalas para apenas duas chegou-se à conclusão de que era preciso verificar se tal intenção teria viabilidade. Para isso, optou-se por consultar o conceito de cada uma das palavras que nomeiam as escalas no Dicionário OnLine da Língua Portuguesa, a fim de que erros de significados e sinônimos dos respectivos termos fossem evitados. Inicialmente, entendeu-se que as escalas “Frequentemente”, “Quase Sempre” e “Sempre”, poderiam fazer parte de uma categoria única. De acordo com o referido dicionário obteve-se os seguintes conceitos:

- Frequentemente: “de modo frequente; várias e repetidas vezes; de maneira assídua; cuja presença é constante; assiduamente; repetidamente”.

- Sempre: “em todo tempo; há toda hora; de modo contínuo; em que há continuidade; constantemente; geralmente; continuamente; incessantemente”.

- Quase: “aproximadamente; perto; próximo”.

Tendo em vista os significados acima colhidos, entendeu-se que eles poderiam fazer parte de um grupo denominado “Congruente”. Ou seja, para os indivíduos que pertenceriam a esse grupo, cada indagação feita no questionário IAT seria considerada por ele como adequada para si.

No mesmo dicionário, o conceito de congruente é: “coerente; apropriado, pertinente; correspondente; harmônico”. Portanto, as escalas “Frequentemente”, “Quase sempre” e “Sempre”, ficariam alocadas no grupo “Congruente”. As outras duas escalas, ficariam alocadas no grupo denominado como “Pouco ou Nada Congruente”, a partir também dos conceitos de “Ocasionalmente” e “Raramente”, além da condição “Não se aplica”. De acordo com o Dicionário online, tem-se os seguintes significados:

- Ocasionalmente: “de modo ocasional; eventualmente; esporadicamente”;
- Raramente: “que não ocorre com frequência; esporadicamente; fortuitamente; esporadicamente”.

Percebe-se portanto, coerência na inserção dessas duas escalas em grupo específico, denominado “Pouco ou Nada Congruente”, uma vez que elas inclusive aparecem como sinônimas no Dicionário da Online da Língua Portuguesa.

Uma vez definidos os dois grupos tentou-se entender o impacto da internet em cinco grandes temas, criados a partir da leitura das 20 perguntas constantes do questionário IAT. São eles: “Trabalho”, “Relacionamento interpessoal”, “Reações emocionais intensas”, “Fissura (apego excessivo)” e “Consciência de Excesso”. Para cada um destes grandes temas serão apresentadas novamente as perguntas que os compõem e na sequência, suas respectivas análises.

9.5.1 Trabalho e tarefas

02 - Negligencia tarefas domésticas para passar mais tempo conectado?

Nesta questão, 34,34% da amostra (40 indivíduos) compuseram o grupo Congruente, sendo que 65,66% (75 indivíduos) estiveram no grupo Pouco ou Nada Congruente. Chama-se a atenção, portanto, que em praticamente dois terços dos sujeitos pesquisados, as tarefas domésticas são entendidas como importantes e que a internet não representa algo que tirem seu foco de realizá-las.

06 - Os seus afazeres são alterados devido ao tempo que passa conectado?

Essa pergunta amplia o questionamento não se resumindo às tarefas domésticas como foi feito no item anterior, ou seja, dessa vez estão sendo mencionados os afazeres de uma maneira geral, que podem incluir não só atividades domésticas, mas compromissos, obrigações e atividades nas mais variadas direções. Observa-se que o grupo Congruente teve 38,25% das respostas, o que corresponde a 44 indivíduos, ao passo que o grupo Pouco ou Nada Congruente, ficou com 61,75%, ou seja, 71 indivíduos. Essa resposta mostra coerência com a pergunta número 02, uma vez que os escores ficaram bem próximos.

08 – O seu desempenho ou produtividade no trabalho sofre devido à internet?

Neste questionamento houve uma resposta de carácter marcadamente negativista. Observou-se no grupo Congruente apenas 20,87% da amostra, ou seja, 24 indivíduos e o grupo Pouco ou Nada Congruente pontuou com 79,13% (91 indivíduos). Interpreta-se dessa forma que mais de três quartos do total recusou-se a admitir queda de produtividade profissional devido à internet. Destaca-se que, no grupo Pouco ou Nada Congruente, o total que marcou a resposta 0 (não se aplica) foi de 56 pessoas, ou seja, praticamente metade da amostra não admitiu que a internet atrapalhe seu desempenho profissional sequer raramente.

9.5.2 Reações emocionais profundas

09 – Tem uma atitude defensiva ou de secretismo quando alguém lhe pergunta o que está fazendo na internet?

No tocante a essa questão, observou-se também uma resposta marcada negativista, uma vez que 80% da amostra (92 indivíduos) estão localizados no grupo Pouco ou Nada Congruente. Apenas 20%, que correspondem à 23 indivíduos ficaram no grupo Congruente. Um destaque do grupo Pouco ou Nada Congruente também foi a resposta 0 (não se aplica), que foi respondido por 50 indivíduos. Interpreta-se nesse sentido que 8 em cada 10 participantes não experiencia sentimentos intensos como raiva, medo ou preocupação quando alguém os questiona sobre o que estão fazendo na internet.

10 - Bloqueia os pensamentos perturbantes sobre a sua vida com pensamentos reconfortantes da internet?

Nessa pergunta observou-se que pouco mais de um terço da amostra figurou no grupo Congruente. 40 pessoas, que correspondem a 34,78% dos pesquisados encontra na internet algo que os traga algum tipo de sensação de alívio psicológico perante pensamentos do dia a dia que trazem angústia. Dessa maneira, a grande rede serviria como uma espécie de refúgio para bloquear tais pensamentos. O

grupo Pouco ou Nada Congruente ficou com 65,22%, que correspondem a 75 participantes.

12 – Tem receio de que a vida sem internet seja aborrecida, vazia e sem alegria?

72,17% dos sujeitos de pesquisa, ou seja 83 pessoas ficaram no grupo Pouco ou Nada Congruente. Isso corresponde a quase três quartos de toda a amostra. No grupo Congruente, figuraram 32 pessoas, o que corresponde a 27,83% do total. Portanto, no que diz respeito a julgar a vida aborrecida, vazia e sem alegria, o público participante demonstrou em sua maioria crer no contrário. Ou seja, acredita numa vida alegre, preenchida e viável sem necessitar da grande rede para tal.

13 – Grita ou fica irritado se alguém o incomoda enquanto está na internet?

Nessa questão também não houve indicação de experimentação de sentimentos profundos e/ou intensos por boa parte dos pesquisados. Apenas 15 indivíduos, que correspondem a 13,04% da amostra pertenceu ao grupo Congruente, que é o que grita ou fica irritado enquanto está na internet. Conseqüentemente, 86,96%, ou seja, 100 pessoas estão no grupo Pouco ou Nada Congruente, chamando-se a atenção para o número de respostas 0 (não se aplica), que foi dada por 56 indivíduos. Portanto, nesta pergunta, uma maioria expressiva não apresenta desequilíbrio emocional na situação proposta.

15 – Fica preocupado com a internet quando não está conectado ou fantasia com estar na internet?

Nessa pergunta apresentou-se novamente a pouca presença de um sentimento intenso (no caso, preocupação) em não se estar conectado à internet. 21 indivíduos, ou seja, 18,26 compõem o grupo Congruente, ao passo que 94 (81,74%) ficou localizado no grupo Pouco ou Nada Congruente. Da mesma forma que na questão anterior, chama-se a atenção para a resposta 0 (não se aplica) dada por 50 participantes. Nesse sentido, identifica-se que o sentimento de

preocupação em não estar conectado não perpassou a amostra em um número significativo de pessoas.

20 – Sente-se deprimido, instável ou nervoso quando não está na internet e isso desaparece quando volta a estar conectado?

Neste questionamento, houve confirmação do que foi observado nas respostas anteriores presentes neste tópico. Sentir-se deprimido, instável ou nervoso por não estar na internet fez parte do grupo Congruente, sendo representado por apenas 17 pessoas, o que corresponde a apenas 14,79% do total pesquisado. O grupo Pouco ou Nada Congruente foi representado por 98 pessoas (85,21%) sendo que marcadamente houve uma negação total deste tipo de situação por mais da metade da amostra; ou seja, 66 indivíduos responderam 0, (não se aplica).

9.5.3 Relacionamento interpessoal

03 – Prefere a excitação da internet à intimidade com seu parceiro?

Nessa questão, houve quase unanimidade no tocante ao grupo Pouco ou Nada Congruente. 113 participantes (98,26%) rejeitaram a comparação entre a internet e seu parceiro ou parceira. Desses, 73 participantes indicaram a resposta 0, (não se aplica). Apenas 02 indivíduos, que correspondem a 1,74% da amostra representaram o grupo Congruente, preferindo uma pessoa, frequentemente, e outra, sempre, a internet em detrimento do parceiro.

04 – Estabelece novas relações com outros utilizadores na internet?

Essa indagação possivelmente tenha remetido aos participantes, conhecer pessoas por meio de aplicativos e redes sociais. Um número considerável de indivíduos (51) compôs o grupo Congruente, que totalizou 44,34% das respostas. No grupo Pouco ou Nada Congruente, 64 participantes ou 55,66% foram os números encontrados. Ressalta-se que, dentro deste último grupo, 25 pessoas responderam “Raramente” e 18 “Ocasionalmente”, o que indica que, apesar de serem situações mais escassas do que as do grupo Congruente, que elas não

desconsideraram esse tipo de estabelecimento de contato. O número de pessoas que parece estar totalmente fechado a este tipo de circunstância (não se aplica) foi de 21 indivíduos.

05 – As pessoas próximas de si se queixam sobre o tempo que passa conectado?

Um pouco mais de três quartos da amostra figurou no grupo Pouco ou Nada Congruente. 77,40% o que equivale a 89 indivíduos, ao passo que 26 pessoas (22,60%) foram alocados no grupo Congruente, ou seja, infere-se que a maior parte da amostra não passa tempo exagerado na internet ou então, algo que pode não ser descartado, é o fato dessas pessoas citadas como próximas, na pergunta, mesmo que julguem exagerado, o tempo de internet, não se manifestaram.

19 – Escolhe passar mais tempo na internet em detrimento de sair com outras pessoas?

Os dados obtidos nessa questão de certa maneira remetem à pergunta 03 deste tópico, que menciona sobre preferir estar na internet a estar com o parceiro ou parceira. Novamente, o que se apresentou foi a preferência do contato humano em relação ao mundo virtual. No grupo Congruente, entretanto, 20 pessoas (17,4%) preferiram estar na grande rede, ao passo que na resposta da questão 03 deste tópico, esse número tenha sido representado por apenas 02 pessoas (0,87%). 82,6%, representados por 95 sujeitos de pesquisa figuraram no grupo Pouco ou Nada Congruente, demonstrando assim que a internet é preterida quando confrontada com o ato de sair com outras pessoas. Uma reação também tipicamente negativista foi observada por quase 50% da amostra (54 indivíduos) que responderam 0 (não se aplica), o que pode ser interpretado como fora de cogitação preferir a grande rede.

9.5.4 Fissura (apego excessivo)

07 – Verifica o correio eletrônico antes de qualquer coisa que precise fazer?

Neste questionamento, o grupo Congruente constou de 54 participantes, ou seja, 46,95%. Portanto, quase metade dos sujeitos de pesquisa atribuíram ser importante a checagem de sua caixa de mensagens eletrônicas, possivelmente, antes de começar as atividades do seu dia a dia. Para 61 pessoas, que correspondem a 53,05%, checar sua caixa de e-mail antes de se realizar qualquer atividade não é importante. Este quantitativo de pessoas ficou alocado portanto, no grupo Pouco ou Nada Congruente.

11 – Sempre está com vontade de se conectar à internet novamente?

Essa pergunta revelou, de certa maneira, um desejo de boa parte da amostra em relação a estar constantemente conectado. O grupo Congruente foi composto por 74 pessoas, o que equivale a 64,34% do total, ao passo que o grupo Pouco ou Nada Congruente obteve 35,66%, ou seja, 41 participantes. Esses dados poderiam permitir inferir que, mesmo que em outras perguntas do questionário, grande parte dos participantes demonstrem atitudes de relação equilibrada com a internet, o desejo de se conectar constantemente é algo que fica latente em suas mentes.

14 – Perde o sono devido a estar na internet até muito tarde?

Quase um terço dos sujeitos da pesquisa ficaram no grupo Congruente, ou seja, para 37 indivíduos que compõem 32,18% da amostra existem problemas relacionados à perda de sono por ficarem conectados até altas horas em seus smartphones, tablets ou notebooks. Para os outros dois terços, que fazem parte do grupo Pouco ou Nada Congruente (67,82%), tal fato não ocorre, sendo que desses, 34 pessoas marcaram a resposta 0 (não se aplica), o que permitiu inferir que não tem qualquer tipo de alteração em seu sono devido a ficar na internet até tarde. 44 indivíduos afirmaram que isso ocorre ocasionalmente ou raramente.

