Trabalho de conclusão de curso de Psicologia do Centro Universitário Barão de Mauá para obtenção do título de bacharel.

MEDIAÇÃO PARENTAL DO USO TELAS NA ERA DIGITAL: UM ESTUDO COM PAIS DE CRIANÇAS DE 7 A 12 ANOS

PARENTAL MEDIATION OF SCREEN USE IN THE DIGITAL AGE: A STUDY WITH PARENTS OF CHILDREN AGED 7 TO 12 YEARS

Letícia Palmarini Rossi

Mateus Marouvo

Thiago Marcos Vilela

Orientadora: Alessandra Ackel Rodrigues

RESUMO

Objetivou-se investigar crenças e práticas de mediação parental relacionadas ao uso de telas por filhos entre 7 e 12 anos. Tratou-se de uma pesquisa de levantamento online, descritiva, quantitativa e recorte transversal. Os participantes responderam a um questionário de caracterização sociodemográfica e outro sobre crenças e práticas parentais sobre uso de telas. A amostra de conveniência contemplou 79 respondentes, a maioria mulheres (88,6%), entre 31-40 anos (45,6%), ensino superior/pós-graduação (51,9%) e renda familiar de 4-7 salários-mínimos (38%). Os dispositivos eletrônicos estavam amplamente disponíveis nos domicílios para pais e filhos. A maioria dos pais referiu uso excessivo de telas tanto seu quanto dos filhos (59,5%), além de elevado índice atividades físicas e offline, como esportes (82%), jogos tradicionais (70,9%), atividades lúdicas (86,1%) e brincadeiras ao ar livre (78,5%). A orientação dos filhos sobre o uso de mídias e seus riscos e práticas menos permissivas quanto ao uso foram amplamente referidas, embora a maioria dos filhos tenha iniciado o uso de telas entre 2 e 4 anos (51,8%) e passasse 2 a 4 horas diárias utilizando dispositivos eletrônicos (69,6%). As estratégias de mediação variaram, destacando-se a mediação restritiva (36,7%) e acompanhada (34,2%). Os dados sugeriram que o cultivo de atividades offline pode equilibrar os potenciais prejuízos do uso excessivo de telas, além de uma discrepância entre aquilo que os pais acreditam ser importante e seus comportamentos digitais. Evidenciou-se a necessidade de psicoeducar as famílias sobre riscos associados ao uso excessivo de telas e a importância do efeito-espelho no comportamento dos filhos.

Palavras-chave: mediação parental; uso de telas; crenças parentais; práticas parentais.

ABSTRACT

The aim of this study was to investigate parental mediation beliefs and practices related to screen use by children aged 7 to 12. This was an online, descriptive, quantitative, and cross-sectional survey. Participants answered a sociodemographic questionnaire and another on parental beliefs and practices regarding screen use. The convenience sample included 79 respondents, most of whom were women (88.6%), aged 31-40 (45.6%), with higher education/postgraduate studies (51.9%), and a family income of 4-7 minimum wages (38%). Electronic devices were widely available in homes for parents and children. Most parents reported excessive screen use for themselves and their children (59.5%), in addition to a high rate of physical and offline activities, such as sports (82%), traditional games (70.9%), recreational activities (86.1%), and outdoor play (78.5%). Guidance for children on media use and its risks, as well as less permissive practices regarding its use, were widely reported, although most children began using screens between the ages of 2 and 4 (51.8%) and spent 2 to 4 hours a day using electronic devices (69.6%). Mediation strategies varied, with restrictive mediation (36.7%) and supervised mediation (34.2%) standing out. The data suggested that fostering offline activities can offset the potential harms of excessive screen use, in addition to a discrepancy between what parents believe to be important and their digital behaviors. The need to psychoeducate families about the risks associated with excessive screen use and the importance of the mirror effect in children's behavior was highlighted.

Keywords: parental mediation; use of screens; parental beliefs; parenting practices.

1 INTRODUÇÃO

Práticas de mediação parental não apenas moldam o comportamento individual de crianças e adolescentes em relação à internet, mas também repercutem nas dinâmicas sociais, uma vez que o papel dos pais é de suma importância para o ensino do uso responsável das tecnologias na contemporaneidade (Grizólio; Scorsolini-Comin, 2020). Essa mediação se traduz em alterações perceptíveis não apenas nos comportamentos individuais, mas também nas dinâmicas sociais. Por exemplo, a introdução de tecnologias de mídia pode impactar diretamente as interações familiares. A forma como os pais orientam seus filhos no uso desses recursos, proporcionam ajustes tanto no nível interno - como atitudes e compreensão das

crianças em relação às mídias - quanto no externo, percebidos através de questões de saúde física e relações sociais (Maidel; Vieira, 2015).

Observa-se na sociedade contemporânea um aumento significativo no acesso à Internet, especialmente entre crianças e adolescentes brasileiros, cujo domicílio se tornou o principal ponto de entrada online, alcançando 97% de usuários entre 9 e 17 anos no ano de 2022. Diante desse cenário, onde a participação online concentra-se em ambientes domésticos e através de dispositivos móveis, a mediação parental emerge como uma questão central nos debates e campanhas voltadas aos responsáveis. A compreensão das estratégias empregadas pelos pais torna-se indispensável para orientar ações que promovam o aproveitamento seguro e benéfico do vasto universo digital disponível (Nic.br, 2023).

O ambiente desempenha um papel crucial na harmonização entre psiquismo e motricidade ao longo do desenvolvimento infantil. As interações da criança com o meio moldam suas percepções, habilidades sociais e emocionais. A aprendizagem ocorre por meio da interação com o ambiente, desafiando e estimulando o desenvolvimento, conforme destacado na teoria de Wallon. Assim, compreender o desenvolvimento infantil requer uma análise integrada das influências biológicas, cognitivas, sociais e ambientais, reconhecendo a dinâmica interdependente entre o indivíduo e o mundo ao seu redor, bem como comportamentos parentais (La Taille; Oliveira; Dantas, 1992).

Dentro dessa visão de desenvolvimento psicossocial, é essencial considerar o conceito de mediação, termo utilizado por Vygotsky para se referir a um processo complexo e dinâmico que, através da comunicação nas interações dialéticas, entre mediador e mediado, reinterpreta as transformações e vivências no contexto histórico-cultural (La Taille; Oliveira; Dantas, 1992).

O desenvolvimento infantil ocorre por meio de um complexo processo, influenciado por fatores de origem biológica, psicológica e social. Assim que a criança nasce, entra em contato com determinado ambiente, tornando-se um ser social e que é influenciado por este, trazendo impactos em seu desenvolvimento quanto a personalidade, habilidades sociais e emocionais (Bee, 1997).

Oliveira (2011) recorre aos estudos de Vygotsky para discutir a influência genética na maturação, o que impactaria o crescimento, a movimentação e a linguagem. Mas ao passar de um ambiente doméstico limitado para tentativas de integração em uma sociedade mais ampla, os fatores psicológicos como cognição, emoções e comportamento desempenham um papel fundamental na forma de como

a criança experimenta e vivencia o mundo. Por sua vez, fatores sociais ganham maior importância à medida que a criança busca sua inserção na sociedade, com destaque inicialmente a cultura e relevância do ambiente imediato, que engloba tanto a esfera familiar quanto o ambiente escolar que, por conseguinte, também impactam fortemente em seu desenvolvimento.

Uma influência marcante na vida das famílias atualmente é a presença das mídias digitais na vida cotidiana. Nesse sentido, as tecnologias digitais presentes no ambiente doméstico dos pais estão ao alcance das crianças, que frequentemente observam e replicam o comportamento de seus responsáveis no uso desses dispositivos. Segundo Lauricella, Wartella e Rideout (2015), há um "efeito espelho" nas práticas digitais, onde as crianças, especialmente as mais jovens, tendem a imitar os hábitos de seus pais em relação ao uso de tecnologias.

A família é considerada o primeiro núcleo de desenvolvimento de um indivíduo e influencia diretamente nos processos de socialização, bem como no direcionamento de comportamentos apropriados ao ambiente no qual se está inserido. Tal influência se dá ao longo de toda vida, mas é ainda mais significativa na infância e adolescência (Cardoso; Baptista, 2020).

Por meio dessas primeiras interações, portanto, o indivíduo recebe diversos cuidados dos quais necessita, tais como alimento e proteção, além de aprender ensinamentos e regras sobre o mundo e sobre si mesmo, desenvolvendo, assim, habilidades fundamentais para os relacionamentos interpessoais e vivência em sociedade (Cardoso; Baptista, 2020; Dessen; Polônia, 2007; Prata; Santos, 2007).

A maneira como alguns conhecimentos ou modelos de comportamentos é repassada dos pais para os filhos chama-se transmissão geracional, transgeracionalidade ou intergeracionalidade. Isso pode perpassar a história de uma família em diferentes gerações, além de envolver tanto a aprendizagem de comportamentos adaptativos como prejudiciais (Cardoso; Baptista, 2020).

A aprendizagem por modelos foi estudada por Bandura (2001), que, por meio da teoria da aprendizagem social, postulou que os indivíduos aprendem por observação, permitindo-lhes, rapidamente, ampliar seus conhecimentos e habilidades observando a forma como outros se comportam, especialmente as pessoas mais próximas, como pais, irmãos, professores, amigos, etc.

O uso recreativo de dispositivos digitais, como tablets, celulares e televisões por parte da nova geração atingem níveis altíssimos na sociedade. A partir dos dois

anos de idade, crianças em países ocidentais passam cerca de 50 minutos diariamente diante das telas. Na faixa etária de 2 a 8 anos, o tempo aumenta para duas horas e 45 minutos, enquanto entre 8 e 12, a média chega a aproximadamente 4 horas e 45 minutos por dia. Jovens entre 13 e 18 anos passam quase 7 horas e 15 minutos diante desses dispositivos digitais (Desmurget, 2021).

Uma razão significativa para a introdução de recursos tecnológicos para as crianças decorre da eficácia em mantê-las ocupadas enquanto os pais enfrentam tarefas domésticas ou profissionais. Tablets têm sido utilizados como recursos para contação de histórias e substitutos para interação no momento de dormir por pais de crianças de 6 meses a 4 anos. Ao mesmo tempo, as crianças e adolescentes têm acesso livre a seus próprios dispositivos, principalmente tablets e celulares, o que implica na frequente exploração dos dispositivos digitais de forma independente, sendo deixadas sozinhas para essa atividade (Brito; Dias, 2017).

