



UNIVERSIDADE FEDERAL DE CAMPINA GRANDE - UFCG
CENTRO DE EDUCAÇÃO E SAÚDE - CES
UNIDADE ACADÊMICA DE ENFERMAGEM - UAENFE
CURSO DE BACHARELADO EM ENFERMAGEM

Ana Carolina do Nascimento Adelino

ESTRATÉGIAS PARENTAIS PARA MINIMIZAR O USO EXAGERADO
DE TELAS POR ADOLESCENTES

CUITÉ – PB

2024

ESTRATÉGIAS PARENTAIS PARA MINIMIZAR O USO EXAGERADO DE TELAS POR ADOLESCENTES

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Bacharelado em Enfermagem do Centro de Educação e Saúde – *Campus Cuité*, como pré-requisito para a obtenção do título de Bacharel em Enfermagem.

Orientadora: Prof^a Dr^a. Anajás da Silva Cardoso Cantalice.

CUITÉ – PB

2024

A238e Adelino, Ana Carolina do Nascimento.

Estratégias parentais para minimizar o uso exagerado de telas por adolescentes. / Ana Carolina do Nascimento Adelino. - Cuité, 2024.
46 f. il. color.

Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Enfermagem) -
Universidade Federal de Campina Grande, Centro de Educação e Saúde,
2024.

"Orientação: Profa. Dra. Anajás da Silva Cardoso Cantalice".

Referências.

1. Internet. 2. Internet - uso. 3. Acesso à internet. 4. Internet – tempo de uso. 5. Uso de telas – adolescentes. 6. Uso de telas – mediação – pais. 7. Internet – uso – mediação. 8. Internet – educação – uso de telas. 9. Centro de Educação e Saúde. I. Cantalice, Anajás da Silva Cardoso. II. Título.

CDU 004.8(043)

Ana Carolina do Nascimento Adelino

**ESTRATÉGIAS PARENTAIS PARA MINIMIZAR O USO EXAGERADO
DE TELAS POR ADOLESCENTES**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Bacharelado em Enfermagem do Centro de Educação e Saúde – *Campus Cuité*, como pré-requisito para a obtenção do título de Bacharel em Enfermagem.

Orientadora: Prof^a Dr^a. Anajás da Silva Cardoso Cantalice.

Aprovada em: ____/____/____

BANCA EXAMINADORA

Prof^a Dr^a. Anajás da Silva Cardoso Cantalice
Orientadora
Universidade Federal de Campina Grande

Prof^a Dr^a. Alynne Mendonça Saraiva Nagashima
Membro Avaliador
Universidade Federal de Campina Grande

Prof^a Dr^a. Heloisy Alves de Medeiros Leano
Membro Avaliador
Universidade Federal de Campina Grande

Dedico este trabalho aos meus pais que nunca mediram esforços para me apoiar em meus sonhos e planos e sempre foram conforto e abrigo em todos os momentos da minha vida.

Agradecimentos

Agradeço primeiramente a Deus por sempre ser o meu Guia e minha Fortaleza e por nunca me desamparar durante todos esses anos de graduação. Obrigada, Senhor, por me fazer entender que os Seus planos sempre serão melhores que os meus. Sem Teu amor, Jesus, eu nada seria. Agradeço também a minha Mãe Maria Santíssima, que sempre esteve me embalando com Teu Santo Manto e me acolhendo com Teu abraço protetor.

Sou grata aos meus pais Evanilson Eugenio e Joelma Cristiane, que, por muitas vezes abdicaram dos seus sonhos e planos para realizar os meus. Tudo que sou hoje, eu devo aos senhores e eu tenho muito orgulho dos pais incríveis que eu tenho. Painho e Mainha, mesmo de longe eu conseguia sentir a oração dos senhores chegando até mim, e acreditem, foi o que me sustentou. A minha tão sonhada irmã Ana Cecília, agradeço por sempre me mostrar o lado bom da vida, saiba que o amor que tenho por ti é imensurável e que você é o meu melhor presente. Eu os amo muito, obrigada por sempre acreditarem em mim, tenho muita sorte em ter vocês.

Agradeço também as minhas avós Dona Lourdes, Dona Dada, Dona Joana Amélia (In Memoriam), Dona Pequena e Dona Iraci, que são exemplos para mim de mulheres fortes e guerreiras. As minhas tias, tios, madrinhas e padrinhos cuja presença em minha vida sempre foi sinônimo de inspiração, conforto e principalmente cuidado e, aos meus primos por toda parceria e cumplicidade. Ao meu noivo, Pablo Dantas, por todo cuidado, zelo, paciência e amor e por tornar essa trajetória mais leve, é muito bom viver a vida contigo, meu bem.

Aos meus amigos, que por muitas vezes tiveram que lidar com minha ausência, mas que nunca deixaram de apoiar meus sonhos e vivê-los comigo. As minhas meninas, Mariana, Iara, Aisla, Emília e Ellen, que desde o 1º período estiveram comigo dividindo o fardo de viver longe de casa e que se tornaram “casa” e família para mim, vocês são uma parte essencial em minha vida, em especial a minha irmã, Mariana, a qual sou grata por dividir não só a casa, mas também a vida, obrigada por todo cuidado, companheirismo e por nunca soltar minha mão. Que o nosso elo nunca se perca, eu as amo.

As minhas meninas que me acolheram e que também se tornaram família, Nephtys, Luiza, Beatriz e Djanilza, sem o apoio e a cumplicidade de vocês essa jornada teria sido muito mais difícil, obrigada por cada conversa, incentivo e por serem presentes, amo vocês, tóxicas.

A todos os profissionais de saúde que me deram suporte durante todos meus períodos de estágios e, aos meus professores do CES sou grata por cada ensinamento e por me auxiliarem a ser uma profissional mais dedicada, esforçada e empática.

A minha orientadora Anajás Cantalice, que aceitou viver esta etapa tão decisiva e importante da minha vida comigo, obrigada por toda paciência, por sempre me incentivar e motivar. Saiba que a senhora foi fundamental nesse processo e que a admiro muito como a mulher e a profissional incrível que és.

As minhas professoras, Alynne Mendonça e Heloísy Medeiros, que aceitaram fazer parte da minha banca e participar desse momento ímpar da minha trajetória acadêmica. Vocês não apenas me guiaram com seu conhecimento e experiência, mas também me inspiraram a pensar além do conteúdo ensinado, instigando-me a buscar um entendimento mais profundo e empático em todas as etapas da minha jornada acadêmica.

Por fim, meu agradecimento vai para todos aqueles que cruzaram meu caminho e que, de alguma forma aqui não foram citados, vocês contribuíram para esta jornada. Saibam que cada um de é parte importante na minha formação profissional. Enfim, sou eternamente grata a Deus pela oportunidade de realizar esse meu grande sonho.

“O Senhor é o meu Pastor e nada me faltará.” – Salmos 23:1.