16 – Diz a si mesmo “só mais uns minutos” quando está na internet?

Neste questionamento 52 pessoas ficaram alocadas no grupo Congruente, o que equivale a 48,69% do total. Por outro lado, 63 indivíduos compuseram o grupo Pouco ou Nada Congruente, o que correspondem a 51,31%. Observa-se portanto, que os grupos aparecem praticamente empatados com pequena margem de diferença entre os dois. O dizer “só mais uns minutos” expressa possivelmente a dificuldade em se desconectar da internet, salientando-se que isso ocorre em alguma medida com pelo menos 93 pessoas do total de 115 pesquisados, mesmo que para 37 indivíduos, seja ocasionalmente ou raramente. Tais escores mostram o quanto pode haver dificuldade em se equilibrar eventualmente o tempo entre navegação e outros afazeres, embora em outras questões tenha-se observado uma negação de grande parte sobre prejuízo em suas atividades em detrimento da internet.

18 – Tenta esconder a quantidade de tempo que passou na internet?

Nesta questão percebe-se que acima de três quartos da amostra não sente a necessidade de esconder de outras pessoas o tempo que passa na internet. Infere-se que o grupo Pouco ou Nada Congruente, representado por esse percentual 83,47% (96 participantes), importa-se pouco ou simplesmente não dá importância ao que os outros pensam nesse tocante, ou sentem que passam um tempo adequado na grande rede, o que, conseqüentemente, não geraria críticas por parte de outras pessoas. O grupo Congruente foi integrado por 19 pessoas e que equivale a 16,53% do total.

9.5.5 Consciência de Excesso

01 – Está ligado à internet mais tempo do que pretendia?

Essa pergunta foi uma das que tiveram mais participantes alocados no grupo Congruente tendo o questionário IAT como ponto de análise. 106 sujeitos de pesquisa, o equivale a 92,17% dos indivíduos pesquisados ficam mais tempo conectados à grande rede do que pretendia. Ressalta-se que desses 106; 60

peças assinalaram a opção 5 (sempre). Do grupo Pouco ou Nada Congruente, apenas 09 sujeitos fizeram parte, o que corresponde a 7,83% da amostra. Esses dados levam a crer na possibilidade das pessoas estarem conectadas à internet mais tempo do que pretendiam por dependência psicológica ou até mesmo por questões de ordem profissional e/ou acadêmica. Ressalta-se ainda que esta pesquisa foi feita em pleno período de pandemia de SARSCOV-2, durante o qual muitos profissionais e estudantes precisavam ficar conectados para desenvolverem suas atividades laborais e educacionais. Chama-se por fim, a atenção para questão do senso crítico de auto-percepção da maioria da amostra, ao julgar que se passa mais tempo ligado à internet do que o pretendido.

17 – Tenta reduzir a quantidade de tempo que passa na internet e não consegue?

Nessa indagação, 52 participantes, ou seja, 45,22% pertenceram ao grupo Congruente. Do grupo Pouco ou Nada Congruente, fizeram parte 63 pessoas, ou seja, 54,78% do total. Entende-se que pouco menos da metade dos sujeitos pesquisados tem alguma dificuldade em reduzir o tempo em que passa conectado. Chama-se a atenção observar que o número de pessoas que definitivamente disseram que não se aplica (resposta 0) foi composta por 25 indivíduos o que leva à conclusão que mesmo que seja raramente, ocasionalmente, frequentemente, quase sempre ou sempre, 90 participantes experienciam em algum momento esse tipo de dificuldade, que perfaz 78,26% da amostra pesquisada.

9.6 - Questionário 02 – Teste de Dependência do telefone celular – TC (Mobile Phone Addiction Test – MPAT)

Atribua a seguinte escala para cada pergunta de acordo com o valor indicado abaixo:

0 – Não se aplica

1 – Nunca

2 – Quase nunca

3 – Às vezes

4 – Quase sempre

5 – Sempre

Quadro 23 – Com que frequência você usa o telefone celular ao longo do dia?

0	1	2	3	4	5
Não se aplica	Nunca	Quase nunca	Às vezes	Quase sempre	Sempre
-	-	-	14	31	70

Fonte: Autor (2021).

0 – Não se aplica = 0,00%

1 – Nunca = 0,00%

2 – Quase nunca = 0,00%

3 – Às vezes = 12,17%

4 – Quase sempre = 26,96%

5 – Sempre = 60,87%

Quadro 24 – Com que frequência você precisa levar o telefone celular ao sair?

0	1	2	3	4	5
Não se aplica	Nunca	Quase nunca	Às vezes	Quase sempre	Sempre
-	-	01	08	21	85

Fonte: Autor (2021).

0 – Não se aplica = 0,00%

1 – Nunca = 0,00%

2 – Quase nunca = 0,87%

3 – Às vezes = 6,96%

4 – Quase sempre = 18,26%

5 – Sempre = 73,91%

Quadro 25 – Com que frequência, quando esquece o telefone celular, costuma voltar para buscá-lo?

0	1	2	3	4	5
Não se aplica	Nunca	Quase nunca	Às vezes	Quase sempre	Sempre
05	09	14	22	30	35

Fonte: Autor (2021).

0 – Não se aplica = 4,35%

1 – Nunca = 7,83%

2 – Quase nunca = 12,17%

3 – Às vezes = 19,13%

4 – Quase sempre = 26,09%

5 – Sempre = 30,43%

Quadro 26 – Com que frequência você sente ansiedade quando percebe que está sem o telefone celular ou sem bateria?

0	1	2	3	4	5
Não se aplica	Nunca	Quase nunca	Às vezes	Quase sempre	Sempre
04	13	19	36	23	20

Fonte: Autor (2021).

0 – Não se aplica = 3,48%

1 – Nunca = 11,30%

2 – Quase nunca = 16,52%

3 – Às vezes = 31,31%

4 – Quase sempre = 20,00%

5 – Sempre = 17,39%

Quadro 27 – Com que frequência sente angústia quando percebe que seu telefone celular está sem bateria?

0	1	2	3	4	5
Não se aplica	Nunca	Quase nunca	Às vezes	Quase sempre	Sempre
05	17	29	31	14	19

Fonte: Autor (2021).

0 – Não se aplica = 4,35%

1 – Nunca = 14,78%

2 – Quase nunca = 25,22%

3 – Às vezes = 26,96%

4 – Quase sempre = 12,17%

5 – Sempre = 16,52%

Quadro 28 – Com que frequência você sente pânico em alguma situação por não ter o telefone celular perto ou quando fica sem bateria para se comunicar?

0	1	2	3	4	5
Não se aplica	Nunca	Quase nunca	Às vezes	Quase sempre	Sempre
10	18	28	25	15	19

Fonte: Autor (2021).

0 – Não se aplica = 8,70%

1 – Nunca = 15,65%

2 – Quase nunca = 24,35%

3 – Às vezes = 21,74%

4 – Quase sempre = 13,04%

5 – Sempre = 16,52%

Quadro 29 – Com que frequência você tem medo de sair sem o telefone celular, passar mal na rua e não ter como pedir “socorro” imediato ou fazer contato com alguém de sua confiança?

0	1	2	3	4	5
Não se aplica	Nunca	Quase nunca	Às vezes	Quase sempre	Sempre
07	13	20	18	11	46

Fonte: Autor (2021).

0 – Não se aplica = 6,09%

1 – Nunca = 11,30%

2 – Quase nunca = 17,39%

3 – Às vezes = 15,65%

4 – Quase sempre = 9,56%

5 – Sempre = 40,00%

Quadro 30 – Com que frequência você se sente rejeitado quando ninguém liga pra você no telefone celular?

0	1	2	3	4	5
Não se aplica	Nunca	Quase nunca	Às vezes	Quase sempre	Sempre
24	42	22	21	01	05

Fonte: Autor (2021).

0 – Não se aplica = 20,87%

1 – Nunca = 36,52%

2 – Quase nunca = 19,13%

3 – Às vezes = 18,26%

4 – Quase sempre = 0,87%

5 – Sempre = 4,35%

Quadro 31 – Com que frequência você sente baixa autoestima quando vê que seus amigos recebem mais ligações no telefone celular do que você?

0	1	2	3	4	5
Não se aplica	Nunca	Quase nunca	Às vezes	Quase sempre	Sempre
22	51	19	11	02	-

Fonte: Autor (2021).

0 – Não se aplica = 19,13%

1 – Nunca = 44,35%

2 – Quase nunca = 16,52%

3 – Às vezes = 9,56%

4 – Quase sempre = 1,74%

5 – Sempre = 0,00%

Quadro 32 – Com que frequência você, com o telefone celular, gosta de poder ser encontrado a qualquer hora?

0	1	2	3	4	5
Não se aplica	Nunca	Quase nunca	Às vezes	Quase sempre	Sempre
12	09	17	37	14	26

Fonte: Autor (2021).

0 – Não se aplica = 10,43%

1 – Nunca = 7,83%

2 – Quase nunca = 14,78%

3 – Às vezes = 32,17%

4 – Quase sempre = 12,18%

5 – Sempre = 22,61%

Quadro 33 – Com que frequência você mantém o telefone celular sempre por perto mesmo em casa?

0	1	2	3	4	5
Não se aplica	Nunca	Quase nunca	Às vezes	Quase sempre	Sempre
-	02	04	17	36	66

Fonte: Autor (2021).

0 – Não se aplica = 0,00%

1 – Nunca = 1,74%

2 – Quase nunca = 3,48%

3 – Às vezes = 14,78%

4 – Quase sempre = 31,30%

5 – Sempre = 57,40%

Quadro 34 – Com que frequência você mantém o telefone celular ligado 24 horas por dia?

0	1	2	3	4	5
Não se aplica	Nunca	Quase nunca	Às vezes	Quase sempre	Sempre
02	01	05	10	28	69

Fonte: Autor (2021).

0 – Não se aplica = 1,74%

1 – Nunca = 0,87%

2 – Quase nunca = 4,34%

3 – Às vezes = 8,70%

4 – Quase sempre = 24,35%

5 – Sempre = 60,00%

Quadro 35 – Com que frequência você dorme com o telefone celular ligado e próximo a você?

0	1	2	3	4	5
Não se aplica	Nunca	Quase nunca	Às vezes	Quase sempre	Sempre
04	07	04	15	14	71

Fonte: Autor (2021).

0 – Não se aplica = 3,48%

1 – Nunca = 6,09%

2 – Quase nunca = 3,48%

3 – Às vezes = 13,04%

4 – Quase sempre = 12,17%

5 – Sempre = 61,74%

Quadro 36 – Com que frequência você sente nervosismo por não ter o telefone celular por perto ou quando fica sem bateria para se comunicar?

0	1	2	3	4	5
Não se aplica	Nunca	Quase nunca	Às vezes	Quase sempre	Sempre
10	18	18	33	20	16

Fonte: Autor (2021).

0 – Não se aplica = 8,70%

1 – Nunca = 15,65%

2 – Quase nunca = 15,65%

3 – Às vezes = 28,70%

4 – Quase sempre = 17,39%

5 – Sempre = 13,91%

Quadro 37 – Com que frequência você não desliga ou não coloca no modo silencioso o seu telefone celular quando está com amigos?

0	1	2	3	4	5
Não se aplica	Nunca	Quase nunca	Às vezes	Quase sempre	Sempre
18	13	16	35	15	18

Fonte: Autor (2021).

0 – Não se aplica = 15,65%

1 – Nunca = 11,30%

2 – Quase nunca = 13,91%

3 – Às vezes = 30,45%

4 – Quase sempre = 13,04%

5 – Sempre = 15,65%

Quadro 38 – Com que frequência você não desliga ou não coloca no modo silencioso o seu telefone celular quando está com o seu par?

0	1	2	3	4	5
Não se aplica	Nunca	Quase nunca	Às vezes	Quase sempre	Sempre
21	15	19	30	11	19

Fonte: Autor (2021).

0 – Não se aplica = 18,26%

1 – Nunca = 13,05%

2 – Quase nunca = 16,52%

3 – Às vezes = 26,09%

4 – Quase sempre = 19,56%

5 – Sempre = 16,52%

Quadro 39 – Com que frequência você não desliga ou não coloca no modo silencioso o seu telefone celular quando está com sua família?

0	1	2	3	4	5
Não se aplica	Nunca	Quase nunca	Às vezes	Quase sempre	Sempre
17	10	17	36	17	18

Fonte: Autor (2021).

0 – Não se aplica = 14,78

1 – Nunca = 8,71%

2 – Quase nunca = 14,78%

3 – Às vezes = 31,30%

4 – Quase sempre = 14,78%

5 – Sempre = 15,65%

Quadro 40 – Com que frequência você insere na agenda do telefone celular o número de um médico com medo de passar mal na rua?