O uso de telas recreativas varia significativamente de acordo com a classe social, idade e gênero. Outras características ambientais também devem ser consideradas ao abordar o comportamento das novas gerações em relação ao digital. O interesse nessas características reside no fato de serem facilmente controláveis. Nesse sentido, oferecem aos pais uma alavanca potencialmente mediadora (Desmurget, 2021).

Young e Abreu (2019) destacam que uso excessivo de mídias interativas por crianças e adolescentes é uma questão que traz preocupação para pais e especialistas, em decorrência aos impactos negativos que podem surgir desse comportamento. O tempo gasto em dispositivos como jogos online, redes sociais e outras plataformas digitais quando excessivo, podem interferir em áreas importantes da vida, como o desempenho escolar, as interações familiares e as amizades presenciais. Crianças e adolescentes, por estarem em uma fase de desenvolvimento, são particularmente vulneráveis a essa influência. Ressalta-se que o uso das mídias pode se transformar em uma forma de fuga dos desafios e pressões do dia a dia, o que pode gerar comportamentos compulsivos e desorganizados.

A dependência de mídias eletrônicas vai além do simples uso excessivo e passa a ser caracterizada por uma perda de controle, onde o indivíduo tem dificuldade em interromper o uso, mesmo percebendo prejuízos em sua vida. Esse tipo de dependência pode ser comparado a outros comportamentos viciantes, como o jogo compulsivo, uma vez que o uso contínuo gera recompensas emocionais que

alimentam o ciclo de uso. Para lidar com isso, é necessário combinar intervenções que promovam a conscientização do problema, técnicas para limitar o uso, e, muitas vezes, o envolvimento dos pais na supervisão e na criação de um ambiente mais equilibrado no que diz respeito ao uso de tecnologias (Young; Abreu, 2019).

A importância da mediação parental nas atividades online de crianças e adolescentes destaca-se como uma medida crucial para orientar, proteger e moldar o comportamento digital de crianças e adolescentes. Estratégias como manter o computador em locais públicos da casa, ativar a função de controle parental e, principalmente, demonstrar interesse efetivo no conteúdo acessado pelos filhos tornam-se elementos fundamentais nesse contexto. Apenas limitar o tempo online não é tão eficaz quanto um monitoramento mais abrangente que busca proteger os filhos de possíveis riscos online (Schwartz; Pacheco, 2021).

A percepção das crianças sobre a orientação parental varia, mas um diálogo aberto e a presença física durante as atividades online são práticas que impactam positivamente na relação e no comportamento digital dos filhos, como destaca a pesquisa TIC Kids Online Brasil 2022 (Nic.br, 2022).

É notável que, em famílias maiores, a supervisão parental pode ser desafiadora, o que ressalta a necessidade de estratégias adaptativas para garantir uma mediação efetiva em diferentes contextos familiares. Compreender e fortalecer a influência positiva dos pais no ambiente digital é crucial para promover uma relação saudável e educativa entre os jovens e a tecnologia (Schwartz; Pacheco, 2021).

Na abordagem das complexas dinâmicas entre pais e filhos no ambiente digital, encontra-se destaque duas estratégias preponderantes de mediação parental. A mediação ativa, que envolve orientações, discussões e conversas sobre segurança online e estímulo à autonomia infantil na Internet, é associada ao aumento de oportunidades, porém, também expõe a criança a riscos online (Nic.br, 2023).

Em contraste, mediações restritivas, caracterizadas por menor exposição a riscos, devido a estratégias dos pais ou cuidadores para restringir ou limitar o uso de tecnologias digitais e internet, definir regras sobre o tempo de tela, bloquear ou monitorar o acesso a determinados conteúdos, ou estabelecer horários específicos para o uso de dispositivos eletrônicos. Essa abordagem visa controlar a exposição da criança a potenciais riscos online e ao uso excessivo de tecnologia. Essas estratégias apontam para a influência de habilidades digitais dos pais no processo de mediação e minimização de danos (Nic.br, 2023).

Carvalho (2024), além dos conceitos de mediação ativa e restritiva, descreve outro tipo de mediação, denominada como mediação acompanhada, que acontece quando os pais participam ativamente e diretamente, acompanhando ou interagindo com a criança enquanto esta utiliza a internet.

A disponibilidade física de dispositivos eletrônicos em casa é um fator que estimula o uso destes meios. A presença desses aparelhos, principalmente no quarto, facilita a utilização em maior frequência e duração. Além da disponibilidade física, os hábitos familiares também desempenham um papel crucial no estímulo do uso, ou seja, o consumo de mídias por crianças aumenta de acordo com o comportamento de seus pais (Desmurget, 2021).

Dados coletados pela TIC Kids Online Brasil em 2022, indicam que, embora os responsáveis relatem ensinar seus filhos sobre cuidados online, disparidades surgem com base na idade e escolaridade. Quanto mais jovem a criança, maior a orientação e estratégias mais avançadas são adotadas por responsáveis com maior nível educacional e habilidades digitais mais elevadas. Estes dados realçam a influência do nível de habilidade digital do responsável na eficácia da mediação parental sobre o uso de tecnologias pelos seus filhos (Nic.br, 2023).

Schwartz e Pacheco (2021) destacam que a participação ativa dos pais na seleção de sites e no acompanhamento das atividades online surge como um elemento determinante na eficácia da mediação parental em relação às mídias, revelando impactos positivos. Restringir ou proibir, por si só, indicam menor índice de efetividade na orientação de crianças e adolescentes no uso da internet. Além disso, é crucial destacar que a mediação parental não deveria se restringir à redução do tempo de exposição à internet, mas deve ser vista como uma estratégia que amplia outras atividades fundamentais para o desenvolvimento, como a prática de esportes, leitura, diálogos e inter-relacionamentos no “mundo real”. Essa abordagem ressalta a importância de um engajamento ativo dos pais desde as escolhas digitais até o acompanhamento das diversas necessidades do desenvolvimento infantil.

Nesse sentido, esse estudo foi desenvolvido a partir do seguinte problema de pesquisa: Como a mediação, crenças e práticas parentais em relação ao uso de telas influenciam o uso de mídias de seus filhos? E tem como objetivo geral: Investigar crenças e práticas de mediação parental em relação ao uso de telas por crianças e pré-adolescentes e objetivos específicos: Identificar as estratégias de mediação

parental do uso de telas, caracterizar as crenças e práticas parentais sobre o uso de telas e caracterizar como é o ambiente familiar em relação ao uso de telas.

2 JUSTIFICATIVA

Considerando que a relevância do ambiente digital na vida das novas gerações ocorre de forma crescente e que crenças e práticas parentais em relação ao uso de telas geram influências no uso de mídias dos filhos, especialmente entre crianças e adolescentes brasileiros, evidencia-se a necessidade de compreender as estratégias parentais diante desse cenário. A mediação parental emerge como elemento central nesse contexto, assumindo papel crucial na orientação, proteção e promoção de um uso seguro e benéfico do vasto universo digital disponível.

3 MÉTODO

Desenho do estudo: realizou-se um estudo piloto através de levantamento de dados online, de natureza descritiva, quantitativa e recorte transversal.

Participantes: amostra de conveniência de 79 pais ou mães com idade superior a 18 anos e que tinham filhos com idades entre 7 e 12 anos.

Procedimentos: A presente pesquisa foi submetida e aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos (CEP), sob parecer consubstanciado nº 6.817.964/2024. Os participantes acessaram o protocolo de pesquisa em local de livre escolha, por meio de dispositivo eletrônico próprio (notebook, tablet ou celular) com acesso à internet. O tempo estimado para responder aos questionários foi de 15 minutos e eles permaneceram disponíveis online por um período de 32 dias.

O convite para participar da pesquisa foi distribuído através de plataformas de mídia social, como *Instagram* e *Whatsapp*. Ao ingressar no *GoogleForms*, os participantes tiveram acesso ao Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), previamente assinado pelos pesquisadores. Subsequentemente, responderam os dois questionários que compõem esta pesquisa:

A) Questionário de Caracterização Sociodemográfica – desenvolvido pelos pesquisadores como uma ferramenta estruturada com perguntas de múltipla escolha para identificar as características sociodemográficas dos pais, abordando aspectos como idade, gênero, estado civil, etc.

B) Questionário de Caracterização de Crenças e Práticas parentais sobre o Uso de Dispositivos Eletrônicos – desenvolvido pelos pesquisadores como uma

ferramenta estruturada para compreender as crenças e práticas dos pais em relação ao uso de dispositivos eletrônicos. Composto por perguntas de múltipla escolha e escalas Likert de 0 a 5, o questionário abrange desde a análise do uso de tecnologias pelos pais até aspectos específicos das práticas parentais, crenças sobre o uso de telas e o impacto percebido do uso de tecnologias na dinâmica familiar.

A análise de dados ocorreu de forma quantitativa e com o uso de estatísticas descritivas através do pacote IBM SPSS versão 22. Este processo proporcionou uma descrição das crenças e práticas parentais em relação ao uso de telas e como esses fatores influenciam o comportamento de uso de mídias pelos seus filhos.

4 RESULTADOS

Os resultados deste estudo serão apresentados contemplando diferentes perspectivas de análise, a saber: características sociodemográficas, caracterização do uso de mídias por pais e filhos, hábitos familiares e crenças e manejos parentais em relação ao uso de telas.