RESUMO

Introdução: Nos últimos anos, o avanço tecnológico e o uso de múltiplas telas aumentaram significativamente entre todas as faixas etárias, incluindo crianças e adolescentes. Embora a tecnologia ofereça acesso rápido a informações e facilite a comunicação, o uso excessivo e sem supervisão pode se tornar vicioso e inapropriado. Assim, a supervisão parental é essencial para mediar o acesso à internet por adolescentes, pois os pais influenciam os usos e significados que seus filhos atribuem às mídias, incluindo a internet. **Objetivo:** Verificar as estratégias parentais utilizadas para minimizar o uso exagerado de telas por adolescentes. **Materiais e Métodos:** Trata-se de um estudo transversal, de caráter observacional e procedimentos descritivos, realizado no município de Cuité/Paraíba, nos meses de janeiro a março de 2024 com os pais e ou/responsáveis de adolescentes entre 10 a 19 anos. Foi aplicado um questionário elaborado no Google Forms, divulgado e encaminhado por meio de mídias sociais através da técnica Snow Ball Sampling e a análise dos dados foi realizada com o auxílio do software Statistical Package for the Social Science (SPSS). **Resultados:** Colaboraram no estudo 35 responsáveis, em sua maioria do sexo feminino, casadas e com faixa etária entre 30 e 40 anos. O tipo de tela mais utilizado pelos adolescentes foi o celular (77,1%), com tempo de tela de 1 a 3 horas diárias (45,7%). Entre as alterações que os responsáveis apontaram quando os adolescentes passavam mais tempo nas telas, em sua maioria relataram o estresse, isolamento e falta de atenção. Quanto às estratégias descritas para minimizar o tempo de tela, as mais citadas foram: conversar, estudar, jogar futebol, determinar horários e 4% afirmou não realizar nenhuma estratégia. **Conclusões:** As estratégias parentais identificadas variaram desde o incentivo aos estudos, esportes, brincadeiras e conversas até a determinação de horários específicos para o uso das telas. Por outro lado, muitos pais relataram ausência de estratégias eficazes, indicando uma necessidade maior de conscientização e educação sobre o referido tema.

Palavras-Chave: Adolescentes; Pais; Acesso à Internet.

ABSTRACT

Introduction: In recent years, technological advances and the use of multiple screens have increased significantly among all age groups, including children and adolescents. Although technology offers quick access to information and facilitates communication, excessive and unsupervised use can become vicious and inappropriate. Parental supervision is therefore essential to mediate access to the internet by adolescents, as parents influence the uses and meanings their children attribute to media, including the internet. **Objective:** To verify the parental strategies used to minimize the excessive use of screens by adolescents. **Materials and Methods:** This is a cross-sectional, observational study with descriptive procedures, carried out in the municipality of Cuité/Paraíba, between January and March 2024 with the parents and/or guardians of adolescents aged between 10 and 19. A questionnaire designed in Google Forms was applied, disseminated and forwarded via social media using the Snow Ball Sampling technique and the data was analyzed using the Statistical Package for the Social Science (SPSS) software. **Results:** Thirty-five guardians collaborated in the study, the majority of whom were female, married and aged between 30 and 40. The type of screen most used by adolescents was the cell phone (77.1%), with screen time of between 1 and 3 hours a day (45.7%). Among the changes that guardians pointed out when adolescents spent more time on screens, the majority reported stress, isolation and lack of attention. As for the strategies described to minimize screen time, the most cited were: talking, studying, playing soccer, setting schedules and 4% said they didn't use any strategies. **Conclusions:** The parental strategies identified ranged from encouraging studies, sports, games and conversations to setting specific times for screen use. On the other hand, many parents reported a lack of effective strategies, indicating a greater need for awareness and education on the subject.

Keywords: Adolescents; Parents; Internet access.

LISTA DAS TABELAS

Tabela 01: Frequência absoluta e relativa das variáveis sócio demográficas dos participantes da pesquisa. Cuité – Paraíba, 2024.

Tabela 02: Frequência absoluta e relativa das informações sobre o uso de telas, segundo os responsáveis. Cuité – Paraíba, 2024. Erro! Indicador não definido.

Tabela 03: Relações entre diferentes Variáveis e a Situação Conjugal a partir dos dados analisados da pesquisa. Cuité, 2024.....Erro! Indicador não definido.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	11
2. MATERIAIS E MÉTODOS.....	13
3. RESULTADOS	14
4. DISCUSSÃO	20
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS	23
6. REFERÊNCIAS.....	25
ANEXO	28
APÊNDICES	34

1. INTRODUÇÃO

Nos últimos anos, o avanço das tecnologias e a utilização de multtelas têm aumentado consideravelmente em todas as faixas etárias, incluindo crianças e adolescentes. Segundo o IBGE, no Brasil, no censo realizado no ano de 2021, cerca de 91,8% de adolescentes entre 14 a 19 anos acessam a internet todos os dias e, especificamente na região Nordeste 88,7%. Esse número reflete na facilidade que crianças e jovens vêm encontrando para ter acesso aos dispositivos móveis, seja para atividades do cotidiano, como trabalhos escolares, como para o lazer (Lissak et al., 2018).

A tecnologia permite um amplo e rápido acesso a todo tipo de informações, além de possibilitar comunicações mais rápidas entre amigos e familiares, independente da distância. Porém, o seu uso de forma exagerada e sem supervisão pode se tornar vicioso e inapropriado, considerando o uso excessivo de dispositivos digitais como celulares, tablets, videogames, e televisões e a exposição sobre informações pessoais que podem ser disponibilizadas pelos adolescentes em alguns sites online ou redes sociais (Maragni,2022).

Tendo em vista que a adolescência é um período de enorme transição em que há alterações hormonais, crescimento físico rápido, desenvolvimento de alterações cognitivas, alterações sociais, morais e emocionais onde processam emoções e estresse (Department of Health and Human Services, 2018), se torna necessário uma supervisão mais controlada e cuidadosa da utilização desses dispositivos.

Em nota, a Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP) recomenda que adolescentes não devam ultrapassar o tempo limite de três horas de tela por dia, incluindo o uso de videogames, pois, são inúmeros os riscos associados ao uso inadequado dessas mídias: cyberbullying, violência sexual, atrasos no desenvolvimento e distúrbios de comportamento (SBP, 2023).

Além disso, o estabelecimento das rotinas do dia/vigília e da noite/sono também é fundamental para a produção dos hormônios necessários ao crescimento corporal e mental. O brilho das telas, por sua vez, contribui para o bloqueio da melatonina e para a prevalência cada vez maior das dificuldades de dormir e manter uma boa qualidade de sono à noite, com aumento de pesadelos e terrores noturnos e, ao acordar, devido ao aumento da sonolência diurna, surgem problemas de memória e concentração, potencializando ainda, os transtornos de atenção, obsessivos, de linguagem e comunicação e ansiedade (Silva et al., 2019).

Dessa forma, o exercício parental ganha destaque ao se tornar uma prática fundamental na mediação do acesso à internet por adolescentes, visto que influenciam, com suas condutas, valorizações e verbalizações, os usos e as significações que os filhos têm a respeito das mídias, incluindo o uso de internet (Grizólio et al., 2020).

De acordo com Brito et al., 2017, os estilos de mediação parental se resumem em três categorias: a) restritivo, tendo em conta pais com atitudes altamente controladoras relativamente ao uso de meios digitais, monitorizando e limitando este uso; b) instrutivo, referindo-se a pais que controlam esta utilização, mas preocupando-se em ensinar e aconselhar; e c) co-utilização, baseando-se na negociação, diálogo e busca de consenso entre pais e filhos sobre a utilização das tecnologias.

Sabendo dos malefícios associados ao uso excessivo de telas por adolescentes e da ampla divulgação por diferentes setores da sociedade desses riscos, o objetivo principal da pesquisa é analisar o tempo gasto e tipo de tela mais utilizado por pais e adolescentes, assim como, verificar quais as estratégias que os pais têm utilizado para minimizar o uso exagerado de telas por adolescentes e assim contribuir na formulação de novas orientações considerando as dificuldades apontadas, na tentativa de minimizar o tempo de tela nessa faixa etária.

2. MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo transversal, de caráter observacional e procedimentos descritivos, realizado no município de Cuité, no interior do estado da Paraíba, nos meses de janeiro a março de 2024. A população do estudo foi constituída por pais e ou/responsáveis de adolescentes entre 10 a 19 anos (OMS, 2021), sendo eles estudantes ou não e residentes no referido município. Foram excluídos aqueles que não dispusessem de dispositivos tecnológicos para contato remoto, tais como celular, computador ou tablete.