0	1	2	3	4	5
Não se aplica	Nunca	Quase nunca	Às vezes	Quase sempre	Sempre
46	39	10	06	04	10

Fonte: Autor (2021).

0 – Não se aplica = 40,00%

1 – Nunca = 33,90%

2 – Quase nunca = 8,70%

3 – Às vezes = 5,22%

4 – Quase sempre = 3,48%

5 – Sempre = 8,70%

Quadro 41 – Com que frequência você insere na agenda do seu telefone celular o número de um psicólogo com medo de passar mal na rua?

0	1	2	3	4	5
Não se aplica	Nunca	Quase nunca	Às vezes	Quase sempre	Sempre
12	40	12	06	02	43

Fonte: Autor (2021).

0 – Não se aplica = 10,44

1 – Nunca = 34,78%

2 – Quase nunca = 10,43%

3 – Às vezes = 5,22%

4 – Quase sempre = 1,74%

5 – Sempre = 37,39%

Quadro 42 - Com que frequência você insere na agenda do seu telefone celular o número de um hospital com medo de passar mal na rua?

0	1	2	3	4	5
Não se aplica	Nunca	Quase nunca	Às vezes	Quase sempre	Sempre
50	45	11	04	01	04

Fonte: Autor (2021).

0 – Não se aplica = 43,47%

1 – Nunca = 39,13%

2 – Quase nunca = 9,56%

3 – Às vezes = 3,48%

4 – Quase sempre = 0,08%

5 – Sempre = 3,48%

Quadro 43 – Com que frequência você acessa a internet no telefone celular ?

0	1	2	3	4	5
Não se aplica	Nunca	Quase nunca	Às vezes	Quase sempre	Sempre
01	-	01	10	11	92

Fonte: Autor (2021).

0 – Não se aplica = 0,87%

1 – Nunca = 0,00%

2 – Quase nunca = 0,87%

3 – Às vezes = 8,70%

4 – Quase sempre = 9,56%

5 – Sempre = 80,00%

Quadro 44 – Com que frequência você joga no telefone celular?

0	1	2	3	4	5
Não se aplica	Nunca	Quase nunca	Às vezes	Quase sempre	Sempre
13	27	16	29	08	22

Fonte: Autor (2021).

0 – Não se aplica = 11,30%

1 – Nunca = 23,48%

2 – Quase nunca = 13,91%

3 – Às vezes = 25,22%

4 – Quase sempre = 6,96%

5 – Sempre = 19,13%

Quadro 45 – Com que frequência você não emprestaria seu telefone celular para alguém próximo por um dia?

0	1	2	3	4	5
Não se aplica	Nunca	Quase nunca	Às vezes	Quase sempre	Sempre
21	24	13	17	15	25

Fonte: Autor (2021).

0 – Não se aplica = 18,26%

1 – Nunca = 20,87%

2 – Quase nunca = 11,30%

3 – Às vezes = 14,78%

4 – Quase sempre = 13,04%

5 – Sempre = 21,74%

Quadro 46 – Com que frequência você se sente inseguro se o telefone celular não estiver em mãos ou sem bateria?

0	1	2	3	4	5
Não se aplica	Nunca	Quase nunca	Às vezes	Quase sempre	Sempre
17	19	16	26	16	21

Fonte: Autor (2021).

0 – Não se aplica = 14,79%

1 – Nunca = 16,52%

2 – Quase nunca = 13,91%

3 – Às vezes = 22,61%

4 – Quase sempre = 13,91%

5 – Sempre = 18,26%

Quadro 47 – Com que frequência você tem a sensação de estar acompanhado com o telefone celular?

0	1	2	3	4	5
Não se aplica	Nunca	Quase nunca	Às vezes	Quase sempre	Sempre
17	18	10	12	18	40

Fonte: Autor (2021).

0 – Não se aplica = 14,79%

1 – Nunca = 15,65%

2 – Quase nunca = 8,70%

3 – Às vezes = 10,43%

4 – Quase sempre = 15,65%

5 – Sempre = 34,78%

9.7 Análise categorizada das perguntas do questionário MPAT

Buscando-se seguir raciocínio semelhante à análise que foi feita sobre o questionário IAT, a princípio, identificou-se escalas que fossem idênticas em ambos. As escalas “Não se Aplica”, “Quase Sempre” e “Sempre” estão presentes nos dois instrumentos. No questionário IAT apresentam-se ainda as escalas “Raramente”, “Ocasionalmente” e “Frequentemente” e no MPAT, as escalas “Nunca”, “Quase Nunca” e “Às vezes”. Buscando-se novamente recorrer aos significados e sinônimos de palavras na língua portuguesa no Dicionário Online, encontrou-se:

- Nunca: “jamais; de jeito nenhum; em hipótese alguma; nunca é o contrário de sempre”.

- Quase: “aproximadamente; perto; próximo”.

- Às vezes: “de vez em quando; em certas situações ou circunstâncias; sinônimo de raramente; antônimo de frequentemente”.

Percebe-se que, as expressão “às vezes” tem como sinônimo a palavra raramente. Diante disso, ao tentar se fazer uma comparação entre as proposições classificatórias dos dois questionários, fica claro que o questionário MPAT não

apresenta uma escala que se aproximaria da que foi intitulada “frequentemente” como consta do questionário IAT. Portanto, para efeito de análise das respostas do questionário MPAT, será seguido o mesmo critério que foi percorrido com o instrumento anterior, nomeando com escalas de análise os grupos “Congruente” no qual ficarão abrigados os conceitos de “Quase Sempre” e “Sempre”, ao passo que no grupo chamado “Pouco ou Nada Congruente”, figurarão os conceitos “Não se Aplica”, “Nunca”, “Quase Nunca” e “Às Vezes”.

Uma vez definidos os dois grupos tentou-se entender o impacto da internet em sete grandes temas, obtidos a partir da leitura das 25 perguntas constantes do questionário MPAT. São eles: “Relação com o aparelho ao se estar fora de casa”, “Aparelho como segurança para a saúde”, “Reações emocionais intensas/falta de bateria”, “Frequência de uso”, “Necessidade do aparelho ligado 100% do tempo”, “Proximidade ao aparelho”, “Conforto mental com o contato”. Para cada um destes grandes temas serão apresentadas novamente as perguntas que os compõem e na sequência, suas respectivas análises.

9.7.1 Relação com o aparelho ao se estar fora de casa

02 – Com que frequência você precisa levar o telefone celular ao sair?

O aparelho foi mencionado como necessário por 92,17% da amostra, o que fez com o que o grupo Congruente contasse com 106 indivíduos. O grupo Pouco ou Nada Congruente foi representado por 09 pessoas, ou seja, 7,83% dos pesquisados. Esse índice dá a entender que o celular faz parte do que é entendido por essas pessoas como um objeto necessário de ser levado consigo, uma vez que na indagação a palavra “precisa” é sinônimo de “necessita”, de acordo com o Dicionário Online da Língua Portuguesa.

03 – Com que frequência, quando esquece o telefone celular, costuma voltar para buscá-lo?

Este questionamento apontou que pouco mais da metade da amostra – 65 indivíduos, o que perfaz 56,52%, localiza-se no grupo Congruente. Portanto, para essas pessoas o grau de necessidade de portar o aparelho ao sair-se de casa é mais elevado do que para as outras 50 pessoas que compõem o grupo Pouco ou

Nada Congruente, que representou 43,48%, ou seja, relacionando-se essa resposta à da pergunta anterior, pode-se entender que para esse último grupo, ter em sua posse o aparelho celular ao estar fora de casa é necessário, porém não a ponto de ser fundamental.

9.7.2 - Aparelho como segurança para a saúde

07 – Com que frequência você tem medo de sair sem o telefone, passar mal na rua e não ter como pedir “socorro” imediato ou fazer contato com alguém de sua confiança?

Nessa indagação houve praticamente empate no número de resposta dos dois grupos. O grupo Congruente contou com 57 indivíduos, o que equivale a 49,56% do público pesquisado, ao passo que o grupo Pouco ou Nada Congruente foi representado por 58 pessoas, ou seja, 50,44%. Essa pergunta, de certa forma confirma a resposta do questionamento anterior que se referia ao fato de as pessoas precisarem levar o telefone celular consigo ao sair de casa, que figurou com 56,52%. Portanto, possivelmente para esse público, a necessidade de estar com o telefone celular fora de casa tenha relação direta com uma situação de emergência de saúde.

18 – Com que frequência você insere na agenda do telefone celular o número de um médico com medo de passar mal na rua?

Embora na pergunta anterior, praticamente metade dos sujeitos pesquisados considerarem importante ter o telefone celular em seu poder por medo de passar mal e não ter como pedir socorro, a quase totalidade não julgou pertinente ter o número de um médico em seu aparelho. Portanto, 87,82% (101) pessoas ficaram alocadas no grupo Pouco ou Nada Congruente, ao passo que o grupo Congruente foi representado por 14 indivíduos, o que corresponde a 12,18% do total. Isso permite inferir que o médico não seria a primeira pessoa que o grupo Pouco ou Nada Congruente pensaria em telefonar, caso passasse mal fora de casa.

19 – Com que frequência você insere na agenda do seu telefone celular o número de um psicólogo com medo de passar mal na rua?

Esse questionamento traz um interessante dado para ser comparado à pergunta anterior. 45 pessoas, portanto 39,13% compuseram o grupo Congruente. Para esses indivíduos ter o número do psicólogo na agenda de seu telefone celular é algo considerado importante, para caso venha a passar mal na rua. Nesse sentido, para esse grupo em particular, possivelmente haja uma interpretação de que do ponto de vista da saúde, a saúde mental possa interferir na saúde física de alguma forma. Portanto, ter o número do psicólogo na agenda do telefone celular acaba para que o psicólogo tenha a capacidade de prestar algum tipo de atendimento. Por outro lado, 60,87%, que correspondem a 70 pessoas, figuraram no grupo Pouco ou Nada Congruente, não atribuindo importância ao fato de se ter o contato de um psicólogo em sua agenda telefônica.

20 - Com que frequência você insere na agenda do seu telefone celular o número de um hospital com medo de passar mal na rua?

Essa pergunta em alguma medida espelha o que foi respondido no item 18 do questionário. Assim como não se julgou pertinente ter o telefone de um médico em sua agenda telefônica, a quase totalidade das respostas apontou para a não necessidade de se ter o telefone de algum hospital armazenado em seu celular. 110 indivíduos o que equivale a 96,44% ficaram no grupo Pouco ou Nada Congruente, ao passo que apenas 05 pessoas – 3,56% - perteceram ao grupo Congruente.

9.7.3 Reações emocionais intensas/falta de bateria

04 – Com que frequência você sente ansiedade quando percebe que está sem o telefone celular ou sem bateria?

Para pouco mais de um terço da amostra pesquisa estar sem o telefone celular ou bateria causa ansiedade. Dessa forma, o grupo Congruente contou com 43 participantes, o que equivale a 37,39% do público pesquisado. 72 pessoas

compuseram o grupo Pouco ou Nada pertinente (62,61%). Destaca-se que, dentro desse grupo, o número de indivíduos que marcou a resposta “Às vezes” foi composto por 36 sujeitos de pesquisa, portanto, mesmo que tenha sido de forma esporádica, chama-se a atenção para o potencial de causar ansiedade que a falta da posse do aparelho ou a falta de bateria possa ter no público pesquisado.

05 – Com que frequência sente angústia quando percebe que seu telefone está sem bateria?

Essa indagação aborda especificamente a falta de bateria, que causa um sentimento intenso denominado angústia. De acordo com o Dicionário Online da Língua Portuguesa, são sinônimos de angústia: “aflição; agonia; tormento; martírio; inquietação; ansiedade”. As respostas para este item seguiram padrão semelhante ao do questionamento anterior. 28,69% - 33 indivíduos – figuraram no grupo Congruente, ao passo que 82 – 71,31% - ficaram alocados no grupo Pouco ou Nada Congruente. Ressalta-se também aqui, o número de pessoas que, neste último grupo, assinalaram a resposta “Às vezes” em 31 oportunidades. Portanto, mesmo que esporadicamente, para 31 pessoas, estar sem o aparelho ou sem bateria, pode ser causador de angústia. Esse número, na pergunta anterior que se referia à ansiedade, foi de 36.

06 – Com que frequência você sente pânico em alguma situação por não ter o telefone perto ou quando fica sem bateria para se comunicar?