Caracterização Sociodemográfica

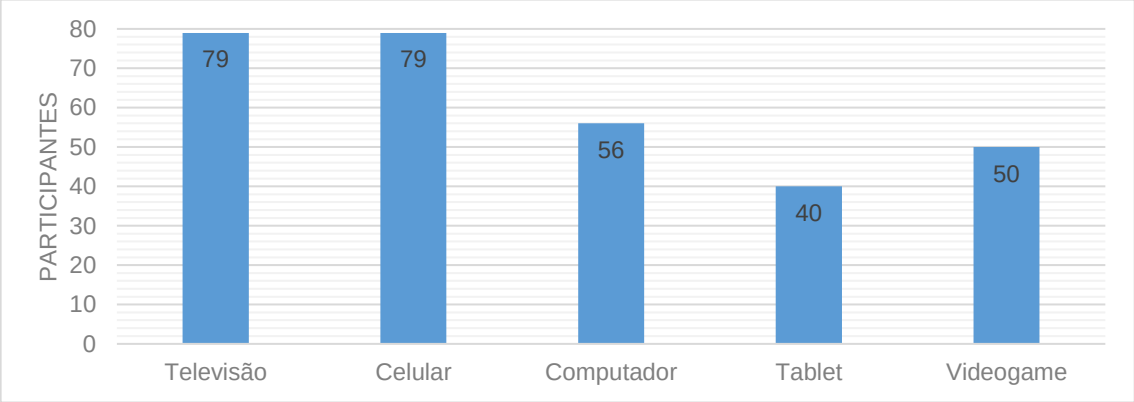
No total, 79 pessoas participaram voluntariamente da pesquisa. Destas, a maioria predominantes (88,6%) eram do sexo feminino e 11,4% do sexo masculino, sendo 81% dos participantes com união estável. Em relação à faixa etária, 45,6% tinham entre 31 e 40 anos e 34,2% com idade entre 41 e 50 anos. Quanto ao nível de escolaridade, 36,7% tinham ensino médio completo, 30,4% ensino superior completo e 21,5% pós-graduação. No que diz respeito à renda familiar, considerando-se o salário-mínimo vigente em 2024 de R$ 1412,00, 41,8% das pessoas tinham renda de 1 a 3 salários-mínimos, enquanto 38% recebiam entre 4 e 7 salários-mínimos.

A maioria dos participantes tinha 1 filho (41,8%) ou 2 filhos (41,8%). Dentre os filhos, 41,8% encontravam-se na faixa etária de 7 a 8 anos, 34,2% entre 11 e 12 anos e 24,1% entre 9 e 10 anos, 46,8% eram do sexo feminino e 46,8% do sexo masculino.

Caracterização uso de mídias dos pais

O Gráfico 1 mostra os dispositivos de mídia eletrônica disponíveis nas residências dos participantes. Todos tinham televisão e celular, 56 computadores (70,9%), 40 tablet (50,6%) e 50 videogames (63,3%). Em relação ao uso desses dispositivos, 87,3% dos pais utilizavam entre 2 e 3.

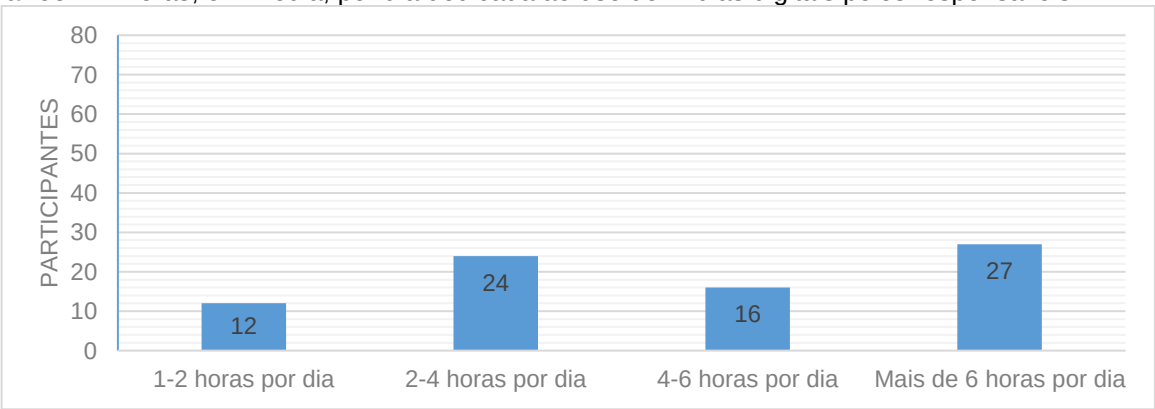
Gráfico 1 - Mídias disponíveis nas casas dos participantes da pesquisa.



Fonte: dados da pesquisa.

O Gráfico 2 apresenta o tempo médio diário (em horas) que os responsáveis dedicam ao uso de mídias digitais, como smartphones, computadores e televisão. Dentre eles, 12 (15,2%) dedicavam de 1 a 2 horas por dia ao uso de mídias, 24 (30,4%) de 2 a 4 horas, 16 (20,3%) de 4 a 6 horas e 27 (34,2%) mais de 6 horas diárias. No que se refere ao tipo de uso, 97,5% utilizavam seus dispositivos para acessar redes sociais, 60,8% para aplicativos de vídeos, 29,1% para jogos, 84,8% para sites informativos e 79,7% para conteúdos relacionados ao trabalho ou escola. Além disso, 59,5% dos participantes avaliaram seu tempo médio de uso diário como excessivo.

Gráfico 2 – Horas, em média, por dia dedicada ao uso de mídias digitais pelos responsáveis.



Fonte: dados da pesquisa.

Em relação ao uso de tecnologia pelos pais na presença dos filhos, 62% responderam que utilizavam às vezes, dependendo da situação, 35,4% utilizavam com frequência e apenas 2,5% evitavam usar tecnologias na presença dos filhos. Quanto ao momento em que costumavam utilizar dispositivos com acesso à internet, 100% dos respondentes disseram que o fazem em casa, 82,3% durante o trabalho ou

estudos, 78,5% antes de dormir, 58,2% enquanto assistem à televisão, 27,8% durante as refeições e 17,7% enquanto estão no trânsito.

Na Tabela 1 apresentam-se os principais motivos que os respondentes atribuíam ao uso de tecnologias na presença dos filhos. As respostas mais frequentes foram atreladas à necessidade de responder mensagens urgentes (30,4%), busca por entretenimento ou distração (25,3%) e o uso por ser um hábito estabelecido (20,3%).

Tabela 1 – Principais motivos para o uso de tecnologias em momentos compartilhados com os filhos.

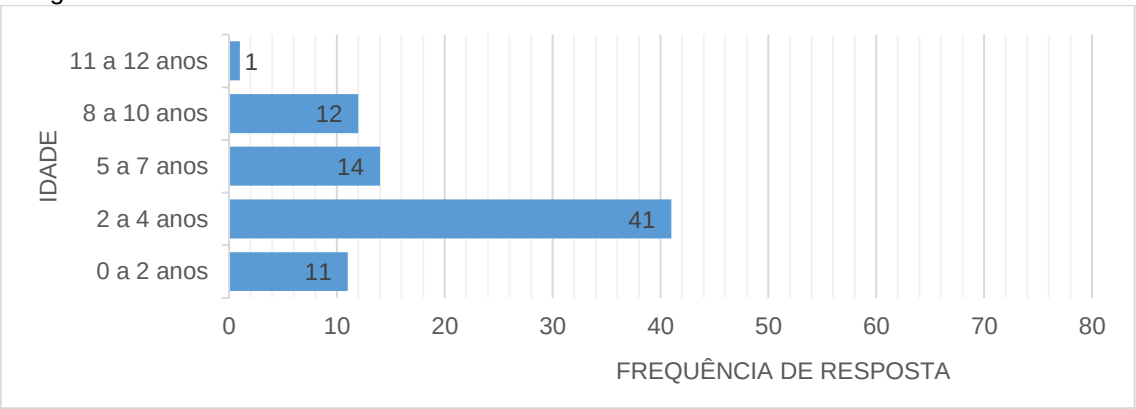
Variável	Frequência	Porcentagem
Necessidade de responder a mensagens urgentes	24	30,4
Busca por entretenimento ou distração	20	25,3
Hábito estabelecido	16	20,3
Falta de tempo para dedicar exclusivamente às atividades familiares	7	8,9
Necessidade de acompanhar notícias ou atualizações	6	7,6
Geralmente para fins relacionados a trabalho	2	1,3
Acessar alguma informação importante, google maps, app de banco e compras	1	1,3
Assistindo filme juntos	1	1,3
Curtir juntos	1	1,3
Quando vejo já estou mexendo	1	1,3
Trabalho	1	1,3
Total	79	100

Fonte: dados da pesquisa.

Caracterização uso de mídias pelos filhos

Os pais indicaram a idade em que seus filhos começaram a ter contato com recursos tecnológicos, conforme mostrado no Gráfico 3. Notou-se que 41 filhos (51,89%) iniciaram o uso entre 2 e 4 anos e 14 (17,72%) entre 5 e 7 anos. Quanto ao motivo desse primeiro contato, a maioria dos respondentes (68,4%) acreditava que foi por ser um meio de distração/diversão. Outros motivos incluíam a rotina de trabalho (11,4%), o fato de outras crianças da mesma idade possuírem tais aparelhos (10,1%), o uso como forma de controle (5,1%), a praticidade (3,8%) e para o manejo de emoções e/ou comportamentos incômodos (1,3%).

Gráfico 3 - Idade em que os filhos dos participantes da pesquisa passaram a ter contato com recursos tecnológicos.



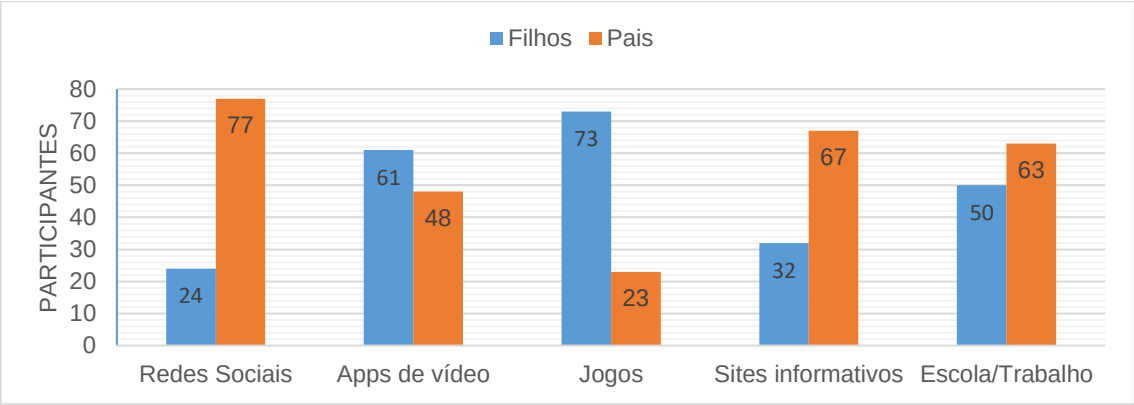
Fonte: dados da pesquisa.