Inicialmente foi realizado um cálculo amostral a fim de ter maior representatividade da população, utilizando a seguinte fórmula:

$$\frac{\frac{Z^2 \cdot p(1-p)}{e^2}}{1 + \frac{(Z^2 \cdot p \cdot (1-p) + e^2 \cdot N - 1)}{e^2 \cdot N}}$$

Sendo, n: amostra calculada, N: população, Z: variável normal, p: real probabilidade do evento, e: erro amostral. Para o desenvolvimento do cálculo, foi considerado erro amostral em 5%, nível de confiança de 95% e percentual máximo de 30%, resultando em um quantitativo previsto de 226 participantes, porém, devido ao baixo retorno de respostas à pesquisa (mesmo com a insistência das pesquisadoras em vários pontos de coleta), obteve-se a participação de 35 pais e/ou responsáveis de adolescentes.

A coleta de dados foi realizada através de um questionário elaborado no Google Forms, o qual foi divulgado e encaminhado por meio de mídias sociais através da técnica Snow Ball Sampling, conhecida no Brasil como “bola de neve” (Bockorni et al., 2021). Este questionário continha variáveis sociodemográficas do participante, tais como: Sexo: (feminino/masculino); idade; cor; zona de Moradia (área rural ou urbana); número de pessoas que residem na casa e com quem residem; nível de escolaridade; crença ou religião; situação conjugal;

Como também incluiu questões relativas ao uso de telas, tais como: qual tipo de tela mais utilizada pelo adolescente?; Quanto tempo, em média, o adolescente tem de utilização da tela?; Existe um controle para o uso de tela?; qual a maior motivação para o uso prolongado da tela?; Quanto tempo, em média, o responsável faz utilização de telas?; Realizam alguma atividade juntos ao longo do dia? Se sim, quais?; O que você acha sobre o tempo de tela utilizado pelo adolescente?; O responsável conhece os riscos provocados pelo uso prolongado

das telas?; Percebe alguma alteração quando você passa mais tempo em telas?; E no adolescente?; O que utiliza para minimizar o tempo de tela do adolescente?; O adolescente teve dificuldade para compreender e atender esse controle? Se sim, por que?

A análise dos dados realizou-se com o auxílio do software *Statistical Package for the Social Science* (SPSS) versão 21.0, possibilitando a organização e análise das frequências absoluta e relativas. Posteriormente foi verificada a relação entre diferentes variáveis e a situação conjugal, utilizando-se o teste de coeficiente de contingência ou qui-quadrado. Todas as variáveis foram analisadas considerando um intervalo de confiança de 95%.

O presente projeto foi apresentado de acordo com a Resolução n 466/12 do Conselho Nacional de Saúde, o qual norteia as pesquisas desenvolvidas com seres humanos, como também ao Ofício Circular nº 2/2021, da Comissão Nacional de Ética em Pesquisa, o qual norteia as pesquisas desenvolvidas em ambiente virtual, sendo registrada conforme parecer nº 6.656.548. O termo de consentimento informado foi assinado eletronicamente pelos participantes.

O uso da nuvem de palavras também foi empregado como representação gráfico-visual mostrando que quanto mais a palavra é utilizada, mais chamativa é a representação dessa palavra no gráfico e aparecem em fontes de vários tamanhos e em diferentes cores, indicando o que é mais ou menos relevante na pesquisa (Vilela et al, 2020).

Para compreender o motivo dos adolescentes apresentarem dificuldade para atender o controle dos pais na tentativa de minimizar o uso excessivo de telas foi utilizada a análise de conteúdo de Bardin, que tem como objetivo analisar os dados provenientes das comunicações, buscando compreender os significados e os sentidos das mensagens, foi realizado a pré-análise que envolveu a organização e leitura do conteúdo, o reconhecimento do material e a interpretação dos dados, onde foram identificados os responsáveis com a letra R, seguida do número do questionário.

3. RESULTADOS

Os dados apresentados a seguir, foram analisados a partir de um questionário online aplicado a 35 participantes. Considerando as variáveis sócio-demográficas, observou-se que a maioria dos responsáveis pelos adolescentes eram do sexo feminino, se encontravam na faixa etária de 30 a 40 anos, referiram como situação conjugal serem casados e residiam na zona urbana (tabela 01).

Tabela 01: Frequência absoluta e relativa das variáveis sócio demográficas dos participantes da pesquisa. Cuité – Paraíba, 2024.

Variáveis	N	%
Sexo		
Masculino	4	11,4
Feminino	31	88,6
Faixa Etária		
< 20 anos	6	17,1
20 a 30 anos	6	17,1
30 a 40 anos	15	42,9
40 a 50 anos	5	14,3
> 50 anos	3	8,6
Cor		
Branca	13	37,1
Parda	21	60
Negra	1	2,9
Área que mora		
Zona Rural	6	17,1
Zona Urbana	29	82,9
Quantidade de pessoas que residem na casa		
Duas pessoas	8	22,9
Três pessoas	8	22,9
Quatro pessoas	12	34,3
Cinco pessoas	5	14,3
Seis pessoas	2	5,7
Nível de escolaridade		
Ensino fundamental completo	2	5,7
Ensino fundamental incompleto	3	8,6
Ensino médio completo	11	31,4
Ensino médio incompleto	8	22,9
Ensino superior completo	8	22,9
Ensino superior incompleto	3	8,6
Religião ou crença		
Nada/Não respondeu	3	8,6
Agnóstico	1	2,9
Católico	25	71,4
Evangélico	6	17,1
Situação conjugal		
Solteiro	12	34,3
Casado	15	42,9
Divorciado	4	11,4

Viúvo	2	5,7
Não desejo responder	2	5,7

Fonte: Dados da Pesquisa, 2024.

Quando questionados sobre qual o tipo de tela mais utilizado pelos adolescentes, as respostas obtidas foram de que 77,1% utiliza o aparelho celular. E, a respeito do tempo de tela, foi verificado que 45,7% dos adolescentes utilizam telas por 1 a 3 horas diárias. Vale destacar, no entanto que 8,6% dos responsáveis informaram que seus filhos passam mais de 10 horas diárias utilizando telas, conforme tabela 02.

Os questionários preenchidos pelos participantes revelaram ainda que a maioria dos pais acha esse tempo gasto pelos adolescentes exagerado ou excessivo e em relação a maior motivação para esse uso prolongado de telas, 54,3% das respostas apontaram que seria por recreação ou entretenimento. Quando os responsáveis foram questionados sobre seu tempo gasto no uso de telas, verificou-se que a maioria (42,9%) utiliza por de 1 a 3 horas ao longo do dia (Tabela 02).

Tabela 02: Frequência absoluta e relativa das informações sobre o uso de telas, segundo os responsáveis. Cuité – Paraíba, 2024.

Variáveis	N	%
Tipo de tela mais utilizado pelo adolescente		
Celular	27	77,1
Notebook/Computador	2	5,7
Televisão	5	14,3
Vídeo game	1	2,9
Tempo por dia que o adolescente utiliza a tela		
1 a 3 horas por dia	16	45,7
3 a 6 horas por dia	8	22,9
7 a 10 horas por dia	8	22,9
+ de 10 horas por dia	3	8,6
O que acha sobre o tempo de tela do adolescente		
Normal/Bom/Razoável	6	17,1
Ruim/Errado/Prejudicial/Inapropriado/Desnecessário	13	37,1
Exagerado/Excessivo	16	45,7
O responsável percebe alguma alteração quando o adolescente passa mais tempo em telas		
Sim	22	62,9
Não	12	34,3
Não desejo responder	1	2,9

Qual maior motivação para o uso prolongado das telas

Assistir aula/execução de tarefas escolares	9	25,7
Recreação/diversão/entretenimento	19	54,3
Facilitar a vida dos pais para execução de tarefas domiciliares ou trabalho remoto	6	17,1
Não desejo responder	1	2,9

Tempo por dia que o responsável utiliza a tela

Até 30 minutos por dia		
1 a 3 horas por dia	5	14,3
3 a 6 horas por dia	15	42,9
7 a 10 horas por dia	9	25,7
+ de 10 horas por dia	3	8,6
Não sei responder	1	2,9
Não desejo responder	1	2,9

Percebe alguma alteração quando o responsável passa mais tempo em telas

Sim	15	42,9
Não	18	51,4
Não desejo responder	2	5,7

Realizam alguma atividade juntos ao longo do dia

Sim	18	51,4
Não	13	37,1
Não desejo responder	4	11,4

O responsável conhece os riscos provocados pelo o uso prolongado de telas

Não respondeu	7	20
Sim	26	74,3
Não	2	5,7

Existe um controle pelo responsável para diminuir a utilização de tela pelo adolescente

Sim	21	60
Não	11	31,4
Não desejo responder	3	8,6

O adolescente teve dificuldade para atender esse controle

Sim	12	34,3
Não	21	60
Não desejo responder	2	5

Quando avaliadas as variáveis relacionadas ao uso de telas de acordo com situação conjugal, foi observado no grupo em que os participantes referiram serem casados, relação significativa com o uso excessivo de telas por recreação e entretenimento para execução de tarefas domiciliares ou trabalho remoto ($p=0,003$).