Pânico é um sentimento muito forte. Seus sinônimos no Dicionário Online da Língua Portuguesa são: “medo; pavor; terror; susto”. Os escores obtidos nesse questionamento foram muito próximos dos obtidos na pergunta anterior, que se referia à angústia. O número de indivíduos que constou do grupo Congruente foi de 34 (26,56%). No item anterior, os índices foram 33 (28,69%). O grupo Pouco ou Nada Congruente foi composto por 81 indivíduos (70,44%) na medida que na indagação anterior foi de 82 pessoas (71,31%). O número de resposta “Às vezes”, também foi muito próximo: 25 neste item e 31 no item anterior. Portanto, angústia e pânico podem estar presentes em quase um terço da amostra pesquisada na ausência do telefone ou da falta de bateria.

14 – Com que frequência você sente nervosismo por não ter o telefone por perto ou quando fica sem bateria para se comunicar?

Essa indagação também apresenta números próximos aos obtidos nos questionamentos anteriores. Apesar de nervosismo poder ser considerado um sentimento mais leve do que angústia e pânico, ele se apresentou presente em 36 pessoas, o que equivale a 31,3% da amostra pesquisada que compuseram, portanto, o grupo Congruente. O grupo Pouco ou Nada Congruente foi representado por 79 indivíduos, que correspondem a 68%7 do total. Cumpre dizer que no Dicionário Online da Língua portuguesa, sinônimos de nervosismo são: “irritabilidade; desassossego; inquietação”.

24 – Com que frequência você se sente inseguro sem o telefone celular em mãos ou sem bateria?

Novamente, um padrão muito semelhante aos encontrados imediatamente acima, foi apresentado. O grupo Congruente foi formado por 37 sujeitos de pesquisa, o que equivale a 37,57% e o Pouco ou Nada Congruente, foi integrado por 78 indivíduos (62,43%). Em termos gerais, poderia se dizer que cerca de um terço de toda a amostra tem o potencial de ter reações emocionais significativas e frequentes e os outros dois terços as teriam de forma esporádica ou não as teriam, na ausência da posse do telefone celular ou na falta de bateria.

9.7.4 Proximidade ao aparelho

11 – Com que frequência você mantém o telefone celular sempre por perto mesmo em casa?

Nessa pergunta, o grupo Congruente foi composto por 102 indivíduos, o que corresponde a 88,70% da amostra, ao passo que o grupo Pouco ou Nada Congruente contou com 13 participantes, ou seja, 11,30%. Tais escores apontam para a importância que o aparelho tem para a maioria, talvez não apenas em termos de comunicação telefônica como também para acesso mais imediato à internet. Os dados já mencionados nesta tese apontaram que a maior parte da população brasileira acessa a grande rede atualmente por meio de seus smartphones.

13 – Com que frequência você dorme com o telefone celular ligado e próximo a você?

O grupo Congruente foi representado por 85 pessoas – 73,91% - e o Nada ou Pouco Congruente teve 30 representantes – 26,09%. Fazendo-se uma correlação entre essa pergunta e a do item anterior percebe-se que, além de manter o telefone próximo, o fato de ele estar ligado, inclusive durante o sono, é algo vivenciado por quase três quartos da amostra estudada. Essa resposta acentua ainda mais o valor que se atribui à proximidade do aparelho celular quando se está dentro de casa.

25 – Com que frequência você tem a sensação de estar acompanhado com o telefone celular?

Nessa pergunta houve praticamente empate no número de respostas entre o grupo Congruente (58 participantes) em relação ao grupo Pouco ou Nada Congruente (57 participantes). Os percentuais representaram 50,43% e 49,57% respectivamente. Ainda que o grupo Congruente tenha obtido percentuais menores do que o mesmo grupo nas perguntas que se referem à necessidade de proximidade do telefone celular, cumpre dizer que metade da amostra considera-o como companhia daí, portanto, a necessidade de se estar perto do aparelho. Diante disso, poderia se inferir, por exemplo, que esse contingente busca a sensação de alívio perante sentimentos de solidão, por meio da proximidade de seu telefone. Portanto, seria como se um objeto conseguisse ocupar o lugar de um ser vivo no quesito companhia.

23 – Com que frequência você não emprestaria seu telefone celular para alguém próximo por um dia?

Apesar de ter-se percebido que o telefone celular é um objeto próximo a ponto de ser considerado inclusive uma companhia, não se identificou aversão absoluta quanto à proposição de se emprestar o aparelho para alguém durante um dia. Tal fato pôde ser constatado pelo grupo Pouco ou Nada Congruente que contou com 75 sujeitos de pesquisa (62,22%), ou seja, esse grupo estaria disposto a emprestá-lo. Já 34,78%, ou seja, 40 participantes, fizeram parte do grupo Congruente que, portanto, não estaria disposto a emprestar o aparelho por 24 horas. Esse contingente compôs pouco mais de um terço da amostra pesquisada.

9.7.5 - Necessidade do aparelho ligado 100% do tempo

15 – Com que frequência você não desliga ou não coloca no modo silencioso o seu telefone celular quando está com amigos?

Nesta questão, 33 pessoas figuraram o grupo Congruente, o que é equivalente a 28,29% da amostra estudada. O grupo Pouco ou Nada Congruente foi representado por 82 indivíduos, o que corresponde a 71,31% do total. Observou-se portanto que perto de três quartos dos sujeitos de pesquisa preferem ficar com o aparelho celular ligado e com o toque sonoro ativado quando estão em situações sociais de convívio com amigos e que não sentem incômodo que assim seja.

16 – Com que frequência você não desliga ou não coloca no modo silencioso o seu telefone quando está com o seu par?

O padrão de respostas dessa questão seguiu o da pergunta anterior. O grupo Congruente obteve 30 participantes (26,08%) do total e o Pouco ou Nada Congruente, 85 indivíduos (73,92%). Tais respostas permitem inferir que o comportamento da amostra estudada é praticamente o mesmo tanto em situações sociais, quanto em circunstâncias de convívio com o parceiro ou parceira, exclusivamente.

17 – Com que frequência você não desliga ou não coloca no modo silencioso o seu telefone quando está com sua família?

Novamente se percebe um padrão bem semelhante ao das duas perguntas anteriores. Quase um terço da amostra (35 pessoas) pertence ao grupo Congruente e compõem 30,43% do total. Já o grupo Pouco ou nada Congruente foi formado por 80 sujeitos de pesquisa, portanto, 69,57% das pessoas pesquisadas. Observa-se, portanto, um padrão que se repetiu de forma equivalente tanto em situações sociais, quanto familiares e de convívio apenas com o parceiro ou parceira.

10 – Com que frequência você, com o telefone celular, gosta de poder ser encontrado a qualquer hora?

As respostas dadas a esse questionamento representam uma espécie de

confirmação das respostas fornecidas às 03 questões anteriores. Pouco mais de um terço da amostra pesquisada ficou no grupo Congruente, ou seja, 40 indivíduos (34,79%). As outras 75 pessoas (65,21%) ficaram no grupo Pouco ou Nada Congruente. Portanto, os escores de pessoas que gostam de poder ser encontradas a qualquer hora são semelhantes aos que não desligam ou não colocam o telefone celular no modo silencioso em circunstâncias sociais, íntimas ou familiares.

12 – Com que frequência você mantém o telefone ligado 24 horas por dia?

Esse questionamento apresentou escores bem distintos dos outros encontrados nesse bloco temático de perguntas. O grupo Congruente contou com 97 respostas, o que equivale a 84,35% do total. O grupo Pouco ou Nada Congruente obteve 18 respostas, que correspondem a 15,65% da amostra pesquisada. Entende-se que esses números tenham sido bem diferentes dos outros desse bloco, pelo fato de que querer estar com o telefone ligado 24 horas por dia, não quer dizer, necessariamente, que ele esteja com a função sonora ligada, ou que a pessoa esteja aberta ao contato telefônico o tempo todo. Funções como recebimento de mensagens, além da facilidade do imediatismo de acesso à internet caso seja desejado, podem ser motivos que levem a maior parte das pessoas a terem dado a resposta no campo Congruente.

9.7.6 Conforto mental com o contato

08 – Com que frequência você se sente rejeitado quando ninguém liga pra você no telefone?

O grupo Pouco ou Nada Congruente teve predomínio quase absoluto de participantes. 109 indivíduos, ou seja, 94,78% do total disseram não se sentirem rejeitados quando ninguém os telefona. O grupo Congruente ficou com apenas 6 pessoas, correspondendo assim a 5,22% da amostra pesquisada. Dessa forma, entende-se que não receber telefonemas é algo que não faz a maioria quase absoluta dos sujeitos de pesquisa experimentarem o sentimento de rejeição.

09 – Com que frequência você se sente baixa autoestima quando vê que seus amigos recebem mais ligações no telefone celular do que você?

As respostas dadas a essa indagação podem servir como uma espécie de confirmação da pergunta feita no item anterior. Apenas 02 indivíduos ficaram alocados no grupo Congruente, o que perfaz 1,74% de toda a amostra pesquisada, ao passo que 113 pessoas compuseram o grupo Pouco ou Nada Congruente, o que significa 98,26% do público pesquisado. Com esses dados percebe-se que, para a ampla maioria dos respondedores, não há conexão psicológica entre receber menos ligações que seus amigos e ter autoestima baixa.

9.7.7 Frequência de uso

01 – Com que frequência você usa o telefone celular ao longo do dia?

Nessa questão o grupo Congruente teve 101 participantes, que correspondem a 87,83% dos sujeitos de pesquisa. O grupo Pouco ou Nada Congruente obteve 14 participantes, ou seja, 12,17% do total. Destaca-se que, nesse último grupo, todas as respostas dadas foram “Às vezes”. Não houve nenhuma resposta “Não se aplica”, “Nunca” ou “Quase nunca”. Esses dados revelam que na amostra pesquisada não há um indivíduo sequer que se recuse a utilizar seu dispositivo celular durante o dia ou então que não o possua, o que poderia ser representado por alguma resposta “Não se aplica”.

21 – Com que frequência você acessa a internet no telefone celular?

Essa questão teve marcante diferença de escores entre os grupos de análise propostos. No grupo Congruente, 103 indivíduos se disseram usuários de internet no telefone celular (89,56%), sendo que 92 pessoas deram a resposta “Sempre” e 11 marcaram “Quase sempre”. O grupo Pouco ou Nada Congruente contou com 12 sujeitos de pesquisa, que equivalem a 10,44% da amostra pesquisada. Desse grupo, 10 participantes responderam “Às vezes”, 01 respondeu “Quase nunca” e 01 “Não se aplica”. Entende-se portanto que, se somarmos as respostas “Às vezes” às “Quase

sempre” e “Sempre”, 113 indivíduos acessam o telefone celular para navegarem na internet seja em maior, ou em menor grau. Esse é um demonstrativo que corrobora com as pesquisas realizadas no Brasil e já mencionadas nesta tese, de que a maior parte da população acessa a grande rede, atualmente, por meio de seu telefone celular. Portanto, o aparelho simboliza para 97,40% do total, um objeto que vai além do simples objetivo de receber ou fazer ligações, uma vez que o ato de acessar a internet significa uma infinidade de possibilidades como aplicativos, pagamentos, mensagens, e-mails etc.

22 – Com que frequência você joga no telefone celular?

Os jogos eletrônicos são uma realidade mundial e muitas pessoas os utilizam não só por meio de consoles e computadores, mas, também, por meio de smartphones. Da amostra pesquisada 30 pessoas compuseram o grupo Congruente, o que representa um pouco mais de um quarto da amostra pesquisada (26,09%). Os outros 73,91% compuseram o grupo Pouco ou Nada Congruente, com um total de 85 indivíduos. Salienta-se que a resposta “Às vezes” foi a que apresentou maior escore entre todas as outras, com 29 participantes, ou seja, praticamente a mesma quantidade das respostas “Quase sempre” e “Sempre” somadas. Entende-se assim que praticamente um quarto das pessoas não são assíduas aos jogos pelo telefone celular, mas que, eventualmente, consideram praticá-los como forma de entretenimento.

10 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os questionários IAT (Internet Addiction Test) e e MPAT (Mobile Phone Addicition Test) são instrumentos desenvolvidos por pesquisadores norte-americanos e brasileiros, respectivamente, que foram pioneiros no estudo da dependência da internet e do telefone celular. A primeira parte da interpretação dos dados buscou checar como os 115 estudantes de Pedagogia de uma universidade particular de Belo Horizonte encontravam-se no quesito dependência da internet e do telefone celular. Portanto, pode-se afirmar que esses instrumentos são direcionados para se avaliar a condição psicológica desses indivíduos no campo das psicopatologia, sobretudo no aspecto da Nomofobia.