Em relação a quantidade de recursos que os filhos possuíam, 44,3% tinham 2 dispositivos, 31,6% 3 dispositivos, 15,2% mais do que 3 e 8,9% apenas 1. Quanto ao tempo em que os filhos passavam utilizando mídias digitais, 69,6% passavam de 2 a 4 horas, 17,7% de 5 a 7 horas e 12,7% menos de uma hora. A maioria dos pais (59,5%) avaliaram o tempo de uso pelos filhos como excessivo.

Entre os pais, 74,7% responderam que seus filhos utilizam mídias digitais tanto para estudar quanto para lazer, enquanto 20,3% afirmaram que essas mídias são usadas apenas para lazer e 5,1% indicaram que são usadas exclusivamente para estudos. Os pais também foram questionados sobre a disponibilização de recursos tecnológicos pela escola de seus filhos: 43% responderam que não, 12,7% disseram não saber e 44,3% afirmaram que sim. No que diz respeito ao uso de recursos eletrônicos dentro do ambiente escolar, 40,5% dos pais indicaram que o uso era exclusivo para fins educacionais, 38% responderam que seus filhos não utilizam tais recursos na escola, 17,7% disseram que os filhos os utilizam para ambos os fins, e 3,8% afirmaram que os filhos usam esses recursos na escola para fins não educacionais.

Em relação aos momentos de uso, 45,6% dos pais informaram que seus filhos tinham acesso a recursos tecnológicos em casa em horários específicos, enquanto 27,8% permitiam o acesso em casa a qualquer momento. Além disso, 15,2% dos filhos tinham acesso livremente em qualquer lugar, 10,1% acesso de forma esporádica, e 1,3% raramente ou nunca acessam. Os conteúdos mais acessados pelos filhos eram jogos (73 respondentes/ 92,4%), aplicativos de vídeo (61 respondentes/ 77,2%) e atividades escolares (50 respondentes/ 63,3%). O Gráfico 4 apresenta uma comparação entre os conteúdos acessados por pais e filhos.

Gráfico 4 – Tipos de conteúdo acessados por meio de dispositivos com acesso à internet por pais e filhos.

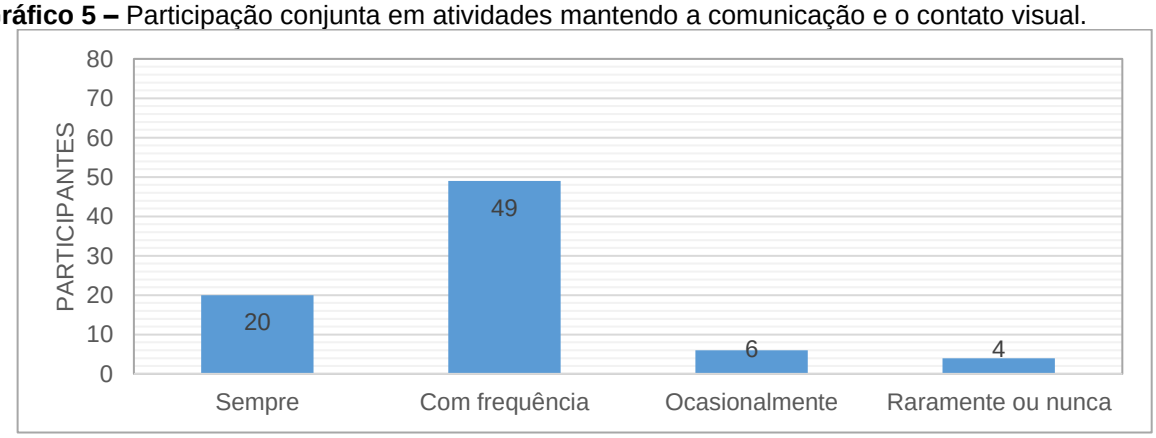


Fonte: dados da pesquisa.

Hábitos familiares

Os pais foram questionados sobre os momentos em que o uso de tecnologias era permitido em suas famílias. As respostas indicaram que 74,7% permitiam o uso após o cumprimento de tarefas domésticas ou escolares, 55,7% antes de dormir, 54,4% a qualquer momento, 50,6% enquanto realizam outra atividade, como assistir TV, 26,6% permitiam o uso sempre ou a qualquer momento e 24,1% durante as refeições. Além disso, os pais foram questionados sobre a frequência com que a família participava de atividades juntos, mantendo contato visual e conversando durante as refeições ou em outros momentos compartilhados. Nesse aspecto, 49 participantes (62%) indicaram que isso ocorre com frequência, conforme apresentado no Gráfico 5.

Gráfico 5 – Participação conjunta em atividades mantendo a comunicação e o contato visual.



Fonte: dados da pesquisa.

Em relação às atividades físicas, observou-se que 82,3% dos pais referiram que seus filhos praticavam esportes como futebol, dança, natação e luta. Quando o

foco foi em jogos que não envolviam o uso de tecnologia, como jogos de tabuleiro, cartas e educativos, 70,9% dos participantes responderam que seus filhos participavam dessas atividades, destacando-se as brincadeiras lúdicas, como desenhar ou usar a imaginação (86,1%), atividades musicais (58,2%), leitura (65,8%) e atividades ao ar livre (78,5%).

No que tange à responsabilidade pelo cuidado com a criança/adolescente, os dados revelaram que 79,7% dos cuidadores compartilhavam essa responsabilidade com outro cuidador, enquanto 20,3% assumiam o cuidado de maneira exclusiva. Isso sugere que, em grande parte das famílias, o cuidado é uma tarefa coletiva.

Em relação ao uso de dispositivos eletrônicos, 69,6% dos participantes afirmaram haver concordância entre os membros sobre as regras e práticas estabelecidas para o uso desses dispositivos pelas crianças/adolescentes. Contudo, 30,4% relataram a existência de divergências. Quanto às divergências, 17,7% dos respondentes indicaram que tais diferenças ocorriam em relação ao parceiro/parceira, 11,4% com os avós e 3,8% com os tios/tias.

Crenças e manejos parentais em relação ao uso de telas

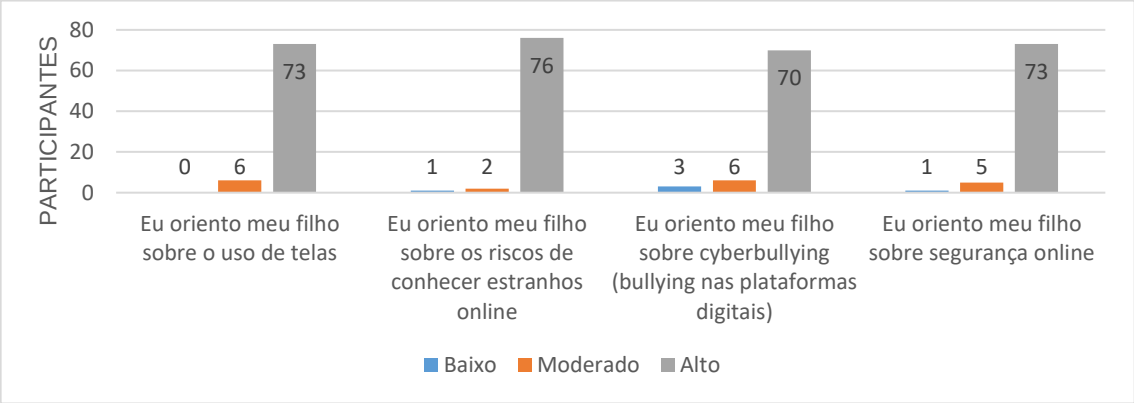
Os dados fornecidos revelaram práticas de cuidado familiar e mediação parental relacionadas ao uso de tecnologia por crianças e adolescentes. Ao analisar as práticas mais utilizadas pelas famílias, observou-se que a conversa com o filho foi amplamente relatada (53,2%). Outras práticas como "Estabelecer acordos" e "Elogiar o comportamento do filho" também foram frequentemente referidas, mas de maneira menos predominante, com 29,1% e 45,6%, respectivamente.

A retirada de privilégios, como a restrição ao uso de dispositivos eletrônicos, surgiu como uma medida relativamente comum, sendo a prática mais importante para 30,4% dos respondentes. A punição física, por outro lado, mostrou-se como uma estratégia menos adotada, com 59,5% das famílias indicando que esta prática ocupa a última posição em termos de frequência de uso.

Perguntas de avaliação subjetiva foram elaboradas para se avaliar crenças e práticas parentais sobre o uso de telas. Para cada uma das afirmações, os respondentes deveriam escolher a resposta que melhor o descrevesse, em uma escala likert de 0 a 5 pontos. Os dados obtidos foram categorizados para apresentação em 3 níveis de concordância: baixa (0 e 1), moderada (2 e 3) e alta (4 e 5).

A maioria dos pais desta amostra referiram adotar práticas de mediação parental ativas em relação ao uso de telas e segurança online. A orientação sobre o uso de telas (73 respondentes/ 92,4%), os riscos de conhecer estranhos online (76 respondentes/ 92,4%), o cyberbullying (70 respondentes/ 88,06%) e a segurança online (73 respondentes/ 92,4%) foi relatada de forma frequente pelos participantes (Gráfico 6).