Tabela 03: Relações entre diferentes Variáveis e a Situação Conjugal a partir dos dados analisados da pesquisa. Cuité, 2024.

Variáveis	Situação Conjugal		p
Motivação	Outro	Casado	0,003
	N (%)	N (%)	
Atividades Escolares	9 (45,0%)	0 (0,0%)	-
Recreação e Entretenimento	11 (55,0%)	15 (100,0%)	-
Tipo de tela mais utilizado	Outro	Casado	0,163
	N (%)	N (%)	
Celular	16 (80,0%)	11 (73,3%)	-
Notebook/Computador	2 (10,0%)	0 (0,0%)	-
Televisão	1 (5,0%)	4 (26,7%)	-
Vídeo game	1 (5,0%)	0 (0,0%)	-
Quanto tempo em média por dia o adolescente utiliza as telas	Outro	Casado	0,841
	N (%)	N (%)	
1 a 3 horas por dia	10 (50,0%)	9 (60,0%)	-
3 a 6 horas por dia	5 (25,0%)	3 (20,0%)	-
7 a 10 horas por dia	5 (25,0%)	3 (20,0%)	-
Percebe alguma alteração quando o adolescente passa mais tempo em telas	Outro	Casado	0,596
	N (%)	N (%)	
Sim	13 (65,0%)	9 (60,0%)	-
Não	6 (30,0%)	6 (40,0%)	-
Não desejo responder	1 (5,0%)	0 (0,0%)	-
Percebe alguma alteração quando você passa mais tempo em telas	Outro	Casado	0,946
	N (%)	N (%)	
Sim	9 (45,0%)	6 (40,0%)	-
Não	10 (50,0%)	8 (53,3%)	-
Não desejo responde	1 (5,0%)	1 (6,7%)	-
Vocês realizam alguma atividade juntos ao longo do dia	Outro	Casado	0,386
	N (%)	N (%)	
Sim	11 (55,0%)	7 (46,7%)	-
Não	8 (40,0%)	5 (33,3%)	-

Não desejo responder	1 (5,0%)	3 (20,0%)	-
Existe um controle pelo responsável para diminuir a utilização de telas	Outro N (%)	Casado N (%)	0,372
Sim	10 (50,0%)	11 (73,3%)	-
Não	8 (40,0%)	3 (20,0%)	-
Não desejo responde	2 (10,0%)	1 (6,7%)	-
O adolescente teve dificuldade para compreender e atender esse controle	Outro N (%)	Casado N (%)	0,158
Sim	6 (30,0%)	6 (40,0%)	-
Não	14 (70,0%)	7 (46,7%)	-
Não desejo responder	0 (0,0%)	2 (13,3%)	-

Fonte: Dados da Pesquisa, 2024.

Quando questionados sobre as alterações que percebiam quando os adolescentes passavam mais tempo nas telas, em sua maioria relataram o estresse, alteração de humor, isolamento, desânimo, falta de atenção, dores de cabeça frequentes, malcriação ou rebeldia, agitação, dores oculares, dificuldade de concentração, ansiedade, insônia e ficar mais compulsivo.

Da mesma forma, quando indagados sobre se percebiam alterações em si mesmos, os responsáveis evidenciaram ansiedade, cefaleia, percepção de tempo perdida, cansaço mental, oftalmia, distração, maior frequência de vertigem ou tonturas, insônia e irritabilidade. Quando se referiram a ansiedade, alguns relataram ter mais ansiedade em ver muita coisa nova a todo momento, como também a perda da noção da realidade, visto que o tempo passa mais rápido quando se está utilizando as telas.

A nuvem de palavras apresentada a seguir mostra as respostas obtidas no que se referem às principais estratégias utilizadas pelos responsáveis para minimizar esse uso exagerado de telas nos adolescentes. As palavras em maior destaque são aquelas que foram citadas mais vezes no questionário.

Desse modo, isso reforça o que Neumann e Missel (2019) afirmam de que o uso da tecnologia se faz cada vez mais presente no meio das famílias e os responsáveis vão sendo forçados a assumir novas posturas no sentido de orientar os filhos, à medida que as consequências das novas tecnologias na vida familiar vão acontecendo.

Esse comportamento revela que os adolescentes frequentemente observam seus pais usando telas para equilibrar as demandas do trabalho e da vida familiar, o que normaliza o uso prolongado de dispositivos digitais. Assim, a comunicação entre os integrantes de uma família é importante, mostrando-se ainda mais fundamental na relação entre pais e filhos, por serem as figuras que mais exercem influência na vida dos filhos (Rieger, 2022).

Outra motivação apontada para o uso excessivo de telas foi para fins de recreação e entretenimento, como retrata Hauenstein, Milkiéwicz e Dal Molin, (2020) em seu estudo, que visa entender as relações familiares entre pais e filhos com o uso excessivo de tecnologias realizado no Paraná, enfatizando que o mundo da web está repleto de jogos agradáveis, tudo para deixar os adolescentes mais envolvidos, as redes reúnem diferentes conteúdos para atraí-los, podem construir perfis e compartilhar entre a curiosa possibilidade de adicionar comentários a tudo e por todos.

Além disso, os responsáveis relataram diversas alterações na saúde mental e físicas associadas ao uso de telas, como estresse, alteração de humor, isolamento, desânimo, falta de atenção, dores de cabeça, rebeldia, agitação, dores oculares, dificuldade de concentração, ansiedade, insônia e comportamento compulsivo.

Estudos recentes destacam que a exposição prolongada a dispositivos eletrônicos pode provocar uma série de reações adversas tanto psicológicas quanto fisiológicas, além de gerar dependência de dispositivos eletrônicos, como por exemplo, do aparelho celular. De acordo com, Morilla *et al.*, (2020), os comportamentos compulsivos e viciantes com o uso do celular estão sendo correlacionados com a nomofobia, que representa a angústia ou medo desproporcional de ficar sem o celular e sua conexão com o mundo virtual.

A nomofobia, por sua vez, pode se manifestar de várias maneiras, variando de leve desconforto a ataques de pânico. Alguns sintomas comuns incluem: estresse, sentimentos de solidão, agitação, ou até mesmo o isolamento social, afetando no desempenho acadêmico e nas relações interpessoais, levando a impactos negativos na saúde mental (Luiz, 2023).

O contato prolongado com a luz de telas eletrônicas interfere no sono e se relaciona diretamente à regulação do ritmo biológico do indivíduo. O sono, por exemplo, é afetado tanto em sua qualidade quanto em sua duração, bem como há dificuldade para adormecer. O

sono insuficiente também está associado a respostas imunes debilitadas, depressão, ansiedade e obesidade em adolescentes (Mendonça, 2021).