No tocante ao questionário MPAT percebeu-se que a maioria dos avaliados ficou compreendido nas escalas que variam de 51 a 75 pontos e de 76 a 99 pontos, ou seja, somados, 96 participantes, do total de 115, que correspondem portanto a 83,48% do total. Ressalta-se que a escala de 51 a 75 pontos teve quase o dobro de indivíduos da que vai de 76 a 99. Conclui-se, dessa maneira, que 62 pessoas, o que representa pouco mais da metade da amostra (53,92%) apresentam sinais de uma possível dependência do telefone celular, porém, em nível leve. Recomenda-se, de acordo com a orientação das escalas, atenção por parte dos sujeitos pesquisados para que o uso do aparelho não traga prejuízos para a sua vida, pelo fato de utilizar o telefone celular além do necessário. Os 34 participantes (29,56%) que ficaram com a pontuação entre 76 e 99 pontos configuraram um grupo que fica um degrau acima do anterior no quesito dependência do telefone celular. Nesse sentido, os usuários apresentam sinais de dependência do aparelho celular, porém, em nível moderado, havendo necessidade de se aprender a lidar com o telefone de modo mais consciente, uma vez que é possível começar a ter problemas frequentes devido ao uso. Os indivíduos que figuraram abaixo dos 50 pontos foram 12 (10,44%) e não apresentaram sinais de uso abusivo do telefone celular, dessa forma, têm total controle quanto à sua utilização. Por fim, 07 indivíduos, o que corresponde a 6,08% da amostra, marcaram acima dos 100 pontos. São, portanto ,pessoas que estão com problemas significativos em suas vidas devido ao uso do telefone celular em nível grave. Há a recomendação inclusive de procura de ajuda profissional devido aos

danos sofridos nas áreas pessoal, familiar, social e profissional, o que vem comprometendo de forma significativa sua qualidade de vida.

No questionário IAT, percebeu-se que a maioria dos participantes figurou nas escalas de 20 a 49 pontos e de 50 a 79 pontos. 89 indivíduos somados fizeram parte desse grupo, o que corresponde a 77,39% da amostra pesquisada. Exatamente 60% da amostra ficou localizada no intervalo que vai de 20 a 49 pontos, ou seja, 69 pessoas. Nesse sentido são classificados como utilizadores médios, que podem até navegar “ocasionalmente demais” na internet, mas que, no entanto, têm total controle sobre a situação. Já para 20 indivíduos, que equivalem a 17,39% dos pesquisados, começa a haver problemas ocasionais ou frequentes devido ao uso de internet. Há recomendação de se considerar o impacto em sua vida por ficar conectado à grande rede. 24 indivíduos somaram abaixo de 20 pontos (20,86%). Nessa escala infere-se que eles não apresentam danos psicológicos ou em qualquer outro setor da vida, decorrentes do uso de internet. Por fim, em relação à escala que vai de 80 a 100 pontos, apenas duas pessoas foram detectadas, ou seja, 1,75% da amostra pesquisada. Esse grupo inspira mais cuidado e requer ajuda profissional.

A análise global dos dois questionários, levando-se em conta as escalas e os significados que foram criados, de acordo com seus autores, leva a crer que a maioria mais representativa da amostra pesquisada apresenta um perfil que poderia ser entendido como utilizador médio. Nesse sentido, de maneira geral, poderia se concluir que esses utilizadores não apresentam um grau de dependência que possivelmente os colocaria numa situação de psicopatologia, mas que, também, não estariam livres de prejuízos ocasionais em alguns setores da vida como profissional, afetivo, social e ocupacional, entre outros, decorrentes do uso de internet e telefone celular. Significaria em linhas gerais, uma recomendação para que esses usuários não deixassem o uso dessas tecnologias passar do nível em que se encontra. Existe um contingente a ser considerado que se encontra em um patamar de total adequação no que diz respeito ao uso de internet e telefone celular, porém, bem abaixo do que está se referindo como utilizador médio. Já as pessoas que estão sendo gravemente acometidas pelo uso dessas tecnologias foram a minoria absoluta dessa investigação, sendo representada por apenas 02 indivíduos em um dos questionários e 07 do outro.

Como complemento à referida análise, destaca-se que o curso de Pedagogia

da universidade na qual foi feito este estudo tem duração de 3.230 horas. Investigou-se na grade curricular da instituição disciplinas que contemplassem o tema “tecnologia” na formação do futuro pedagogo. Foram encontradas três: Tecnologias da informação e da comunicação da educação, com total de 160 horas, Ciências humanas e suas tecnologias, também com 160 horas e Ciências naturais e suas tecnologias com a mesma quantidade. Dessa maneira, de toda a grade curricular, 480 horas são dedicadas ao ensino e conseqüentes reflexões, sobre o universo da tecnologia. Em outras palavras, 14,86% do curso contemplam esse tema em alguma medida e de acordo com suas respectiva ementas. Cogita-se a possibilidade de tais disciplinas contribuírem para os estudantes de Pedagogia fazerem reflexões críticas, no que diz respeito ao uso das novas tecnologias e, assim, não desenvolverem dependência delas em nível nomofóbico. No entanto, esta é apenas uma hipótese que precisaria ser verificada em estudos posteriores.

Uma vez cumprido o objetivo de compreender em que medida o telefone celular e a internet possam impactar a vida dos estudantes de Pedagogia sob o prisma da dependência psicológica, objetivou-se também, por meio de outra análise proposta, entender a forma como os estudantes lidam de maneira pormenorizada com essas tecnologias. Nesse sentido, a proposição dos conceitos dos grupos Congruente e Pouco ou Nada Congruente permitiram ter a noção da relação da amostra pesquisada em campos bem específicos do dia a dia, como o familiar, afetivo, temporal, social etc., com o aparelho celular e a internet. Portanto, as percepções que se seguem dizem respeito à maioria dos indivíduos pesquisados e que foram inseridos nos grupos já referidos.

A tentativa de se estabelecer um possível perfil dos usuários nos cenários representados por muitas das questões presentes em ambos os questionários, contribui para que se entenda o quão representativas são essas tecnologias em suas vidas e em quais contextos. O perfil da maioria dos sujeitos de pesquisa, no que diz respeito ao uso da internet, indica que os seus afazeres não são prejudicados ou negligenciados em virtude do uso dela, assim como sua produtividade no trabalho não fica diminuída. Em relação à experenciação de sentimentos, não apresenta preocupação, depressão ou instabilidade pelo fato de não estar conectado, voltando a se sentir bem quando está na grande rede, assim como não considera que vida sem internet seria aborrecida, vazia e sem alegria.

Prefere estar com seu parceiro ou parceira, assim como sair como outras pessoas a estar no ambiente virtual e apresenta algum nível de abertura para conhecer pessoas virtualmente. Também não apresenta problemas de sono por estar conectado até altas horas. Por outro lado, está sempre com vontade de se conectar à internet novamente, fica-se nela mais tempo do que se pretendia e em alguma medida relata dificuldade em reduzir o tempo que passa na rede. Possivelmente, por estes motivos é que de acordo com as escalas do IAT poderia se considerar a maior parte da amostra como utilizadora da internet em nível médio, mas que vez ou outra pode exagerar.

Quanto à sua relação com o telefone celular, a maior parte da amostra considera importante levá-lo quando se sai de casa e com alguma frequência volta-se para buscá-lo caso ocorra esquecimento. Apresenta medo de sair de casa sem o aparelho, de passar mal e não ter como pedir socorro. Entretanto, não insere o número do telefone de algum médico ou hospital na agenda do aparelho. Apesar da maioria não fazê-lo, chama-se a atenção para o fato de que um terço da amostra disse que o faria com o número de um psicólogo. Sentimentos como ansiedade, nervosismo, insegurança, angústia e pânico não se fizeram presentes na maioria do grupo por falta de bateria no aparelho, apesar de um terço da amostra ter indicado senti-los. Usualmente o indivíduo não desliga o telefone celular ou não o coloca no modo silencioso quando na presença de amigos, família e do parceiro ou parceira. Está sempre com o telefone celular por perto, mesmo quando se está dentro de casa e dorme com o aparelho ligado e próximo, mantendo-o ligado 24 horas por dia e sentindo o telefone celular como companhia. Apesar disso, diz-se disposta a emprestar o aparelho para alguém próximo por um dia (um terço da amostra não estaria). Disse também que não é importante ser encontrado a qualquer hora, apesar de também um terço considerá-lo. Não se sente rejeitado caso não receba ligações e isso não afeta sua autoestima. Por fim, quase a totalidade da amostra acessa a internet ao longo do dia e não usa o telefone celular para jogos, apesar de considerar a possibilidade de fazê-lo como forma de entretenimento.

A presente tese concluiu portanto que, para a maioria dos estudantes de Pedagogia pesquisados de uma universidade particular de Belo Horizonte, a internet e o telefone celular tem marcante representação. Acredita-se que, principalmente após a fusão da internet à telefonia celular, os aparelhos tenham

adquirido mais importância no dia a dia do cidadão, entre eles, o estudante de Pedagogia. Há pontos de atenção na amostra que indicam às vezes a utilização do telefone celular – e por vezes, conseqüentemente a internet – como navegar mais tempo do que se queria ou sentir que o aparelho representa uma forma de companhia, por exemplo. Entretanto, percebeu-se que mais da metade da amostra apresenta uma relação saudável ou de dependência leve com a internet e o telefone celular. Tal fato pôde ser percebido no somatório das escalas “abaixo de 20 pontos” e “20 a 49 pontos” do IAT e “até 50 pontos e de “51 a 75 pontos” do MPAT. No IAT, esse somatório correspondeu a 93 indivíduos (80,86%) e no MPAT, 74 (64,34%). Poderiam, os usuários, serem interpretados como utilizadores médios e que sua forma de lidar com essas tecnologias não são motivos de preocupação. O grau que começa a inspirar mais atenção e cuidados estão nas escalas “de 50 a 79 pontos” do IAT, e de “76 a 99 pontos” do MPAT. Estes escores respectivamente foram de 20 indivíduos (17,40%) e 34 (29,56%). Nesses casos já há problemas identificados com relação ao uso de telefone celular e internet, ocasionais ou frequentes em determinadas ocasiões. Já as escalas que marcadamente indicam dependência que no IAT é representada pelo intervalo “de 80 a 100 pontos” e no MPAT, “acima de 100 pontos”. Foram identificados 02 indivíduos no primeiro instrumento de pesquisa (1,74%), ao passo que, no segundo, 07 pessoas atingiram a marca, o que equivale a 6,09% da amostra pesquisada. Neste sentido, a utilização de internet e do telefone celular já causa problemas significativos na vida das pessoas, sendo aconselhável, inclusive, a busca de ajuda profissional. Constatou-se, portanto, que um percentual muito baixo da amostra encontra-se em situação de Nomofobia.

Por fim, cumpre mencionar que o presente estudo foi realizado em meio à pandemia de SARS-COV-2, o que fez com o mundo digital e online fosse cada vez mais acionado em virtude das medidas preventivas de distanciamento social, no Brasil. O trabalho feito à distância conhecido como *homeoffice*, assim como as atividades escolares que vão desde a infância até o nível universitário foram e estão sendo realidade no país há mais de um ano. Seria viável se pensar na possibilidade dessa pesquisa apresentar números mais elevados de dependência de internet e de telefone celular, devido à exposição elevada que boa parte da população vivenciou e está vivenciando às telas de notebooks, tablets e smartphones. No entanto, o que se verificou nesta pesquisa em termos de dependência patológica do telefone celular

(Nomofobia), não caminhou nessa direção, ou seja, a maior parte dos estudantes de Pedagogia pesquisados, apresenta uma forma aceitável de se lidar com as novas tecnologias sob o prisma da saúde mental, mesmo em pleno período de pandemia.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ABRANTES, Paulo. **Reorganização Curricular do Ensino Básico**. Lisboa: ME, 2001.

ABREU, Cristiano Nabuco de; EISENSTEIN, Evelyn; ESTEFENO, Susana Graciela Bruno. **Vivendo esse mundo digital: impactos na saúde, na educação e nos comportamentos sociais**. Porto Alegre: Artmed, 2013.

ABREU, Cristiano Nabuco de; YOUNG, Kimberly Sue. **Dependência de Internet em Crianças e Adolescentes: fatores de risco, avaliação e tratamento**. Porto Alegre: Artmed, 2019.

ABREU, Cristiano Nabuco de; YOUNG, Kimberly Sue. **Dependência de internet: manual e guia de avaliação e tratamento**. Porto Alegre: Artmed, 2018

ABREU, Cristiano Nabuco de. Dependência de Internet In: ABREU, Cristiano Nabuco de; EISENSTEIN, Evelyn; ESTEFENON, Susana Graciela Bruno. **Vivendo esse mundo digital: impactos na saúde, na educação e nos comportamentos sociais**. Porto Alegre: Artmed, 2013. p. 95-103.

ABREU, Cristiano Nabuco de; GÓES Dora Sampaio. **Dependência de Internet**. In: Abreu Cristiano Nabuco de; TAVARES Hermano; CORDÁS Táki Athanássios. **Manual Clínico dos Transtornos do Controle dos Impulsos**. Porto Alegre: Artmed; 2007. p. 137-53.