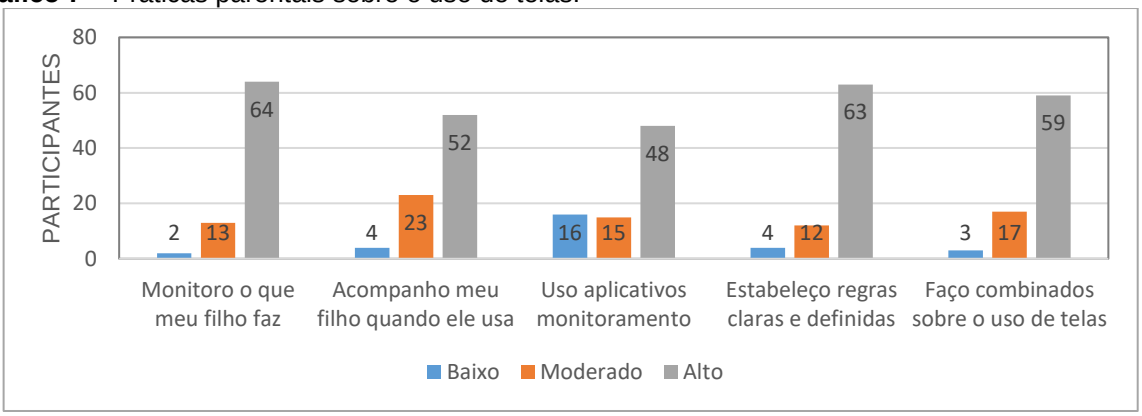
Gráfico 6 – Orientação parental quanto ao uso de telas.



Fonte: dados da pesquisa.

A maioria dos pais também relataram alta concordância quanto a utilizar práticas de controle e monitoramento ativas, com destaque para o monitoramento do que os filhos fazem (64 respondentes/ 81,01%), estabelecer regras claras (63 respondentes/ 79,74%), fazer combinados sobre o uso de telas (59 respondentes/ 74,68%), acompanhamento do uso de dispositivos (52 respondentes/ 65,82%) e o uso de aplicativos de monitoramento (48 respondentes/ 60,75%) (Gráfico 7).

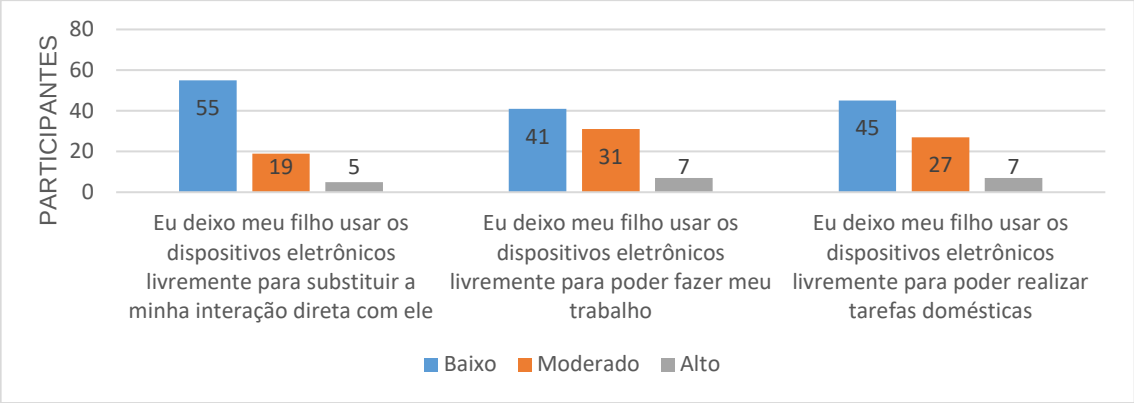
Gráfico 7 – Práticas parentais sobre o uso de telas.



Fonte: dados da pesquisa.

Em relação ao uso de dispositivos eletrônicos como substituto de interações ou para permitir que os pais realizem outras atividades (Gráfico 8), 55 pais (69,6%) relataram baixo uso para substituir a interação direta com os filhos, 41 (51,9%) para realizar seu trabalho e 45 (57%) para realizar tarefas domésticas.

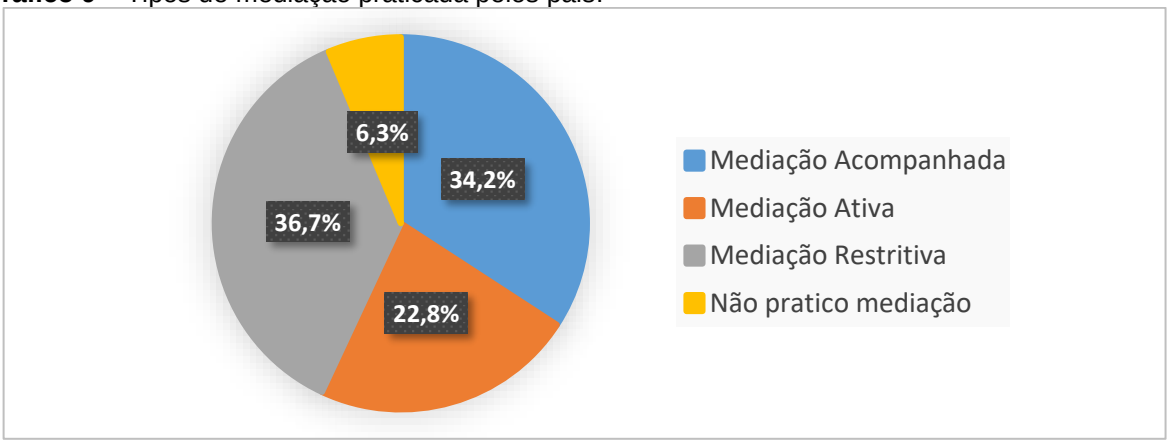
Gráfico 8 – Permissão parental para o uso de dispositivos eletrônicos em situações específicas.



Fonte: dados da pesquisa.

No que diz respeito à mediação parental do uso de telas (Gráfico 9), a maioria dos pais referiu adotar uma mediação restritiva (36,7%), seguida pela mediação acompanhada (34,2%) e ativa (22,8%). Apenas 6,3% dos pais indicam não praticar nenhum tipo de mediação.

Gráfico 9 – Tipos de mediação praticada pelos pais.



Fonte: dados da pesquisa.

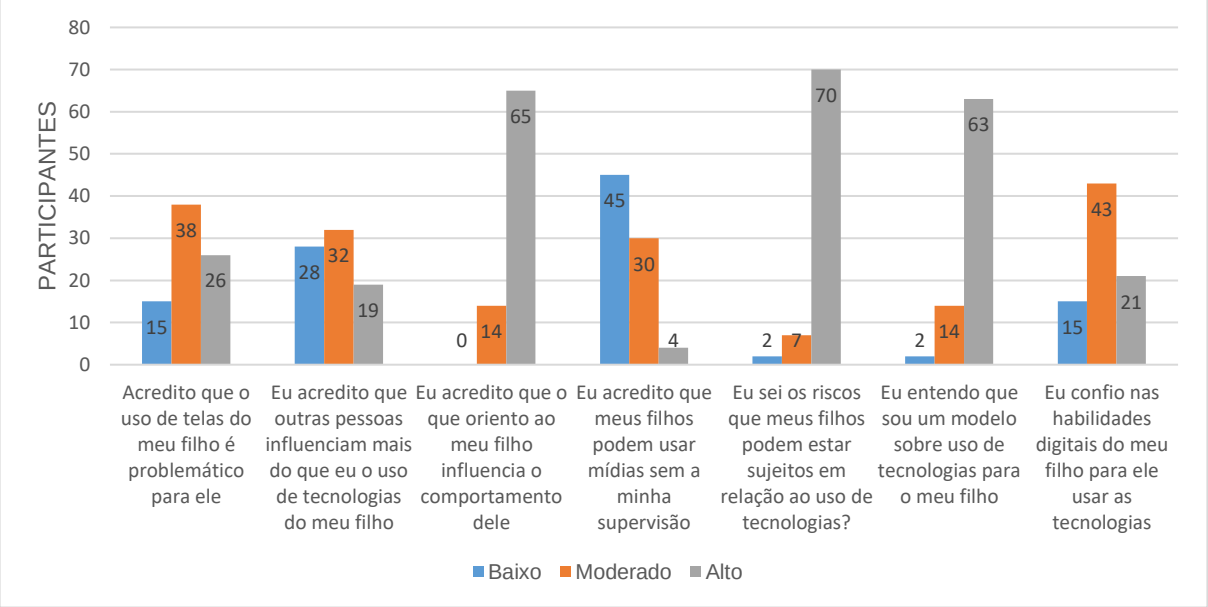
Quando as crianças ou adolescentes demonstravam irritação em função do uso de telas ou sua restrição, a maioria dos pais acreditava que escutar e validar os sentimentos (94,9%), explicar as razões por trás das restrições (98,7%) e reforçar os combinados (97,5%) eram as condutas mais adequadas. Oferecer alternativas de atividades offline também foi uma prática valorizada, com 87,3% dos pais afirmando

que utilizam esta estratégia. Por outro lado, o uso de punição física foi rejeitado pela grande maioria, com 88,6% dos respondentes declarando que não a utilizam.

Entre participantes, 38 (48,1%) acreditavam que o uso de telas pelos filhos era moderadamente problemático, enquanto 26 (32,9%) consideravam esse problema alto. Sobre a influência de terceiros no uso de tecnologias, 32 (40,5%) concordaram moderadamente, enquanto 28 (35,4%) acreditam que outras pessoas, que não os pais, exerciam uma baixa influência sobre o uso de tecnologias do filho.

Quanto às crenças parentais, 65 (82,3%) dos pais acreditavam que a orientação dada aos filhos influenciava significativamente seu comportamento. Além disso, 70 pais (88,6%) concordaram que sabiam os riscos que os filhos podem estar sujeitos ao usar tecnologias. Por fim, 63 (79,7%) participantes viam-se como modelos no uso de tecnologias e 54,4% tinham confiança moderada nas habilidades digitais dos filhos.

Gráfico 10 – Crenças parentais acerca do uso de telas por seus filhos.



Fonte: Dados da pesquisa.

5 DISCUSSÃO

Os resultados deste estudo forneceram um panorama amplo sobre as características sociodemográficas dos participantes, o uso de mídias digitais pelos pais e filhos e as práticas de mediação parental. A partir dos dados coletados, algumas reflexões e análises podem ser feitas para compreender melhor o impacto das mídias digitais no ambiente familiar e o papel dos pais na mediação desse uso.