Duarte *et al.*, (2024), em sua revisão bibliográfica, analisa como ocorre o desenvolvimento de síndromes oculares a partir do uso de tecnologias digitais em crianças e adolescentes. Segundo os autores, o uso compulsivo e indiscriminado de dispositivos eletrônicos pode levar o Sistema Nervoso Central (SNC) a considerar que apenas a visão para perto é necessária, resultando em um prolongamento da visão e em diversos problemas correspondentes. Quando isso ocorre de forma contínua, pode acarretar em fadiga do músculo ocular e ocasionar problemas, como a miopia, que é a dificuldade de enxergar para longe. Se esse problema se instalar, é preciso corrigir esse erro de refração, através do uso de óculos de grau, lentes de contato e/ou ainda cirurgia refrativa.

Em vista disto, vê-se necessário a utilização de estratégias parentais eficazes para minimizar o tempo de tela entre os adolescentes, visando promover um ambiente mais saudável e equilibrado. Conforme os dados da pesquisa, os responsáveis adotam medidas como determinar horários, incentivar atividades escolares e o estudo, realizar atividades ao ar livre como jogar futebol e passear, além de promover momentos de interação familiar por meio de conversas.

Conforme exposto por Andrade *et al.*, (2022), as práticas educativas parentais são definidas como estratégias utilizadas para educar os filhos que objetivam criar habilidades intelectuais, sociais e emocionais, bem como prevenir e extinguir comportamentos inadequados. Em mais uma atualização de recomendações, a Sociedade Brasileira de Pediatria propõe limitar o tempo de telas e jogos de videogames a duas ou três horas por dia, sempre com supervisão e nunca “virar a noite” jogando para adolescentes com idades entre 11 e 18 anos (SBP, 2020).

O monitoramento e o condicionamento de horários para o uso de telas se revelam uma medida fundamental para redução do tempo excessivo de telas. Schwartz e Pacheco (2021) mencionam que as práticas educativas positivas incluem a monitoria positiva, que se relaciona ao uso adequado de atenção aos filhos e ao fornecimento de privilégios, e também ao comportamento moral, que envolve propiciar condições favoráveis ao desenvolvimento de virtudes, como a empatia, a responsabilidade e a justiça. A imposição de regras e de limites na relação familiar está associada a aspectos como clareza, coerência e supervisão.

Os pais devem manter o diálogo e abordar sobre valores familiares e regras de proteção social para o uso saudável, construtivo e crítico das tecnologias. Aproveitar

oportunidades para conviver com a família e compartilhar momentos de prazer sem o uso da tecnologia. Planejar atividades longe do Wi-fi ou de celulares e computadores, realizar as refeições sem qualquer uso de tecnologias à mesa, entre outros cuidados (Neumann; Missel, 2019).

Em suma, ao expor estratégias parentais implementadas para minimizar o tempo excessivo de tela se busca diminuir os riscos relacionados à saúde mental como ansiedade, distúrbios do sono e isolamento, bem como mitigar problemas de saúde física, como fadiga ocular, miopia ou até lesões lombares. Da mesma forma, este estudo se torna relevante para auxiliar os pais a equilibrar o uso de telas, como também promover atividades que ajudem no desenvolvimento cognitivo e comportamental de seus filhos. Além disso, essas estratégias podem aumentar a interação familiar e social dos envolvidos e, reduzir a dependência digital dos adolescentes.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A análise dos dados da pesquisa mostra a relevância das estratégias parentais para minimizar o uso excessivo de telas nos adolescentes, pois, ficou evidente que esse uso inadequado e exagerado, do aparelho celular, por exemplo, pode acarretar em uma série de problemas e riscos à saúde mental e física tanto para os adolescentes quanto para seus responsáveis.

As estratégias parentais identificadas variaram desde o incentivo aos estudos, esportes, brincadeiras e conversas até a determinação de horários específicos para o uso das telas. Por outro lado, muitos pais relataram ausência de estratégias eficazes, indicando uma necessidade maior de conscientização e educação sobre o referido tema.

Foram apontadas algumas limitações para uma análise mais profunda da pesquisa, como o tamanho amostral e a possibilidade de viés nas respostas dos participantes. Contudo, o estudo colabora para o conhecimento das famílias sobre o uso das tecnologias e sugere que a implementação de estratégias claras e consistentes pode ser benéfica na redução dos efeitos negativos do uso excessivo de telas.

REFERÊNCIAS

- ANDRADE, E. I. D., FONSECA, A. C. S., LISBOA, C. M. S., MARIN, A. H. **Dinâmica familiar, práticas educativas e problemas emocionais/comportamentais: percepção parental sobre adolescentes com altas habilidades ou superdotação intelectual.** Ciências Psicológicas, Montevideo, v. 16, n. 2, e2327, dic. 2022. Disponível em <http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1688-42212022000201215&lng=es&nrm=iso>. Acesso em: 07 jul. 2024.
- BOCKORNI, B. R. S.; GOMES, A. F. **A amostragem em snowball (bola de neve) em uma pesquisa qualitativa no campo da administração.** Revista de Ciências Empresariais da UNIPAR, Umuarama, v. 22, n. 1, p. 105-117, jan./jun. 2021
- BRASIL. Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde. **Resolução N° 466, de 12 de dezembro de 2012.** Brasília, 2012.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde. **Resolução N° 510, de 07 de abril de 2016.** Brasília, 2016.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Ética em Pesquisa. **Orientações para procedimentos em pesquisas com qualquer etapa em ambiente virtual.** Brasília, 2021.
- BRITO, R.; DIAS, P. **Crianças até 8 anos e Tecnologias Digitais no Lar: Os pais como modelos, protetores, supervisores e companheiros.** Observatorio (OBS*), v. 11, n. 2, 7 jul. 2017.
- Department of Health and Human Services (EUA). **Adolescent Development Explained.** Washington: Government Printing Office, 2018. 36 p. Disponível em: https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/O_Desenvolvimento_do_Adolescente_-_18_09_2019_-_Final.pdf. Acesso em: 16 out. 2023.
- Duarte T. L.; Botelho L. A.; Rousso I. R.; Silva L. S. B.; Barbosa M. L. S.; Marins N. C. T.; Nascimento R. F.; Ramalho M. E. M.; Silva A. G. C. O.; Siqueira E. C. **O impacto das novas tecnologias digitais na acuidade visual de crianças e adolescentes.** Revista Eletrônica Acervo Médico, v. 24, p. e16611, 19 jun. 2024.
- GRIZÓLIO, T. C.; SCORSOLINI-COMIN, F.. **Como a mediação parental tem orientado o uso de internet do público infante-juvenil?** Psicologia Escolar e Educacional, v. 24, p. e217310, 2020.
- HAUENSTEIN, E. S., MILKIÉWICZ, E., DAL MOLIN, D. C. **As Tecnologias e o Impacto nas Relações Familiares.** Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Pedagogia, como requisito parcial para a obtenção do grau de Licenciada em Pedagogia, na Faculdade de Ampère – FAMPER. Ampère - PR. 21p. 2020.
- INSTITUTO NACIONAL DE ESTUDOS E PESQUISAS EDUCACIONAIS ANÍSIO TEIXEIRA. **Sinopse Estatística da Educação Básica 2021.** Brasília: Inep, 2022. Disponível em <<https://www.gov.br/inep/pt-br/areas-de-atuacao/pesquisas-estatisticas-e-indicadores/censo-escolar/resultados>>. Acesso em: 30 out 2023.

LISSAK, G. et al. Adverse physiological and psychological effects of screen time on children and adolescents: Literature review and case study. *Environ Resarc.*, v.164, p. 149–157, jul. 2018.

LUIZ, A. V. A. **Transtornos de ansiedade, depressão e sono-vigília em adolescentes no período pós-isolamento social e suas potenciais associações com o uso de tecnologias digitais de informação e comunicação.** 2023. Tese (Doutorado em Enfermagem em Saúde Pública) - Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto, University of São Paulo, Ribeirão Preto, 2023. doi:10.11606/T.22.2023.tde-06102023-104709. Acesso em: 8 jul. 2024

MANCUSO, A. C. B. et al. **Estatística descritiva: perguntas que você sempre quis fazer, mas nunca teve coragem.** Porto Alegre, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.4322/2357-9730.89242>. Acesso em: 09 jun. 2024.