ABRIC, Jean-Claude. **La recherche du noyau central et la zone muette des représentations sociales**. In: ABRIC, J-C. (Org.). **Méthodes d'études des représentations sociales**. Ramonville Saint-Agne, 2003, p. 60- 80.

AGÊNCIA BRASIL. **Whatsapp é a principal fonte de informação do brasileiro**. Disponível em <https://agenciabrasil.ebc.com.br/geral/noticia/2019-12/whatsapp-e-principal-fonte-de-informacao-do-brasileiro-diz-pesquisa>. Acesso em 20 de março de 2020.

ALBINO, Thais Sena de Lanna. **A Prática Docente e o Uso de Metodologias Alternativas no Ensino de Matemática: Um olhar para as escolas que adotam propostas pedagógicas diferenciadas**. Universidade Federal de Juiz de Fora. Juiz de

Fora: UFJF, 2015. Disponível em:

http://www.ufjf.br/ebrapem2015/files/2015/10/gd7_thais_albino.pdf. Acesso em: 15 out. 2020.

ALVES, Rubem. **A escola com que sempre sonhei, sem imaginar que pudesse existir**. 5ª edição. Campinas: Papirus, 1994.

AMANTE, Lúcia. **Facebook e novas sociabilidades: contributos da investigação**. In: PORTO, Cristiane.; SANTOS, Edmea. (Orgs). **Facebook e educação: publicar, curtir, compartilhar**. Editora da Universidade Federal da Paraíba. Campina Grande: EDUEPB, 2014.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **DSM-V: Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais**. Porto Alegre: Artmed, 2014.

AMERICAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION. **Dicionário de Psicologia**. Porto Alegre: Artmed, 2010

ANJOS, LETÍCIA FERNANDES RODRIGUES DOS, CAIXETA Juliana Eugênia; OLIVEIRA Eduarda Peres de. **A percepção de professores sobre o uso das tecnologias de informação e de comunicação no processo de ensino**. Disponível em: http://geces.com.br/simposio/anais/wpcontent/uploads/2014/04/PERCEPCAO_DE_PROFESSORES.pdf. Acesso em 23 de agosto de 2019.

ARAÚJO, Yara Rondon Guasque. **Telepresença: interação e interfaces**. São Paulo: Fapesp, 2005.

ASSOCIAÇÃO NACIONAL PELA FORMAÇÃO DOS PROFISSIONAIS DA EDUCAÇÃO – Anfope. **Documento Final do 9º Encontro Nacional**. Brasília, 1998.

BARANOWSKI, Ton; BARANOWSKI, Janice; BUDAY, Richard; THOMPSON, Deble. **Playing for real: video games and stories for health-related behavior change**. In: American Journal of Preventive Medicine. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.amepre.2007.09.027>. Acesso em 29 de abril de 2020.

BARBOSA, Elaine Jesus Alves.; ABREU, Marta Virgínia Batista de Araújo **As tecnologias de informação e comunicação (TICs) a serviço da educação – um olhar sobre a comunicação como sinônimo de presencialidade em cursos a distância.** Comunicação Oral. In: SEMIEDU, UFTO, 2009.

BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo.** Trad. Luís Antero Reto e Augusto Pinheiro. Lisboa: Edições 70, 1977. Disponível em: <https://www.ets.ufpb.br/pdf/2013/2%20Metodos%20quantitat%20e%20qualitat%20-%20IFES/Livros%20de%20Metodologia/10%20-%20Bardin,%20Laurence%20-%20An%C3%A1lise%20de%20Conte%C3%BAdo.pdf>. Acesso em 29 de abril de 2020.

BARNETT, Julie; SENIOR Victoria; SHEPHERD Richard; TIMOTIJEVIC Lada. **Public responses to precautionary information from the Department of Health (UK) about possible health risks from mobile phones.** Health Policy, v. 82, n. 2, p. 240-250, 2007.

BARROS, Solange Palma. **A ética, a escola e a formação da cidadania digital.** In: ABREU, Cristiano Nabuco de; EISENSTEIN, Evelyn; ESTEFENON, Susana Graciela Bruno. **Vivendo esse mundo digital: impactos na saúde, na educação e nos comportamentos sociais.** Porto Alegre: Artmed, 2013. p. 175-186.

BARTELMÉBS, Roberta Chiesa. **Analisando os dados na pesquisa qualitativa.** Disponível em http://www.sabercom.furg.br/bitstream/1/1453/1/Texto_analise.pdf. Acesso em 13 de março de 2021

BATCHELOR, Jacqueline; HERSELMAN, Marlien; TRAXLER, John. **Teaching and learning with new technology: a tough nut to crack.** IST-Africa 2010, vol. 1, no. 7, pp.1-7, 19-21 May 2010. Disponível em: <<http://ieeexplore.ieee.org/stamp/stamp.jsp?tp=&arnumber=5753007&isnumber=5752991>>. Acesso em 14 de julho de 2020.

BAZZO, Walter Anatônio.; LINSINGEN, Irlan Von; PEREIRA, Luiz Teixeira do Vale. **Introdução aos estudos CTS (Ciência, Tecnologia e Sociedade).** Cadernos de Ibero-América. Organização de Estados Ibero-Americanos para a Educação, a Ciência e a Cultura (OEI). Madri, Espanha, 2003.

BEDI, Krunoslav. **Tablet PC & smartphone uses in education (Tablet Tours).** In: 37th International Convention on Information and Communication Technology, Electronics and Microelectronics (MIPRO). 2014. p. 940-945.

BELAND, Louis-Philippe; MURPHY, Richard. **III Communication: Technology,**

Distraction & Student Performance. 2015.

BRASIL. Comitê Gestor da Internet no Brasil. **Três em quatro brasileiros já usa a internet, aponta pesquisa TIC Domicílios 2019.** Disponível em: <https://cgi.br/noticia/releases/tres-em-cada-quatro-brasileiros-ja-utilizam-a-internet-aponta-pesquisa-tic-domicilios-2019/#:~:text=O%20Comit%C3%AA%20Gestor%20da%20Internet%20no%20Brasil%2C%20respons%C3%A1vel%20por%20estabelecer,a%20dissemina%C3%A7%C3%A3o%20dos%20servi%C3%A7os%20ofertados>. Acesso em 14 de julho de 2020.

BRASIL. Conselho Nacional de Educação. **Parecer CNE/CP 5, 13.12.2005.** Brasília, 2005.

BRASIL. Lei n. 12.305, de 2 de agosto de 2010. **Institui a Política Nacional de Resíduos Sólidos;** altera a Lei no 9.605, de 12 de fevereiro de 1998; e dá outras providências.

BRASIL. Lei nº 9394, de 20 de dezembro de 1996. **Estabelece as diretrizes e bases da educação nacional.** Diário Oficial da União. Brasília, DF, 23 dez. 1996a.

BRASIL. Conselho Nacional de Educação. Parecer CP n.009, de 08/05/2001: **Institui as DCN para a Formação de Professores da Educação Básica, em nível Superior, curso de licenciatura, de graduação plena.** Disponível em: <http://www.mec.gov.br/cne/pdf/CP012002.pdf>. Acesso em 10 de julho de 2020.

BRASIL. Ministério da Ciência e Tecnologia. **Livro Branco: Ciência, Tecnologia e Inovação.** Brasília: Ministério da Ciência e Tecnologia, 2002.

BRASIL. Ministério da Educação. **Guia das Tecnologias Educacionais.** Disponível em: http://portal.mec.gov.br/index.php?option=com_docman&view=download&alias=14545-guia-tecnologias-20130923-pdf&Itemid=30192. Acesso em 10 de março de 2021.

BRASIL. Secretaria de Comunicação Social. **Pesquisa brasileira de mídia 2015: hábitos de consumo de mídia pela população brasileira.** Brasília: Secom, 2014.

BRASIL. Secretaria de Educação Básica. **Guia de tecnologias educacionais da educação integral e integrada e da articulação da escola com seu território 2013.** Organização Paulo Blauth Menezes. Brasília: Ministério da Educação, 2013a.

BRASIL. Secretaria de Educação Básica. **Programa ensino médio inovador: documento orientador**. Brasília: Ministério da Educação, 2013b. Disponível em: http://portal.mec.gov.br/dmdocuments/documento_orientador.pdf. Acesso em 23 de junho de 2020.

BRUNI, Adriano Leal. **SPSS: guia prático para pesquisadores**. São Paulo: Atlas, 2012.

CALVERT, Sandra.; STAIANO, Amanda **Exergames for physical education courses: physical, social, and cognitive benefits**. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3339488/>. Acesso em 21 de outubro de 2020.

CAMBRA, Ubaldo Cuesta; HERRERO, Sandra Gaspar. **Análisis motivacional del uso del smartphone entre jóvenes: una investigación cualitativa**. *Historia y Comunicación Social*, v.18, p. 435-447, 2014.

CAMERON, Jameason; CHAPUT, Jean Philippe.; GOLDFIELD, Gary. **Is Exergaming a Viable Tool in the Fight against Childhood Obesity?** Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/261746015_Is_Exergaming_a_Viable_Tool_in_the_Fight_against_Childhood_Obesity. Acesso em 02 de julho de 2020.

CARVALHO, Janete Magalhães; SILVA, Sandra Kretli da; DELBONI, Tânia Mara Zanotti Guerra Frizzera. **A base nacional curricular e a produção biopolítica da educação como formação de “capital humano”**. *Revista e-Curriculum*, São Paulo, v. 15, n. 2, p. 481-503 abr./jun. 2017. Disponível em: <http://revistas.pucsp.br/index.php/curriculum> 491. Acesso em 13 de fevereiro de 2019.

CAPLAN, Scott; HIGH, Andrew. **Interação social na internet, bem-estar psicossocial e uso problemático de internet** In: YOUNG, Kimberly Sue.; ABREU, Cristiano Nabuco de. *Dependência de Internet: manual e guia de avaliação e tratamento*. Trad. Maria Adriana Veríssimo Veronese. Porto Alegre: Artmed, 2011. p. 55-76.

CASTELLS, Manuel. **A galáxia da Internet: reflexões sobre a internet, os negócios e a sociedade**. Trad. Maria Luiza X. de A. Borges. Rev. Paulo Vaz. Rio de Janeiro: Zahar, 2003.

CASTELLS, Manuel. **A sociedade em rede: do conhecimento à política**. In: CASTELLS, Manuel.; CARDOSO, Gustavo (Organizadores). **A sociedade em rede do conhecimento à ação política**. Imprensa Nacional-Casa da Moeda: Lisboa, 2005, p.17-30.

CASTELLS, Manuel. **Redes de indignação e esperança**. Rio de Janeiro: Zahar, 2013.

CHAER, Galdino; DINIZ, Rafael Rosa Pereira, RIBEIRO, Elisa Antônia. **A técnica do questionário em pesquisa educacional**. Disponível em: http://www.educadores.diaadia.pr.gov.br/arquivos/File/maio2013/sociologia_artigos/pesquisa_social.pdf. Acesso em 10 de fevereiro de 2021.

COUTINHO, Gustavo Leuzinger **A era dos smartphones: um estudo exploratório sobre o uso dos smartphones no Brasil**. Disponível em: http://bdm.unb.br/bitstream/10483/9405/1/2014_GustavoLeuzingerCoutinho.pdf. Acesso em 03 de outubro de 2020.

CRUZ, Paulo Márcio. **Ensaio sobre a necessidade de uma teoria para a superação democrática do estado constitucional moderno**. Publicado em: 10 mar. 2009. Disponível em: <http://www.conpedi.org/manaus/arquivos/anais/recife/politica_paulo_marcio_cruz.pdf>. Acesso em 15 de outubro de 2020.

CRUZ, Tadeu. **Sistemas de informações gerenciais: tecnologia da informação e a empresa do século XXI**. São Paulo: Ed. Atlas, 1998.

SILVA, Aline Soriani Vasconcelos da; PIRES, Bruna Caroline; FERRAZ, Gabriela Andrade; ULIANI, Isabela; BUSOLIN, Murilo; POMPEO, Walkíria; GUADAGNUCI, Joyce. **Empoderamento das Tecnologias de Comunicação como Meio para a Obtenção da Cidadania**. In: Intercom – Sociedade Brasileira de Estudos Interdisciplinares da Comunicação XIX Congresso de Ciências da Comunicação na Região Sudeste. Anais [...]. Vila Velha: Intercom, 2014.

DIAS, A. C. G.; DE LA TAILLE, Y. **As salas de bate papo na Internet são um novo espaço para o compartilhamento da intimidade?** In: MALUF, Maria Regina. **Psicologia educacional: questões contemporâneas**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2004. p. 187-219.