A caracterização sociodemográfica dos participantes revelou que a maioria dos respondentes eram mulheres, com idades variando predominantemente entre 31 e 40 anos e que estavam união estável, sendo que a maioria dos filhos se encontravam na faixa etária de 7 a 8 anos. Esses dados refletem o papel tradicionalmente desempenhado pela mãe no processo de desenvolvimento e cuidado da criança, visto que as mulheres tendem a se envolver mais intensamente no cuidado e instrução das atividades dos filhos (Almeida, 2007). Segundo Cardoso e Baptista (2020), este perfil sociodemográfico reflete uma faixa etária parental que tende a estar mais envolvida na socialização dos filhos e presente no desenvolvimento de habilidades interpessoais e na introdução de comportamentos adequados.

A maioria dos participantes do estudo tinham um nível educacional relativamente elevado e boa parte tinha renda familiar entre 4 e 7 salários-mínimos, com base no salário-mínimo de R$ 1412,00 vigente em 2024. Observações de Livingstone e Kardefelt-Winther (2020) sugerem que as famílias com maior nível de escolaridade e renda, tendem a possuir mais recursos e conhecimentos para orientar adequadamente seus filhos no uso da internet e de tecnologias digitais. Essas famílias, por terem maior acesso à informação, suporte educacional e ferramentas tecnológicas, tendem a estar em uma posição mais favorável para mediar o uso de tecnologias, em comparação com famílias de menor renda, que podem enfrentar mais desafios nesse aspecto.

Câmara *et al*. (2020) observam que a percepção dos pais sobre o uso de tecnologias na infância está associada a uma crescente dependência das telas pelas crianças, o que gera preocupações sobre os impactos desse uso no desenvolvimento biopsicossocial das crianças.

Os dados indicaram que a maioria das crianças iniciou o contato com tecnologias digitais em idades muito precoces (2 a 4 anos de idade) e, principalmente, como meio de distração. Além disso, apenas 2,5% dos pais afirmaram evitar o uso de tecnologias na presença dos filhos, sendo ainda que 100% dos participantes disseram utilizar dispositivos com acesso à internet em casa. Este achado se alinha com o que foi discutido por Lauricella, Wartella e Rideout (2015), que destacam o "efeito espelho" na relação entre as práticas digitais dos pais e dos filhos. Ademais, a tendência de os pais utilizarem dispositivos como meio de manter os filhos ocupados, reflete uma prática comum na contemporaneidade, onde os dispositivos digitais são

frequentemente introduzidos para facilitar a gestão do tempo dos pais e a necessidade de distração das crianças (Desmurget, 2021).

Notou-se, ainda, na presenta amostra, uma ampla disponibilidade de dispositivos eletrônicos nas residências dos participantes, com destaque para a presença universal de televisões e celulares. Essas tecnologias, segundo Abreu (2019, p. 103), “estão tão presentes na vida cotidiana que são consumidas de forma ampla e irrestrita por crianças e jovens de todo o mundo.”

Isso sugere que as famílias, especialmente as da era digital, estão imersas em um ambiente mediado pela tecnologia, onde os dispositivos eletrônicos não só oferecem entretenimento, mas também atuam como ferramentas essenciais para trabalho, educação e socialização. A partir disso, Rich, Tsappis e Kavanaugh (2019), apontam que muitas vezes os pais encorajam seus filhos ao uso de tecnologia digital, com o objetivo de aprimorar seu desempenho nas atividades escolares, que cada vez mais exigem pesquisas online, além de prepará-los para um futuro profissional predominantemente digital.

No entanto, muitos expressam preocupações sobre a quantidade de tempo que os filhos passam em smartphones e laptops, em detrimento da interação com o “mundo real”. Tal informação vai de encontro aos dados coletados na pesquisa, onde o tempo de uso de mídias digitais pelos filhos foi considerado excessivo por grande parte dos pais. Curiosamente, muitos desses pais também estão constantemente conectados, e ao manifestarem suas preocupações, as crianças podem perceber essa contradição nas regras estabelecidas, levando a um desinteresse em seguir as orientações dos pais (Rich; Tsappis; Kavanaugh, 2019).

A elevada utilização de múltiplos dispositivos pelos pais, com uma significativa parcela dedicando mais de seis horas diárias a mídias digitais, aponta para um consumo muito frequente de plataformas digitais, o que poderia levar a um possível padrão de dependência. Conforme escrito por Young e Abreu (2019), a dependência de mídias eletrônicas vai além do simples uso excessivo e tem como característica a perda de controle, em que o indivíduo tem dificuldade de interromper o uso, mesmo percebendo os prejuízos em sua vida.

De acordo com Rich, Tsappis e Kavanaugh (2019), essa alta exposição a mídias digitais pelos adultos não apenas reflete um uso potencialmente excessivo, mas também influencia diretamente as práticas parentais adotadas com os filhos. Uma vez que os pais funcionam como modelos comportamentais, o acesso das crianças

às mídias digitais, seja livre ou em horários específicos, pode ser um reflexo das próprias rotinas digitais dos adultos. A mediação e a supervisão dos pais, entretanto, são fundamentais para evitar que os filhos sigam um padrão de consumo excessivo.

Esse cenário é especialmente relevante diante das recomendações da literatura, que frequentemente apontam os riscos associados ao uso excessivo de telas, como “fatores da personalidade (emoção negativa, baixa autoestima, solidão), fatores sociais (falta de apoio dos pais) e fatores digitais (tamanho da tela, jogos, contato social)” (Shin, 2019, p. 43). Além disso, a incapacidade de autorregulação torna esse público vulnerável ao uso prolongado desses dispositivos, levando a impactos negativos (Shin, 2019). Bee (1997) e Oliveira (2011), em seus estudos sobre o desenvolvimento infantil, destacaram a importância do ambiente na harmonização entre o desenvolvimento cognitivo, emocional e social da criança. Quando esse ambiente é dominado pelo uso excessivo de tecnologias, podem ocorrer impactos negativos na socialização e no desenvolvimento emocional.

A partir destes resultados, é importante destacar que tanto no Brasil quanto em outros países, várias organizações públicas e privadas emitem orientações sobre os riscos do uso excessivo de telas e recomendando práticas de moderação. A Sociedade Brasileira de Pediatria, por exemplo, sugere que crianças com menos de 2 anos não sejam expostas a telas, enquanto para aquelas entre 2 e 5 anos, o tempo deve ser limitado a no máximo uma hora por dia. Crianças de 6 a 10 anos devem utilizar dispositivos digitais por, no máximo, uma a duas horas diárias, e adolescentes entre 11 e 18 anos não devem exceder três horas de uso por dia, incluindo o tempo com videogames (SBP, 2024).

Os pais que responderam essa pesquisa foram questionados sobre os momentos em que o uso de tecnologias era permitido em suas famílias. As respostas indicaram que a maioria permitia o uso após o cumprimento de tarefas domésticas ou escolares, além de antes de dormir e enquanto realizam outras atividades. Uma parcela significativa permitia o uso em qualquer momento ou até mesmo durante as refeições. Esse padrão de uso contrasta com as orientações da Caderneta da Criança, que sugere que crianças de até 10 anos não tenham televisão ou computador nos quartos e que o uso de smartphones seja evitado antes dos 12 anos. Essas orientações visam reduzir os potenciais efeitos negativos do tempo excessivo de tela sobre o desenvolvimento infantil (Brasil, 2024).

O fato de uma maioria dos filhos utilizar tecnologias predominantemente para jogos e vídeos, enquanto atividades escolares ocupam um terceiro lugar em termos de frequência de uso, também revela a predominância do entretenimento em detrimento de funções educativas. O tempo gasto gera impactos negativos, podendo interferir em áreas importantes da vida, como o desempenho escolar, as interações familiares e as amizades presenciais (Young; Abreu, 2019).

Apesar das considerações anteriores, é importante destacar o investimento governamental em tecnologias para estudo. Um levantamento realizado pelo Comitê Gestor da Internet no Brasil (2023) revelou dados sobre a presença e o uso de tecnologias nas escolas brasileiras, que se relacionam com as percepções dos pais sobre o uso de mídias digitais por seus filhos. Embora a maioria das instituições de Ensino Fundamental e Médio do Brasil esteja conectada à Internet, aproximadamente metade delas disponibiliza computadores e conectividade para os alunos. Esse dado está em consonância com a visão dos pais, já que quase metade da amostra relatou que as escolas de seus filhos oferecem recursos tecnológicos.

Além disso, com a pandemia de Covid-19, houve uma intensificação do uso de telas, tanto para o lazer quanto para a educação, com o isolamento social forçando a adaptação de muitas atividades ao ambiente virtual. O fechamento de escolas e a adoção do ensino remoto resultaram em um aumento significativo do tempo que as crianças passaram em frente às telas, tanto para fins educacionais quanto recreativos. Com o retorno das atividades presenciais, após a fase crítica da pandemia, as famílias e educadores enfrentam ainda o desafio de redefinir o uso da tecnologia na rotina das crianças (Santos; Lima, 2023).

A mediação parental no uso de tecnologias foi outro ponto crucial abordado na pesquisa. Observou-se que, apesar de muitos pais reconhecerem o tempo de uso como excessivo, as estratégias de mediação variaram consideravelmente. Alguns pais adotavam medidas restritivas, como limitar o acesso a determinados horários ou contextos, enquanto outros permitiam o uso mais livre. Isso reflete a discussão apresentada por Schwartz e Pacheco (2021), que destacam que estratégias restritivas, embora protejam contra riscos imediatos, podem também limitar as oportunidades de aprendizado e desenvolvimento de autonomia digital. Por outro lado, a mediação ativa, que inclui orientar e acompanhar o uso das mídias, tende a ser mais eficaz em promover um uso mais saudável e consciente, embora exponha as crianças a certos riscos online (Nic.br, 2023).

A alta concordância dos respondentes sobre comportamentos de orientação e educação digital, riscos de conhecer estranhos online, o cyberbullying e a segurança online, ressaltam a necessidade de estratégias eficazes para lidar com os desafios impostos pela tecnologia. Para enfrentar esses problemas, é essencial combinar intervenções que promovam a conscientização, técnicas para limitar o uso de dispositivos e, principalmente, o envolvimento dos pais na supervisão. A criação de um ambiente mais equilibrado em relação ao uso de tecnologias é fundamental (Young; Abreu, 2019). Todavia, cabe ressaltar que a orientação pode não ser suficiente, quando os modelos de comportamentos contradizem o que é orientado (Bandura, 2011). Nesse sentido, este estudou apontou que os respondentes avaliaram como excessivo tanto seu próprio uso, quanto o dos filhos.