MARAGNI, C. V. **Exposição excessiva às telas e suas consequências para o desenvolvimento infantil.** 2022. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia) - Faculdade de Ciências Humanas e da Saúde da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2022.

MENDONÇA, R. G. **Efetividade de intervenções na redução do tempo de tela em adolescentes: revisão sistemática.** 2021. 100 f. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) – Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão, 2021.

MORILLA, J. L.; VIEIRA, G. C.; DANTAS, C. N.; CASSAGO, R. M.; PUCCI, S. H. M.; GOBBI, D. R. **Nomofobia: uma revisão integrativa sobre o transtorno da modicidade.** *Revista de Saúde Coletiva da UEFS*, [S. l.], v. 10, n. 1, p. 116–126, 2020. DOI: 10.13102/rscdauefs.v10i1.6153. Disponível em: <https://periodicos.uefs.br/index.php/saudecoletiva/article/view/6153>. Acesso em: 8 jul. 2024.

NEUMANN, D. M. C.; MISSEL, R. J. **Família digital: a influência da tecnologia nas relações entre pais e filhos adolescentes.** *Pensando fam.*, Porto Alegre, v. 23, n. 2, p. 75-91, dez. 2019. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-494X2019000200007&lng=pt&nrm=iso. acessos em 08 jul. 2024

OMS (Organização Mundial de Saúde). Mental health of adolescents. **Genebra, 2021.** Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>. Acesso em: 30 out. 2023.

PRATTA, E. M. M.; SANTOS, M. A. **Família e adolescência: a influência do contexto familiar no desenvolvimento psicológico de seus membros.** *Psicologia em Estudo*, v. 12, n. 2, p. 247–256, maio 2007.

RIEGER, D. C. **O uso excessivo da tecnologia no ambiente familiar e os impactos negativos na relação entre pais e filhos.** Trabalho de Conclusão de Curso – Centro Educacional Fasipe – UNIFASIPE. Cuiabá/MT. 71p. 2022.

SBP. **Pediatra, participe da consulta pública sobre uso de dispositivos digitais por crianças e adolescentes.** Disponível em: <<https://www.sbp.com.br/imprensa/detalhe/nid/pediatra-participe-da-consulta-publica-sobre-uso-de-dispositivos-digitais-por-criancas-e-adolescentes/>>. Acesso em: 16 out. 2023.

SBP. **SBP atualiza recomendações sobre saúde de crianças e adolescentes na era digital.** 2020. Disponível em: <https://www.sbp.com.br/imprensa/detalhe/nid/sbp-atualiza-recomendacoes-sobre-saude-de-criancas-e-adolescentes-na-era-digital/>. Acesso em: 7 jun. 2024.

SCHWARTZ, F. T., PACHECO, J. T. B. **Mediação Parental na Exposição às Redes Sociais e a Internet de Crianças e Adolescentes.** Estudos e Pesquisas em Psicologia. Rio de Janeiro. v. 21, n. 1, p. 217-235, abr. 2021. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S180842812021000100012&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 10 jul. 2024.

SILVA, E. J. C. *et al.* **#MENOS TELAS #MAIS SAÚDE.** Sociedade Brasileira de Pediatria, 2019. Disponível em: https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/_22246c-ManOrient_-_MenosTelas__MaisSaude.pdf. Acesso em: 16 out. 2023.

SILVA, N. Q., SOUZA, R. C. F. **Percepção dos pais sobre o uso de aparelhos eletrônicos por crianças de 6 aos 12 anos no contexto da covid-19.** 2021. 28f. Artigo Científico (Ciências Humanas) – Psicologia, UNISUL / Tubarão. 2021.

SILVA, T. O. *et al.* Relato de Experiência. **Os impactos sociais, cognitivos e afetivos sobre a geração de adolescentes conectados às tecnologias digitais,** João Pessoa, p. 87-97, 2017.

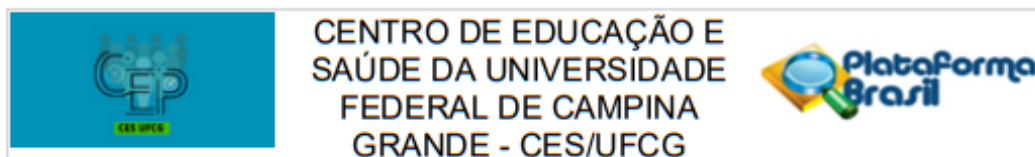
Tabela 7334: **Percentual de pessoas que utilizaram a Internet no período de referência dos últimos três meses na população de 10 anos ou mais de idade, por grupo de idade.** Disponível em: <<https://sidra.ibge.gov.br/tabela/7334#resultado>>. Acesso em: 16 out. 2023.

TANA, C. M. ; AMÂNCIO, N. DE F. G. . **Consequences of screen time in the lives of children and adolescents.** Research, Society and Development, [S. l.], v. 12, n. 1, p. e11212139423, 2023. DOI: 10.33448/rsd-v12i1.39423. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/39423>. Acesso em: 20 oct. 2023.

VILELA, R. B.; RIBEIRO, A.; BATISTA, N. A. **Nuvem de palavras como ferramenta de análise de conteúdo: Uma aplicação aos desafios do mestrado profissional em ensino na saúde.** Millenium, v. 2, n. 11, p. 29-36, 2020.

ZANGIROLAMI R. , J. ; ECHEIMBERG, J. O.; LEONE, C. **Tópicos de metodologia de pesquisa: Estudos de corte transversal.** J. Hum. Growth Dev., São Paulo , v. 28, n. 3, p. 356-360, 2018. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-12822018000300017&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 25 out. 2023. <http://dx.doi.org/10.7322/jhgd.152198>.

ANEXO I



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: Estratégias Parentais para minimizar uso exagerado de telas por adolescentes

Pesquisador: Anajás da Silva Cardoso Cantalice

Área Temática:

Versão: 2

CAAE: 75797123.4.0000.0154

Instituição Proponente: UNIVERSIDADE FEDERAL DE CAMPINA GRANDE

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 6.656.548

Apresentação do Projeto:

A pesquisadora aponta que nos últimos anos, o avanço das tecnologias e a utilização de multitelas tem aumentado consideravelmente em todas as faixas etárias, incluindo crianças e adolescentes. A tecnologia permite um amplo e rápido acesso a todo tipo de informações, além de possibilitar comunicações mais rápidas entre amigos e familiares, independente da distância. Porém, o seu uso de forma exagerada e sem supervisão pode se tornar vicioso e inapropriado, considerando o uso excessivo de dispositivos digitais. O objetivo será verificar as estratégias parentais utilizadas para minimizar o uso exagerado de telas por adolescentes. Trata-se de um estudo transversal, de caráter observacional e procedimentos descritivos. Será realizada no município de Cuité/Paraíba, nos meses de janeiro a março de 2024 com os pais e ou/responsáveis de adolescentes entre 10 e 19 anos, totalizando um total de 226 participantes. A coleta será realizada através de um questionário elaborado no Google Forms, onde será divulgado e encaminhado por meio de mídias sociais através da técnica Snow Ball Sampling e a análise dos dados será realizada com o auxílio do software Statistical Package for the Social Science (SPSS). Tendo como critério de inclusão: pais e/ou responsáveis de adolescentes entre 10 e 19 anos, residentes no município de Cuité, Paraíba e como critério de exclusão: pais e/ou responsáveis de adolescentes que não dispõem de dispositivos tecnológicos para contato remoto, tais como celular, computador ou tablete.