DUTRA, Flora. **A história do telefone celular como distinção social no Brasil. Da elite empresarial ao consumo da classe popular.** In: Revista Brasileira de História da Mídia. Disponível em: <https://pdfs.semanticscholar.org/9653/4c351c97df0c96fb1d5e0488de9a0551bbaa.pdf>. Acesso em 05 de janeiro de 2020.

EMPRESA 7 GRAUS. **Dicionário Online de Português.** Disponível em: dicio.com.br. Acesso em 05 de janeiro de 2021.

EPSTEIN, Leonard.; ERNST, Michele.; GOLDFIELD, Gary.; KALAKANIS, Lisa. **Open-loop feedback to increase physical activity in obese children.** Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/12400481_Open-loop_feedback_to_increase_physical_activity_in_obese_children. Acesso em 22 de maio de 2020.

FOUCAULT, M. **O nascimento da clínica.** Tradução de Roberto Machado. 1ª edição. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 1977.

FEENBERG, Andrew. **Teoria crítica da tecnologia: um panorama.** In: NEDER, Ricardo T. **A teoria crítica de Andrew Feenberg: racionalização democrática, poder e tecnologia.** Ricardo T. Neder (org.). Brasília: Observatório do Movimento pela Tecnologia Social na América Latina, 2010.

FELIPE, Eliana da Silva. **Novas diretrizes para a formação de professores: continuidades, atualizações e confronto de projetos.** In: Anped – Associação Nacional de Pós-graduação e Pesquisa em Educação. Disponível em: <https://anped.org.br/news/novas-diretrizes-para-formacao-de-professores-continuidades-atualizacoes-e-confrontos-de>. Acesso em abril de 2021.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia da Autonomia: saberes necessários à prática educativa.** São Paulo: Paz e Terra, 1985.

FREIRE, Brena; VASCONCELOS, Andreza Jackson de; MACHADO, Diolene; QUEIROZ, Fabrício; BEZERRA, Larissa; CRUZ, Kalyinka. **Paixão, Ciúme e Traição: A “liquidez” das relações humanas no ciberespaço.** In: INTERCOM – SOCIEDADE BRASILEIRA DE ESTUDOS INTERDISCIPLINARES DA COMUNICAÇÃO. CONGRESSO BRASILEIRO DE CIÊNCIAS DA COMUNICAÇÃO, 33., 2010, Caxias do Sul. Anais: Caxias do Sul: INTERCOM, 2010.

FUNDAÇÃO GETÚLIO VARGAS. **Pesquisa Anual do Uso de TI nas Empresas.** 27 ed. São Paulo: FGV-EAESP, 2016.

GARCIA, Vera Clotilde. **Pensando formas concretas para a prática docente no currículo dos cursos de licenciatura em matemática**. Educação Matemática em Revista – RS. Monografia (Especialização). Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Osório: UFRGS, 2003.

GIL, Antônio Carlos. (2008) **Métodos e técnicas de pesquisa social** (6ª ed.). São Paulo: Editora Atlas, 2008. <https://ayanrafael.files.wordpress.com/2011/08/gil-a-c-mc3a9todos-e-tc3a9nicas-de-pesquisa-social.pdf>

GOMES, Romeu. **A análise de dados em pesquisa qualitativa**. In: MINAYO, Maria Cecília de Souza (Org). Pesquisa Social. 23.ed. Rio de Janeiro: Vozes, 2004.

GRACIOLI, Júlia. **Quando a dependência tecnológica pode se tornar doença**. Disponível em: <https://jornal.usp.br/atualidades/quando-a-dependencia-tecnologica-pode-se-tornar-doenca/>. Acesso em 19 de junho de 2019.

GRAHAM, George.; SMITH, Brian.; YANG, Stephen. **Healthy video gaming: oxymoron or possibility? In: Journal of Online Education**. Disponível em: <https://nsuworks.nova.edu/innovate/vol4/iss4/5/>. Acesso em 01 de novembro de 2020.

GRINTER, Rebecca.; SALL, Allison. **Let's Get Physical! In, Out and Around the Gaming Circle of Physical Gaming at Home**. Disponível em: <https://dl.acm.org/doi/10.1007/s10606-007-9047-2>. Acesso em 30 de setembro de 2020.

GUEDES, Eduardo; KING, Ana Lúcia Spear. **Quem somos**. Acesso em 11 de abril de 2021. Disponível em: <https://www.institutodelete.com/quemsomos>.

INSTITUTO BRASILEIRO DE DEFESA DO CONSUMIDOR. **Mais da metade dos equipamentos eletrônicos é substituída devido à obsolescência programada**. São Paulo, 2014. Disponível em: < <http://www.idec.org.br/o-idec/sala-deimprensa/release/mais-da-metade-dos-equipamentos-eletronicos-e-substituidadevido-a-obsoloscencia-programada> >. Acesso em: 18 junho de 2020.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios: Acesso à Internet e à Televisão e Posse de Telefone Móvel Celular para Uso Pessoal 2014**. Rio de Janeiro: IBGE, 2016.

ISPIZUA, Maria Antônia; OLABUÉNAGA, José Ignacio Ruiz. **La descodificación de**

la vida cotidiana: métodos de investigación cualitativa. Bilbao, Universidade de deusto, 1989.

JODELET, Denise. **As representações sociais.** Rio de Janeiro: EDUERJ, 2001, p. 17-44.

KEE, Ch'ng Lay; SAMSUDIN, Zarina. **Mobile Devices: Toys or Learning Tools for the 21st Century Teenagers.** TOJET: The Turkish Online Journal of Educational Technology, Turkey, v. 13, n. 3, 2014.

KIILI, Kristian.; PERTTULA, Arttu. **A design framework for educational exergames.** Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/260291152_A_Design_Framework_for_Educational_Exergames. Acesso em 08 de julho de 2020.

KING, Ana Lúcia Spear; NARDI, ANTÔNIO Egídio; Cardoso, ADRIANA **Nomofobia: dependência do computador, internet, redes sociais? Dependência do telefone celular?** São Paulo: Atheneu, 2014.

KIVITS, Joelle. **Everyday health and the internet: a mediated health perspective on health information seeking.** Sociol Health Illn, vol. 31, nº 5, p. 673-687, jul. 2009.

KOBS, Fábio Fernando **Os possíveis efeitos do uso de dispositivos móveis por adolescentes: análise de atores de uma escola pública e uma provada.** Disponível em: http://repositorio.utfpr.edu.br/jspui/bitstream/1/2768/1/CT_PPGTE_D_Kobs%2C%20Fabio%20Fernando_2017.pdf. Acesso em 02 de setembro de 2019.

LEE, Mark.; McLOUGHLIN, Catherine. **Harnessing the affordances of Web 2.0 and social software tools: can we finally make “student-centered” learning a reality?** In: WORLD CONFERENCE ON EDUCATIONAL MULTIMEDIA, HYPERMEDIA AND TELECOMMUNICATIONS, 2008. Anais [...]. Vienna: WCEMHT, 2008.

LENHART, Amanda. **Teens, video games, and civics. What the research is telling us?** Disponível em: <https://www.pewresearch.org/internet/2008/11/02/teens-video-games-and-civics-what-the-research-is-telling-us/>. Acesso em 10 de dezembro de 2020.

LÉVY, Pierre. **As tecnologias da inteligência: o futuro do pensamento na era da informática.** Rio de Janeiro: Editora 34, 1993.

LÉVY, Pierre. **Cibercultura**. 3ª edição revisada e atualizada. São Paulo: Editora 34, 1999.

LÉVY, Pierre. **Ciberdemocracia**. Lisboa: Instituto Piaget, 2002.

LOPES, Anemari Roesler Luersen Vieira.; BORBA, Marcelo de Carvalho **Tendências em Educação Matemática**. Roteiro, Universidade do Oeste de Santa Catarina, **Revista da UNOESC**, Joaçaba, Santa Catarina, Brasil, Vol. XVI, nº 32, p. 49-61, jul./dez., 1994.

LÜDKE, Menga; ANDRÉ, Marli E. D. A. **Pesquisa em educação: abordagens qualitativas**. São Paulo: EPU, 1986.

MARCA, Mathias; POTENZA, Marc. **In memory of Dr. Kimberly S. Young. The story of a pionner**. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7044608/>. Acesso em 11 de abril de 2022.

MASCARENHAS, Anne. **Hospital das Clínicas desenvolve tratamento para viciados em internet: doença do século XXI torna-se um desafio para medicina contemporânea**. Disponível em: <http://www.usp.br/aun/antigo/exibir?id=1963&ed=235&f=42>. Acesso em 15 de junho de 2019

MANS, Matheus., Sawada, Thiago. **Psicólogos já tratam ‘viciados’ em whatsapp**. Disponível em: <https://link.estadao.com.br/noticias/cultura-digital,psicologos-ja-tratam-viciados-em-whatsapp,10000051399>. Acesso em 30 de junho de 2019.

MEARS, Derrick.; HANSEN, Lisa. **Active Gaming: Definitions, Options and Implementation**. Disponível em: <https://www.learntechlib.org/p/107996/>. Acesso em 21 de maio de 2020.

MELGAÇO, Paula; MADUREIRA, Bruna **Internet como uma possibilidade de empoderamento das classes populares urbanas no Brasil**. *Polêmica*, vol. 17, nº 2, p. 15-26, abri./mai./jun. 2017.

MICHEL, Margareth; MICHEL, Jerusa. **Comunicação Comunitária e Cidadania: Resgate da cultura e construção da identidade**. In: Biblioteca On-line de Ciências da Comunicação, 2006.

MORAES, Dênis de. **Comunicação virtual e cidadania: movimentos sociais e políticos na Internet**. Revista Brasileira de Ciências da Comunicação, vol. 23, n. 2, p. 142-155, 2000.

MORAES, Roque; GALIAZZI, Maria do Carmo. **Análise Textual Discursiva**. Ijuí: Unijuí, 2005.

MORAES, Roque. **Análise de conteúdo**. In: Revista de Educação. Disponível em: http://cliente.argo.com.br/~mgos/analise_de_conteudo_moraes.html. Acesso em 03 de fevereiro de 2021.

MORAN, José. **O Vídeo na Sala de Aula**. Comunicação & Educação. São Paulo, ECA-Ed. Moderna, [2]: 27 a 35, jan./abr. de 1995.

MOURA, Renata. **Vício em celular chega a consultórios e já preocupa médicos no Brasil**. Disponível em: <https://www.bbc.com/portuguese/brasil-41922087>. Acesso em 26 de junho de 2019.

NARAZAKI, Douglas Kenji. **Uso excessivo do smartphone pode causar problemas na cervical**. Disponível em <https://hospitalsiriolibanes.org.br/imprensa/noticias/Paginas/Uso-excessivo-do-Smartphone-pode-causar-problemas-na-cervical.aspx>. Acesso em 23 de março de 2020.

NETTLETON, Sarah. **Commentary: The appearance of new medical cosmologies and the re-appearance of sick and healthy men and women: a comment on the merits of social theorizing**. International Journal of Epidemiology, vol. 3, nº 8, p. 633–636, out. 2009.

OBERLO. **Nove estatísticas sobre o whatsapp que você precisa conhecer**. Disponível em: <https://www.oberlo.com.br/blog/estatisticas-whatsapp>. Acesso em 09 de agosto de 2020.

OLIVEIRA, Monique. **Vítimas da dependência digital**. Disponível em: https://istoe.com.br/326665_VITIMAS+DA+DEPENDENCIA+DIGITAL. Acesso em 30 de junho de 2020.

ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS PARA A EDUCAÇÃO, A CIÊNCIA E A CULTURA. **Diretrizes de políticas da UNESCO para a aprendizagem móvel**. Brasília: UNESCO, 2014a.

ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS PARA A EDUCAÇÃO, A CIÊNCIA E A CULTURA. **O Futuro da aprendizagem móvel: implicações para planejadores e gestores de políticas**. Brasília: UNESCO, 2014b.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE. **Classificação de Transtornos Mentais e de Comportamento da CID-10**. Porto Alegre, Artmed, 1993.

ORLANDI, Eni. **Análise de discurso: princípios e procedimentos**. 8.ed. Campinas, SP: Pontes, 2009.

PAGBRASIL. **Os números do relatório digital in 2019**. Disponível em: <https://www.pagbrasil.com/pt-br/insights/relatorio-digital-in-2019-brasil/>. Acesso em 02 de dezembro de 2020.

PAIN, Sara. **Diagnóstico e tratamento dos problemas de aprendizagem**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1992.

PAPASTERGIOU, Marina. **Exploring the potential of computer and video games for health and physical education: a literature review**. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0360131509000840?via%3Dihub>. Acesso em 13 de dezembro de 2020.

PERUZZO, Cecília Maria Krohling. **Desafios da Comunicação Popular e Comunitária na Cibercultur@: Aproximação à proposta de Comunidade Emergente de Conhecimento Local**. Ciberlegenda, nº 25, vol. 2, Rio de Janeiro, 2011.