A mediação restritiva, adotada por 36,7% dos pais participantes, envolve a imposição de limites claros e regras específicas sobre o tempo de uso, os conteúdos acessados e os contextos em que as tecnologias podem ser utilizadas pelas crianças. Essa abordagem visa minimizar a exposição a conteúdos inadequados e reduzir os riscos associados ao uso indiscriminado da internet. Conforme destacado por Desmurget (2021), embora a mediação restritiva possa ser eficaz na redução do tempo de exposição às telas e na proteção contra conteúdos potencialmente nocivos, ela também pode limitar as oportunidades de aprendizado e desenvolvimento de habilidades digitais essenciais no mundo contemporâneo. Além disso, restrições excessivas podem gerar conflitos entre pais e filhos e estimular comportamentos de uso oculto ou não supervisionado das tecnologias.

Schwartz e Pacheco (2021) apontam que estratégias restritivas isoladas tendem a ser menos eficazes quando não acompanhadas de orientações e diálogos que auxiliem a criança a compreender os motivos por trás das restrições. Portanto, embora necessárias em certos contextos, as medidas restritivas devem ser equilibradas com outras formas de mediação para promover um uso saudável e construtivo das tecnologias.

A mediação ativa, referida por 22,8% dos pais na pesquisa, segundo Maidel e Vieira (2015), abrange tanto a comunicação com a criança quanto a promoção de reflexão, esclarecimento e compreensão sobre seu uso da internet, incluindo a avaliação crítica dos meios digitais. Observa-se ainda que a prática de conversa e diálogo recebeu destaque nas respostas coletadas com 53,2% dos pais referindo adotá-la. Dessa forma, ao engajar em diálogos abertos sobre o uso das mídias digitais,

os pais não apenas transmitem conhecimentos e valores, mas também estimulam o desenvolvimento de habilidades críticas e reflexivas nos filhos.

A mediação ativa está associada a um aumento das oportunidades de aprendizagem e à promoção da autonomia digital das crianças. No entanto, essa forma de mediação também pode expor os jovens a certos riscos online, especialmente se não houver um monitoramento adequado e uma orientação consistente sobre a identificação e gestão desses riscos (Nic.br, 023).

A eficácia da mediação ativa está intimamente ligada ao nível de letramento digital dos pais. Brito e Dias (2017) ressaltam que pais com maior competência digital estão mais aptos a orientar e apoiar efetivamente seus filhos no ambiente online, enquanto pais com habilidades digitais limitadas podem enfrentar desafios na implementação dessa estratégia de mediação.

A mediação acompanhada, praticada por 34,2% dos pais desta amostra, envolve a coparticipação nas atividades digitais, onde pais e filhos utilizam juntos os dispositivos e exploram conteúdo online de forma compartilhada. Essa estratégia permite que os pais monitorem diretamente o que os filhos estão acessando, ao mesmo tempo em que fortalecem os laços familiares através de atividades conjuntas. Conforme discutido por Lauricella, Wartella e Rideout (2015), a mediação acompanhada favorece a construção de um ambiente digital seguro e educativo, onde os pais podem modelar comportamentos apropriados e guiar as interações online dos filhos de maneira imediata e contextualizada. Essa prática também promove oportunidades para discussões sobre os conteúdos acessados e para o desenvolvimento de habilidades digitais em conjunto.

Entretanto, a viabilidade da mediação acompanhada pode ser afetada por fatores como disponibilidade de tempo dos pais e interesse compartilhado nos mesmos conteúdos. Desmurget (2021) observa que na dinâmica familiar moderna, conciliar horários e interesses pode ser desafiador, tornando essa forma de mediação menos frequente ou consistente.

A pesquisa revelou que o uso de mídias digitais pelos pais na presença dos filhos era comum, com 35,4% dos respondentes admitindo o uso frequente desses dispositivos na presença das crianças. Esse comportamento pode se relacionar as observações de Lauricella, Wartella e Rideout (2015), que identificam um forte impacto do comportamento digital dos pais nas práticas adotadas pelos filhos. Isso sugere que, para uma mediação parental eficaz, os pais precisam estar conscientes

de seu próprio comportamento digital, pois ele serve de modelo para os filhos, conforme postulado por Bandura (2001) em sua teoria da aprendizagem social.

Na discussão sobre a mediação parental no uso de tecnologias, é relevante considerar a dinâmica familiar e as práticas educativas adotadas pelos pais. Observou-se que a concordância entre cuidadores sobre as regras e práticas para o uso de dispositivos eletrônicos variava. Embora muitos pais compartilhassem um entendimento comum, existiam divergências significativas, especialmente com parceiros e outros familiares, o que pode impactar a consistência das regras aplicadas (Maidel; Vieira, 2015).

Em relação às práticas educativas, a retirada de privilégios, como a limitação do uso de dispositivos, foi uma estratégia frequentemente referida pelos pais. Em contraste, a punição física foi raramente relatada, sendo considerada uma abordagem menos comum. Quando as crianças ou adolescentes expressam irritação devido às restrições, a maioria dos pais refere escutar e validar os sentimentos, explicar as razões por trás das regras e reforçar os combinados. Quanto às restrições de tempo em frente a telas, Dunckley (2019) destaca melhoras em termos de cognição, habilidades sociais, apego e regulação emocional.

Dessa forma, os dados obtidos apontaram para a prevalência de estratégias parentais que priorizam o diálogo e a orientação no uso de dispositivos eletrônicos. A adoção de medidas como a explicação das razões por trás das restrições e a oferta de alternativas saudáveis, especialmente diante de reações negativas das crianças, podem refletir uma postura mais consciente e educativa. Assim, fica evidente que a busca por um equilíbrio entre a supervisão e a promoção da autonomia digital está diretamente relacionada às crenças e comportamentos parentais e em conformidade aos relatos (Young; Abreu, 2019).

Os dados da presente pesquisa indicaram um equilíbrio saudável entre atividades digitais e não digitais para as crianças. A maioria dos pais informou que seus filhos participam ativamente de esportes, jogos não tecnológicos e brincadeiras lúdicas, com destaque para a alta adesão a atividades criativas como desenhar. A participação em música e leitura foi significativa, e as atividades ao ar livre comuns, sugerindo a presença de atividades que não envolvem o uso de tecnologias na rotina dessas crianças/adolescentes. Abreu (2019) destaca a importância da promoção de atividades familiares e ao ar livre como uma estratégia eficaz na prevenção da dependência da internet e sugere a criação de um inventário detalhado das atividades

diárias, incluindo desde rotinas básicas como alimentação e sono, até hobbies e esportes.

Além disso, a interação familiar frequente durante refeições e outros momentos reforçam um possível ambiente positivo e comunicativo, contribuindo para um desenvolvimento equilibrado. Abreu (2019) enfatiza que a interação constante entre crianças e seus cuidadores é essencial para o desenvolvimento adequado do vocabulário infantil que se expande proporcionalmente ao tempo dedicado pelos pais a essa integração.

Outro aspecto relevante é que, embora os pais possam ter conhecimentos sobre práticas adequadas de supervisão e mediação do uso de telas (habilidades), muitos podem enfrentar dificuldades para colocar esses conhecimentos em prática de forma efetiva (competência), o que pode explicar a discrepância encontrada entre crenças e práticas parentais na mediação e supervisão do uso de telas (Del Prette, Del Prette, 2017).

Vale ressaltar que pesquisas podem estar sujeitas a enviesamento e desejabilidade social. O enviesamento de respostas pode influenciar a forma como os pais relatam as atividades de seus filhos, especialmente em contextos em que há uma expectativa social de que os filhos estejam engajados em atividades produtivas e enriquecedoras. A desejabilidade social pode levar os pais a superestimarem a frequência de participação em atividades consideradas positivas, para alinhar suas respostas com o que seria socialmente valorizado. Além disso, o enviesamento pode ocorrer quando os pais, intencionalmente ou não, ajustam suas respostas para refletir um ideal de parentalidade que é bem-visto socialmente (Almiro, 2017).

6 CONCLUSÃO

A análise realizada deste trabalho revelou a importância da mediação parental no uso de telas por crianças e pré-adolescentes. Os dados encontrados na literatura indicam que a introdução precoce das mídias digitais na vida das crianças pode resultar em riscos significativos, como a exposição a conteúdos inadequados e comportamentos online inseguros. Essa preocupação é reforçada pela evidência de que a maioria dos pais reconheceu o seu uso excessivo de tecnologias, bem como de seus filhos, mas as estratégias de mediação adotadas variam consideravelmente.

Os resultados indicam a predominância de estratégias de mediação que incluem tanto abordagens restritivas quanto práticas de mediação ativa. No entanto,

a eficácia dessas estratégias está ligada à capacidade dos pais de promover um diálogo aberto sobre o uso seguro e responsável das mídias digitais. Além disso, o papel dos pais como modelos comportamentais é fundamental, uma vez que seu próprio uso de dispositivos impacta diretamente as práticas adotadas pelos filhos.

Em síntese, os resultados da pesquisa evidenciam a necessidade de uma abordagem equilibrada na mediação do uso de tecnologias digitais, que considere tanto as oportunidades quanto os riscos. A literatura destacou a importância da mediação parental para garantir que o ambiente digital contribua positivamente para o desenvolvimento infantil, promovendo habilidades sociais, cognitivas e emocionais essenciais para a inserção na sociedade.

Como limitações deste estudo, aponta-se o seu número de participantes reduzido e o viés de amostra, sugerindo cautela quanto à generalização dos dados. Em relação aos desdobramentos, os dados da pesquisa sugerem que ainda é necessário ampliar o conhecimento acerca das crenças e práticas parentais, incluindo a supervisão e mediação do uso de telas e seus impactos no desenvolvimento infanto-juvenil.