Objetivo da Pesquisa:

A pesquisadora descreve como objetivo principal: verificar as estratégias parentais utilizadas para

Endereço: Rua Profª. Maria Anita Furtado Coelho, S/N, Sítio Olho D'Água da Bica, Bloco: Central de Laboratórios de
Bairro: DISTRITO DE MELO **CEP:** 58.175-000
UF: PB **Município:** CUITE
Telefone: (83)3372-1835 **E-mail:** cep.ces.ufcg@gmail.com



CENTRO DE EDUCAÇÃO E
SAÚDE DA UNIVERSIDADE
FEDERAL DE CAMPINA
GRANDE - CES/UFPG



Continuação do Parecer: 6.656.548

minimizar o uso exagerado de telas por adolescentes. Descrevendo também os objetivos secundários como: analisar o tempo gasto e tipo de tela mais utilizado por adolescentes na ótica dos pais; analisar o tempo gasto e tipo de tela mais utilizado por pais de adolescentes; conhecer as atividades mais frequentes desenvolvidas conjuntamente entre pais e adolescentes em sua rotina diária; verificar o conhecimento sobre exposição prolongada de telas de pais de adolescentes; conhecer as principais dificuldades relatadas por pais na tentativa de minimizar o tempo de tela de adolescentes;

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Riscos:

Os riscos estão contidos no TCLE, nas informações básicas inseridas na plataforma Brasil e no projeto detalhado. A pesquisadora aponta que os riscos que podem englobar a pesquisa estão: a exposição de dados pessoais e confidenciais dos participantes, tendo em conta o método utilizado da pesquisa sendo de forma online. E para mitigá-los, o pesquisador se compromete em garantir a manutenção de todos os cuidados éticos, como o anonimato do participante da pesquisa, seu nome ou material que indique a sua participação, de forma que nenhuma informação seja concedida sem autorização, garantindo aos participantes da pesquisa os princípios de integridade e não maleficência. Diante da ameaça dos riscos citados será realizada assistência imediata ao participante, sem ônus de qualquer espécie com remoção total de seus dados.

Benefícios:

Os benefícios estão contidos no TCLE, nas informações básicas inseridas na plataforma Brasil e no projeto detalhado. A pesquisadora descreve que o estudo traz significativas contribuições pois ao verificar as estratégias apontadas para minimizar o tempo de tela por adolescentes, compreendendo as dificuldades enfrentadas por pais e/ou responsáveis, permite traçar novas orientações, capazes de alcançarem maior efetividade no enfrentamento da problemática e assim, diminuir os riscos associados, tais como insônia, ansiedade, déficits de atenção, entre outros, fornecendo ainda, novas evidências sobre a temática para trabalhos futuros e consultas profissionais.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

A pesquisa é dotada de relevância científica e tem potencial para favorecer o estudo do uso de telas por adolescentes/ pais visando entender o impacto na qualidade de vida destes.

Endereço: Rua Prof. Maria Anita Furtado Coelho, S/N, Sítio Olho D'Água da Bica, Bloco: Central de Laboratórios de
Bairro: DISTRITO DE MELO **CEP:** 58.175-000
UF: PB **Município:** CUITÉ
Telefone: (83)3372-1835 **E-mail:** cep.ces.ufcg@gmail.com



CENTRO DE EDUCAÇÃO E
SAÚDE DA UNIVERSIDADE
FEDERAL DE CAMPINA
GRANDE - CES/UFCG



Continuação do Parecer: 6.656.548

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

A pesquisadora anexou os termos de apresentação obrigatória, que constam na página eletrônica da Plataforma Brasil:

- I) Termo de compromisso do pesquisador, devidamente assinado pela pesquisadora Anajás da Silva Cardoso Cantalice, pela orientada Ana Carolina do Nascimento Adelino.
- II) Folha de Rosto, corretamente preenchida e assinada pela pesquisadora Anajás da Silva Cardoso Cantalice e responsável pela instituição proponente- Vice Diretor do Centro - Centro de Educação e Saúde-UFCG- Cuité-PB, Marciano Henrique de Lucena Neto;
- III) Informações básicas do projeto contendo desenho, riscos, benefícios, metodologia, cronograma de execução e orçamento (financiamento próprio);
- IV) Termo de consentimento livre e esclarecido parcialmente em conformidade com o modelo CEP-CES, contendo objetivos, justificativa, riscos, benefícios, contato do pesquisador, cláusula de desistência, sigilo e privacidade, interesse expresso de participar da pesquisa, além dos dados do CEP-CES-UFCG.
- V) Projeto detalhado contendo as principais etapas estruturais: objetivos, materiais e métodos, riscos, benefícios, orçamento, cronograma, além de instrumento de coleta

Recomendações:

Referenciar em todos os documentos o OFÍCIO CIRCULAR Nº 2/2021/CONEP/SECNS/MS.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Após reapreciação do projeto e análise dos documentos apresentados, conclui-se que não existem inadequações éticas para o desenvolvimento da pesquisa, estando o mesmo APROVADO.

- 1) Faltaram os termos IX e X que constam no modelo do TCLE do CEP-CES. Onde corrigir: TCLE Termos: IX) Explicitar da garantia de ressarcimento e como serão cobertas as despesas obtidas pelos participantes da pesquisa e dela decorrentes; X) Explicitar da garantia de indenização diante de eventuais danos decorrentes da pesquisa;
ANÁLISE: pendência atendida.

- 2) Conforme a carta-circular nº 2/2021/CONEP/SECNS/MS que trata das orientações para procedimentos em pesquisa com qualquer etapa em ambiente virtual, o item 1.2 recomenda que "o pesquisador deverá descrever e justificar o procedimento a ser adotado para a obtenção do

Endereço: Rua Prof. Maria Anita Furtado Coelho, S/N, Sítio Olho D'Água da Bica, Bloco: Central de Laboratórios de
Bairro: DISTRITO DE MELO **CEP:** 58.175-000
UF: PB **Município:** CUITE
Telefone: (83)3372-1835 **E-mail:** cep.ces.ufcg@gmail.com



CENTRO DE EDUCAÇÃO E
SAÚDE DA UNIVERSIDADE
FEDERAL DE CAMPINA
GRANDE - CES/UFCG



Continuação do Parecer: 6.656.548

consentimento livre e esclarecido, bem como, o formato de registro ou assinatura do termo que será utilizado". Essa informação precisa ser apresentada na Metodologia. Onde corrigir: Metodologia do projeto detalhado e das informações básicas inseridas na plataforma Brasil.

ANÁLISE: pendência atendida.

3) Adequar os riscos -e suas mitigações, bem como benefícios conforme OFÍCIO CIRCULAR Nº 2/2021/CONEP/SECNS/MS que constam as orientações para procedimentos em pesquisas com qualquer etapa em ambiente virtual.

1.2.1. Caberá ao pesquisador destacar, além dos riscos e benefícios relacionados com a participação na pesquisa, aqueles riscos característicos do ambiente virtual, meios eletrônicos, ou atividades não presenciais, em função das limitações das tecnologias utilizadas. Adicionalmente, devem ser informadas as limitações dos pesquisadores para assegurar total confidencialidade e potencial risco de sua violação.

Onde corrigir: Riscos e Benefícios em todos os documentos, incluindo TCLE.

ANÁLISE: pendência atendida.

4) Adicionar ao TCLE os tópicos do OFÍCIO CIRCULAR Nº 2/2021/CONEP/SECNS/MS que constam abaixo:

2.2. Quando a coleta de dados ocorrer em ambiente virtual (com uso de programas para coleta ou registro de dados, e-mail, entre outros), na modalidade de consentimento (Registro ou TCLE), o pesquisador deve enfatizar a importância do participante de pesquisa guardar em seus arquivos uma cópia do documento eletrônico. 2.2.1. Deve-se garantir ao participante de pesquisa o direito de não responder qualquer questão, sem necessidade de explicação ou justificativa para tal, podendo também se retirar da pesquisa a qualquer momento. 2.2.2. Caso tenha pergunta obrigatória deve constar no TCLE o direito do participante de não responder à pergunta. 2.2.3. Deve-se garantir ao participante de pesquisa o direito de acesso ao teor do conteúdo do instrumento (tópicos que serão abordados) antes de responder as perguntas, para uma tomada de decisão informada. 3.2. Uma vez concluída a coleta de dados, é recomendado ao pesquisador responsável fazer o download dos dados coletados para um dispositivo eletrônico local, apagando todo e qualquer registro de qualquer plataforma virtual, ambiente compartilhado ou "nuvem".