PLATÃO. **Diálogos I: Mênon, Banquete, Fedro**. Trad. direta do grego por Jorge Paleikat. Rio de Janeiro: Ed. de Ouro, s/d.

POTENZA, Marc. **Usar smartphones em excesso cria um medo de ficar longe dele, a nomofobia**. Disponível em: <https://www.hypeness.com.br/2018/06/usar-em-excesso-smartphones-criar-um-medo-de-ficar-longe-dele-a-nomofobia/>. Acesso em 21 de janeiro de 2021.

PRIMO, Alex Fernando Teixeira. **Interação mútua e reativa: uma proposta de estudo**. Revista da Famecos, nº 12, p. 81-92, jun. 2000.

RECUERO, Raquel da Cunha **Um estudo do capital social gerado a partir de**

redes sociais no Orkut e nos Weblogs. Trabalho apresentado no GT de Tecnologias Informacionais da Comunicação da Compós. Niterói, RJ, 2005.

RESULTADOS DIGITAIS. **Ranking das redes sociais: as mais usadas no Brasil e no mundo, insights e materiais gratuitos.** Blog de Marketing Digital de Resultados Publicado em: 21 jan. 2020. Disponível em: <<https://resultadosdigitais.com.br/blog/redes-sociais-mais-usadas-no-brasil/>>. Acesso em 15 de outubro de 2020.

RISO, Walter. **Amar ou depender? Como superar a dependência afetiva e fazer do amor uma experiência plena e saudável.** Porto Alegre: LP & M Editores, 2008.

ROCHA, A. A. **Correlação entre a dependência do smartphone na adolescência e alguns transtornos psiquiátricos – revisão de literatura.** Disponível em: https://www.mastereditora.com.br/periodico/20190103_213817.pdf. Acesso em 18 de março de 2021.

SCOBAR, Herton. **15 universidades públicas produzem 60% da ciência brasileira.** In: Jornal da USP. Disponível em: <https://jornal.usp.br/universidade/politicas-cientificas/15-universidades-publicas-produzem-60-da-ciencia-brasileira/>. Acesso em 18 de janeiro de 2020.

SHEFF, David. **Video games: a guide for savvy parents.** New York, NY: Random House, 1994.

SHIROMA, ENEIDA. **Política de profissionalização: aprimoramento ou desintelectualização do professor?** Itermeio, Campo Frande, v.9, n. 17, 2003.

SILVA, Carmem Silvia Bissolli da. **Curso de Pedagogia no Brasil: história e identidade.** 2ª Edição. Campinas, SP: Autores Associados, 2003.

SILVA, Marco. **Sala de aula interativa.** Rio de Janeiro: Quater, 2000.

SOUSA, Robson Pequeno de; MOITA, Filomena; CARVALHO, Ana Beatriz Gomes (Orgs.). **Tecnologias digitais na educação.** Campina Grande: EDUEPB, 2011. p.19-50.

SPEAR, Anna Lúcia Spear **O Impacto das novas tecnologias interferindo no comportamento humano.** Disponível em: <http://www.sescon->

ry.org.br/2008/imagem_arquivo/arquivos/2840.PDF 2008. Acesso 16 de julho de 2019.

TOCHI, Mirza Seabra **Formação inicial e continuada de professores e a educação a distância**. In: LISITA, V. M.; PEIXOTO, A. J. (org). **Formação de professores: Políticas, concepções e perspectivas**. Goiânia, Editora Alternativa, 2001.

TONDO, Rômulo Oliveira **Celulares, conexões afetos: a sociabilidade e consumo de smartphones entre jovens de comunidade popular**. Disponível em: <https://repositorio.ufsm.br/bitstream/handle/1/6372/TONDO%2C%20ROMULO%20LIVEIRA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Acesso em 03 de maio de 2020.

UNITED NATIONS ENVIRONMENT PROGRAM - UNEP. **Recycling – from e-waste to resources**. New York: UNEP, 2009.

VELLOSO, Ricardo Viana. **O ciberespaço como ágora eletrônica na sociedade contemporânea**. Ciência da Informação, Brasília, vol. 37, nº 2, p. 103-109, 2008.

VICENTE, Kim . **Homens e máquinas**. Trad. Maria Inês Duque Estrada. Rio de Janeiro: Ediouro, 2005.

VICENTIN, Diego Jair. **A mobilidade como artigo de consumo: apontamento sobre as relações com o telefone celular**. Disponível em: https://files.cercomp.ufg.br/weby/up/410/o/Disserta%C3%A7%C3%A3o__A_mobilidade_como_artigo_de_consumo__apntamento_sobre_as_rela%C3%A7%C3%B5es_c om_o_aparelho_celular.pdf. Acesso em 04 de maio de 2020.

VIEIRA, Eduardo. **Os bastidores da Internet no Brasil**. Barueri, SP: Manole, 2003.

VIEIRA, Sônia. **Como elaborar questionários**. São Paulo: Atlas, 2009.

VIEIRA, Álvaro Pinto. **O conceito de tecnologia**. Rio de Janeiro: Contraponto, 2005.

VIVANET, Giuliano. **Le ICT nella scuola italiana. Sintesi dei dati in un quadro comparativo europeo**. Disponível em: <https://docplayer.it/4629979-Le-ict-nella-scuola-italiana-sintesi-dei-dati-in-un-quadro-comparativo-europeo.html>. Acesso em 03 de abril de 2020.

APÊNDICE - A

Questionário 01 – Teste de Dependência da *Internet (Internet Addiction Test - IAT)*

Atribua a seguinte escala para cada pergunta de acordo com o valor indicado abaixo:

0 – Não se aplica

1 – Raramente

2 – Ocasionalmente

3 – Frequentemente

4 – Quase sempre

5 – Sempre

01 – Está ligado à internet mais tempo do que pretendia?

02 – Negligencia tarefas domésticas para passar mais tempo conectado?

03 – Prefere a excitação da internet à intimidade com seu parceiro?

04 – Estabelece novas relações com outros utilizadores na internet?

05 – As pessoas próximas de si se queixam sobre o tempo que passa conectado?

06 – Os seus afazeres são alterados devido ao tempo que passa conectado?

07 – Verifica o correio eletrónico antes de qualquer coisa que precise fazer?

08 – O seu desempenho ou produtividade no trabalho sofre devido à internet?

09 – Tem uma atitude defensiva ou de secretismo quando alguém lhe pergunta o que está fazendo na internet?

10 - Bloqueia os pensamentos perturbantes sobre a sua vida com pensamentos reconfortantes da internet?

11 – Sempre está com vontade de se conectar à internet novamente?

- 12 – Tem receio de que a vida sem internet seja aborrecida, vazia e sem alegria?
- 13 – Grita ou fica irritado se alguém o incomoda enquanto está na internet?
- 14 – Perde o sono devido a estar na internet até muito tarde?
- 15 – Fica preocupado com a internet quando não está conectado ou fantasia com estar na internet?
- 16 – Diz a si mesmo “só mais uns minutos quando está na internet?”
- 17 – Tenta reduzir a quantidade de tempo que passa na internet e não consegue?
- 18 – Tenta esconder a quantidade de tempo que passou na internet?
- 19 – Escolhe passar mais tempo na internet em detrimento de sair com outras pessoas?
- 20 – Sente-se deprimido, instável ou nervoso quando não está na internet e isso desaparece quando volta a estar conectado?

APÊNDICE – B

Questionário 02 – Teste de Dependência do telefone celular – TC (Mobile Phone Addiction Test – MPAT)

Atribua a seguinte escala para cada pergunta de acordo com o valor indicado abaixo:

0 – Não se aplica

1 – Nunca

2 – Quase nunca

3 – Às vezes

4 – Quase sempre

5 – Sempre

01 – Com que frequência você usa o TC ao longo do dia?

02 – Com que frequência você precisa levar o TC ao sair?

03 – Com que frequência, quando esquece o TC, costuma voltar para buscá-lo?

04 – Com que frequência você sente ansiedade quando percebe que está sem o TC ou sem bateria?

05 – Com que frequência sente angústia quando percebe que seu TC está sem bateria?

06 – Com que frequência você senta pânico em alguma situação por não ter o TC perto ou quando fica sem bateria para se comunicar?

07 – Com que frequência você tem medo de sair sem o TC, passar mal na rua e não ter como pedir “socorro” imediato ou fazer contato com alguém de sua confiança?

08 – Com que frequência você se sente rejeitado quando ninguém liga pra você no TC?

- 09 – Com que frequência você se sente baixa autoestima quando vê que seus amigos recebem mais ligações no TC do que você?
- 10 – Com que frequência você, com o TC, gosta de poder ser encontrado a qualquer hora?
- 11 – Com que frequência você mantém o TC sempre por perto mesmo em casa?
- 12 – Com que frequência você mantém o TC ligado 24 horas por dia?
- 13 – Com que frequência você dorme com o TC ligado e próximo a você?
- 14 – Com que frequência você sente nervosismo por não ter o TC por perto ou quando fica sem bateria para se comunicar?
- 15 – Com que frequência você não desliga ou não coloca no modo silencioso o seu TC quando está com amigos?
- 16 – Com que frequência você não desliga ou não coloca no modo silencioso o seu TC quando está com o seu par?
- 17 – Com que frequência você não desliga ou não coloca no modo silencioso o seu TC quando está com sua família?
- 18 – Com que frequência você insere na agenda do TC o número de um médico com medo de passar mal na rua?
- 19 – Com que frequência você insere na agenda do seu TC o número de um psicólogo com medo de passar mal na rua?
- 20 - Com que frequência você insere na agenda do seu TC o número de um hospital com medo de passar mal na rua?
- 21 – Com que frequência você acessa a internet no TC?
- 22 – Com que frequência você joga no TC?
- 23 – Com que frequência você não emprestaria seu TC para alguém próximo por um dia?
- 24 – Com que frequência você se sente inseguro se o TC em mãos ou sem bateria?
- 25 – Com que frequência você tem a sensação de estar acompanhado com o TC?

APÊNDICE – C

Grade curricular do curso de Pedagogia da Universidade pesquisada

MATRIZ CURRICULAR

PEDAGOGIA

TEMPO MÍNIMO DE INTERVENÇÃO:

8 SEMESTRES

+ CURRÍCULO INTEGRADO POR COMPETÊNCIAS, PERSONALIZADO, CONECTADO AS DEMANDAS DO MUNDO DO TRABALHO

Por meio de quatro diferentes comunidades de aprendizagem, você pode construir o seu projeto de vida desde o início do curso, aprender na prática, trocar conhecimento com outras áreas, ampliar suas redes e viver uma experiência universitária plena.

COMUNIDADES DE APRENDIZAGEM

- **Core Curricular**
O Core Curricular reúne as disciplinas obrigatórias do curso, que são fundamentais para a formação pedagógica. Este núcleo de disciplinas é desenvolvido em conjunto com as disciplinas de especialização, com o objetivo de proporcionar ao aluno a integração de saberes e experiências curriculares.
- **Área**
As disciplinas obrigatórias do curso são divididas em áreas de conhecimento, que permitem ao aluno aprofundar-se em uma área específica de estudo, promovendo a integração de saberes e experiências curriculares.
- **Profissional**
As disciplinas obrigatórias do curso são divididas em áreas de conhecimento, que permitem ao aluno aprofundar-se em uma área específica de estudo, promovendo a integração de saberes e experiências curriculares.
- **Espécifico**
As disciplinas obrigatórias do curso são divididas em áreas de conhecimento, que permitem ao aluno aprofundar-se em uma área específica de estudo, promovendo a integração de saberes e experiências curriculares.

DIVERSIDADE DE AMBIENTES DE APRENDIZAGEM

- **Presencial**
As disciplinas obrigatórias do curso são divididas em áreas de conhecimento, que permitem ao aluno aprofundar-se em uma área específica de estudo, promovendo a integração de saberes e experiências curriculares.
- **Ambientes Virtuais**
As disciplinas obrigatórias do curso são divididas em áreas de conhecimento, que permitem ao aluno aprofundar-se em uma área específica de estudo, promovendo a integração de saberes e experiências curriculares.
- **Mundo do Trabalho**
As disciplinas obrigatórias do curso são divididas em áreas de conhecimento, que permitem ao aluno aprofundar-se em uma área específica de estudo, promovendo a integração de saberes e experiências curriculares.
- **Comunidade**
As disciplinas obrigatórias do curso são divididas em áreas de conhecimento, que permitem ao aluno aprofundar-se em uma área específica de estudo, promovendo a integração de saberes e experiências curriculares.

VIDA & CARRERA

Compartilhando experiências e conhecimentos com o mundo do trabalho, você pode construir o seu projeto de vida desde o início do curso, aprender na prática, trocar conhecimento com outras áreas, ampliar suas redes e viver uma experiência universitária plena.