REFERÊNCIAS

ABREU, Cristiano Nabuco. Entendendo o impacto cognitivo da dependência de internet em adolescentes. *In*: YOUNG, Kimberly S.; ABREU, Cristiano Nabuco. **Dependência de internet em crianças e adolescentes:** fatores de risco, avaliação e tratamento. Porto Alegre: Grupo A, 2019. p. 103-124. Disponível em: https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788582715321/. Acesso em: 25 set. 2024.

ALMEIDA, Leila Sanches. Mãe, cuidadora e trabalhadora: as múltiplas identidades de mães que trabalham. **Revista do Departamento de Psicologia**. UFF, v. 19, n. 2, p. 411–422, jul. 2007. DOI: 10.1590/S0104-80232007000200011. Disponível em: https://www.scielo.br/j/rdpsi/a/chXjpfGr4HKSHFw4BJzrvFG/#. Acesso em: 25 set. 2024.

ALMIRO, Pedro Armelim. Uma nota sobre a desejabilidade social e o enviesamento de respostas. **Avaliação Psicológica**, *[s.l.],* v. 16, n. 3, p. 1-10. 2017. DOI: 10.15689/ap.2017.1603.ed. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-04712017000300001&lng=pt&nrm=iso&tlng=pt. Acesso em: 15 set. 2024.

BANDURA, Albert. Social cognitive theory of mass communication. **Mediapsychology**, *[s.l.],* v. 3, p. 265–299. 2001. Disponível em: http://cogweb.ucla.edu/crp/Media/Bandura_01.pdf. Acesso em: 28 fev. 2024.

BEE, Helen. **O ciclo vital**. Porto Alegre: Artmed, 1997.

BRASIL. **Caderneta da Criança:** passaporte da cidadania. 7. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2024. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/caderneta_crianca_menina_passaporte_cidadania_7ed.pdf. Acesso em: 15 set. 2024.

BRITO, Rita; DIAS, Patrícia. Crianças até 8 anos e tecnologias digitais no lar: os pais como modelos, protetores, supervisores e companheiros. **OBS***, Lisboa, v. 11, n. 2, p. 72-90, jun. 2017. Disponível em: https://scielo.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1646-59542017000200005. Acesso em: 29 fev. 2024.

CÂMARA, Hortência Veloso *et al*. Principais prejuízos biopsicossociais no uso abusivo da tecnologia na infância: percepções dos pais. **Revista Multidisciplinar em Psicologia**, *[s.l.],* v. 14, n. 51, p. 366-379, jul. 2020. Disponível em: https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/2588. Acesso em: 11 set. 2024.

CARDOSO, Hugo Ferrari; BAPTISTA, Makilim Nunes. Família e intergeracionalidade. *In:* TEORODO, Maycoln Leôni Martins; BAPTISTA, Makilim Nunes (org.). **Psicologia de família:** teoria, avaliação e intervenção. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2020, p. 4-14. Disponível em: https://integrada.minhabiblioteca.com.br/books/9788582716038. Acesso em: 28 fev. 2024.

CARVALHO, Célia Regina. Crianças, tecnologias móveis e a mediação parental. **Revista Educação em Questão**, *[s.l.]*, v. 62, n. 71, p. 1-23, 2024. DOI: 10.21680/1981-1802.2024v62n71ID34147. Disponível em: https://periodicos.ufrn.br/educacaoemquestao/article/view/34147/18296. Acesso em: 20 fev. 2024.

COMITÊ GESTOR DA INTERNET NO BRASIL. **Conectividade nas escolas brasileiras aumenta após a pandemia, mas faltam dispositivos para acesso à Internet pelos alunos, revela TIC Educação 2022**. São Paulo: CGI.br, 2023. Disponível em: https://cetic.br/pt/noticia/conectividade-nas-escolas-brasileiras-aumenta-apos-a-pandemia-mas-faltam-dispositivos-para-acesso-a-internet-pelos-alunos-revela-tic-educacao-2022/. Acesso em: 16 set. 2024.

DEL PRETTE, Almir; DEL PRETTE, Zilda Aparecida Pereira. **Competência Social e Habilidades Sociais:** Manual Teórico-prático. Petrópolis: Editora Vozes, 2017.

DESMURGET, Michel. **A fábrica de cretinos digitais:** os perigos das telas para nossas crianças. São Paulo: Vestígio, 2021.

DESSEN, Maria Auxiliadora; POLONIA, Ana da Costa. A família e a escola como contextos de desenvolvimento humano. **Paidéia,** Ribeirão Preto, v. 17, n. 36, p. 21-32, abr. 2007. Disponível em: https://www.scielo.br/j/paideia/a/dQZLxXCsTNbWg8JNGRcV9pN/. Acesso em: 28 fev. 2024.

DUNCKLEY, Victoria. Síndrome da tela eletrônica: prevenção e tratamento. *In:* YOUNG, Kimberly S.; ABREU, Cristiano Nabuco. **Dependência de internet em crianças e adolescentes:** fatores de risco, avaliação e tratamento. Porto Alegre: Grupo A, 2019. p. 213-241. Disponível em:

https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788582715321/. Acesso em: 25 set. 2024.

GRIZÓLIO, Talita Cristina; SCORSOLINI-COMIN, Fabio. Como a mediação parental tem orientado o uso de internet do público infanto-juvenil? **Psicologia Escolar e Educacional**, *[s.l.],* v. 24, p. 1-10. 2020. Disponível em: https://www.scielo.br/j/pee/a/4QC6tCJ3Tw4NRtZqM7vSXxQ/#. Acesso em: 06 mar. 2024.

LA TAILLE, Yves de; OLIVEIRA, Marta Kohl de; DANTAS, Heloysa. **Piaget, Vygotsky, Wallon:** teorias psicogenéticas em discussão. 25.ed. São Paulo: Summus, 1992.

LAURICELLA, Alexis; WARTELLA, Ellen; RIDEOUT, Victoria. Young children's screen time: The complex role of parent and child factors. **Journal of Applied Developmental Psychology**, [*s.l.*], v. 36, p. 11-17, 2015. Disponível em: Young children's screen time: The complex role of parent and child factors - ScienceDirect. Acesso em: 11 out. 2024.

LIVINGSTONE, Sonia; KARDEFELT-WINTHER, Daniel. **Global Kids Online:** das evidências ao impacto. Pesquisa sobre o uso da Internet por crianças e adolescentes no Brasil: TIC Kids Online Brasil 2019. 2020. Disponível em: https://cetic.br/media/docs/publicacoes/2/20201123093630/executive_summary_ict_kids_online_2019.pdf. Acesso em: 11 set. 2024.

MAIDEL, Simone; VIEIRA, Mauro Luis. Mediação parental do uso da internet pelas crianças. **Psicol. rev.**, Belo Horizonte, v. 21, n. 2, p. 293-313, ago. 2015. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-11682015000200006. Acesso em: 06 mar. 2024.

NIC.BR. **Pesquisa sobre o uso da internet por crianças e adolescentes no Brasil:** TIC Kids Online Brasil 2022. 1. ed. São Paulo: Comitê Gestor da Internet no Brasil, 2023. Disponível em: https://cetic.br/media/docs/publicacoes/1/20230825142135/tic_kids_online_2022_livro_eletronico.pdf. Acesso em: 20 fev. 2024.

OLIVEIRA, Marta Kohl. **Vygotsky**: aprendizado e desenvolvimento, um processo sócio-histórico. 1. ed. São Paulo: Scipione, 2011.

PRATTA, Elisângela Maria Machado; SANTOS, Manoel Antônio. Família e adolescência: a influência do contexto familiar no desenvolvimento psicológico de seus membros. **Psicol. estud.**, Maringá, v. 12, n. 2, p. 247-256, ago. 2007. Disponível em: https://www.scielo.br/j/pe/a/3sGdvzqtVmGB3nMgCQDVBgL. Acesso em: 28 fev. 2024.

RICH, Michael; TSAPPIS, Michael; KAVANAUGH, Jill R. Uso problemático de mídias interativas entre crianças e adolescentes: dependência, compulsão ou síndrome? *In*: YOUNG, Kimberly S.; ABREU, Cristiano Nabuco. **Dependência de internet em crianças e adolescentes**: fatores de risco, avaliação e tratamento. Porto Alegre: Grupo A, 2019. p. 7-31. Disponível em: https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788582715321/. Acesso em: 25 set. 2024.

SANTOS, Michelle da Silva; LIMA, Solange Rezende Rabelo. A percepção de pais e cuidadores sobre a relação entre a pandemia de covid-19 e o uso de telas por crianças. **Revista CPAQV**, *[s.l.],* v. 15, n. 1, p. 1 – 8, 2023. Disponível em: https://revista.cpaqv.org/index.php/CPAQV/article/view/1135. Acesso em: 15 set. 2024.

SCHWARTZ, Fernanda Tabasnik; PACHECO, Janaína Thaís Barbosa. Mediação parental na exposição às redes sociais e a internet de crianças e adolescentes. **Estud. pesqui. psicol.**, Rio de Janeiro, v. 21, n. 1, p. 217-235, abr. 2021. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-42812021000100012. Acesso em: 20 fev. 2024.

SBP. **Manual de orientação**: grupo de trabalho saúde na era digital. Rio de Janeiro: Sociedade Brasileira de Pediatria, 2024. Disponível em: https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/24604c-MO__MenosTelas__MaisSaude-Atualizacao.pdf. Acesso em: 15 set. 2024.

SHIN, Yun Mi. Dependência de smartphone em crianças e adolescentes. *In:* YOUNG, Kimberly S.; ABREU, Cristiano Nabuco. **Dependência de internet em crianças e adolescentes**: fatores de risco, avaliação e tratamento. Porto Alegre: Grupo A, 2019. p. 32-48. Disponível em: https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788582715321/. Acesso em: 25 set. 2024.

YOUNG, Kimberly; ABREU, Cristiano Nabuco. **Dependência de internet em crianças e adolescentes**: fatores de risco, avaliação e tratamento. Porto Alegre: Grupo A, 2019. Disponível em: https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788582715321/. Acesso em: 25 set. 2024.

Autorizo a reprodução e divulgação total ou parcial deste trabalho, por qualquer meio convencional ou eletrônico, para fins de estudo e pesquisa, desde que citada a fonte.