Endereço: Rua Prof. Maria Anita Furtado Coelho, S/N, Sítio Olho D'Água da Bica, Bloco: Central de Laboratórios de
Bairro: DISTRITO DE MELO **CEP:** 58.175-000
UF: PB **Município:** CUITE
Telefone: (83)3372-1835 **E-mail:** cep.ces.ufcg@gmail.com



**CENTRO DE EDUCAÇÃO E
SAÚDE DA UNIVERSIDADE
FEDERAL DE CAMPINA
GRANDE - CES/UFMG**



Continuação do Parecer: 6.656.548

Onde corrigir: TCLE

ANÁLISE: pendência atendida.

5) Para preenchimento do Google forms seguir o modelo de Formulário de Pré-Preenchimento - CEP/CES/UFMG, por meio do link: https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdLxApd_3x-XRxdTn5GQ_ZrRZbwVMB8ILBHz4REa-jOd4IyoA/viewform

É importante que em todas as questões do instrumento de coleta de dados (inclusive as questões abertas) deverá conter a opção de não responder conforme OFÍCIO CIRCULAR Nº 2/2021/CONEP/SECNS/MS.

Onde corrigir: No instrumento de coleta de dados

ANÁLISE: pendência atendida.

6) Deixar registrado nos riscos- que quando ocorrer dados sensíveis, nas questões abertas do instrumento de coleta de dados, eles serão suprimidos, de modo a preservar o anonimato do participante da pesquisa. Onde corrigir: TCLE, Projeto, informações na plataforma Brasil.

ANÁLISE: pendência atendida.

Recomenda-se elaborar o relatório final após a conclusão do projeto e inserir na plataforma para acompanhamento por este Comitê.

Considerações Finais a critério do CEP:

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_2242108.pdf	18/12/2023 10:20:36		Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	projetotelaspaisCEPajustes.pdf	18/12/2023 10:19:20	Anajás da Silva Cardoso Cantalice	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLEajustes.pdf	18/12/2023 10:18:47	Anajás da Silva Cardoso Cantalice	Aceito
Folha de Rosto	folhaderostoassinada.pdf	09/11/2023 08:41:25	Anajás da Silva Cardoso Cantalice	Aceito

Endereço: Rua Prof. Maria Anita Furtado Coelho, S/N, Sítio Olho D'Água da Bica, Bloco: Central de Laboratórios de
Bairro: DISTRITO DE MELO **CEP:** 58.175-000
UF: PB **Município:** CUITE
Telefone: (83)3372-1835 **E-mail:** cep.ces.ufcg@gmail.com



CENTRO DE EDUCAÇÃO E
SAÚDE DA UNIVERSIDADE
FEDERAL DE CAMPINA
GRANDE - CES/UFCG



Continuação do Parecer: 6.656.548

Declaração de Pesquisadores	temopesquisadorestelas.pdf	06/11/2023 11:09:28	Anajás da Silva Cardoso Cantalice	Aceito
-----------------------------	----------------------------	------------------------	--------------------------------------	--------

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

CUITE, 19 de Fevereiro de 2024

Assinado por:
MARIA EMÍLIA DA SILVA MENEZES
(Coordenador(a))

Endereço: Rua ProP. Maria Anita Furtado Coelho, S/N, Sítio Olho D'Água da Bica, Bloco: Central de Laboratórios de
Bairro: DISTRITO DE MELO **CEP:** 58.175-000
UF: PB **Município:** CUITE
Telefone: (83)3372-1835 **E-mail:** cep.ces.ufcg@gmail.com

APÊNDICES

APÊNDICE A: TERMO DE CONSCETIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Termo de Consentimento Livre e Esclarecido Estratégias Parentais para minimizar uso exagerado de telas por adolescentes

Prezado Participante,

Você está sendo convidado(a) a participar do projeto de pesquisa acima citado, desenvolvido sob responsabilidade Prof.^a Dr.^a Anajás Silva Cardoso Cantalice, da Universidade Federal de Campina Grande, com endereço eletrônico: anajascardoso@gmail.com, número para contato: 83 9119 4460 e endereço institucional: Universidade Federal de Campina Grande, Sítio Olho Água da Bica, S/N. Cuité, PB; e pesquisadora participante Ana Carolina do Nascimento Adelino, sob matrícula 519220381, acadêmica do curso de bacharelado em Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande, campus Cuité. O presente documento contém todas as informações necessárias sobre a pesquisa que estamos fazendo. Sua colaboração neste estudo será de muita importância para nós, mas se desistir a qualquer momento, isso não causará nenhum prejuízo a você.

Eu _____, nascido(a) em ___ / ___ / ___, concordo de livre e espontânea vontade em participar como voluntário(a) do estudo Estratégias Parentais para minimizar o uso exagerado de telas por adolescentes. Declaro que obtive todas as informações necessárias, bem como todos os eventuais esclarecimentos quanto às dúvidas por mim apresentadas.

Estou ciente que:

- I) A pesquisa tem como objetivo verificar as estratégias parentais utilizadas para minimizar o uso exagerado de telas por adolescentes;
- II) A pesquisa é justificada pela importância de compreender como os responsáveis vivenciam o uso excessivo da tecnologia pelos adolescentes e como eles percebem os riscos associados a esta realidade. Além disso, busca-se entender como os responsáveis lidam com esta situação, que estratégias utilizam para orientar os adolescentes e que impactos essas estratégias têm nas relações familiares;
- III) Os possíveis desconfortos que poderão ocorrer são a exposição de dados pessoais e confidenciais dos participantes, pela pesquisa ser de forma online, por possíveis falhas

no sistema online de segurança (por exemplo hackers). Para evitar isto, visando cumprir à Resolução 466/2012 e às orientações do Ofício Circular nº 2/2021, o pesquisador garante utilizar-se de tecnologias de segurança de dados para melhor proteger as informações que serão fornecidas, além disso, se compromete em garantir o anonimato do participante da pesquisa, seu nome ou material que indique a sua participação, de forma que nenhuma informação seja concedida sem autorização. O estudo traz benefícios, pois, permite que através de suas experiências, possamos traçar novas orientações para os responsáveis para diminuir os riscos associados à exposição de telas dos adolescentes;

- IV) As pesquisadoras estarão a sua disposição para quaisquer esclarecimentos que considere necessários em qualquer etapa da pesquisa;
- V) Sua participação é totalmente voluntária, assim não está sendo obrigado (a) a fornecer informações, caso desista de participar da pesquisa em qualquer etapa, não sofrerá nenhum dano, como também fica isento de explicação. Durante o questionário o participante será indagado sobre seus dados sócios demográficos assim como questões sobre o tempo de uso em telas. Vale ressaltar que se houver algum dado sensível ao participante que precise ser preenchido, os dados serão suprimidos para preservar o anonimato do participante. Uma vez concluída a coleta de dados o pesquisador fará um download dos dados coletados para um dispositivo eletrônico de segurança, apagando todo e qualquer registro de qualquer plataforma virtual;
- VI) É garantida a privacidade do participante e seus dados e informações serão mantidas em sigilo em todas as fases da pesquisa;
- VII) Todavia, solicitamos o consentimento para a publicação e divulgação dos resultados, uma vez que farão parte do Trabalho de Conclusão de Curso a ser apresentado e defendido, podendo ser divulgado na íntegra ou em parte, tanto a nível nacional como internacional. Não havendo divulgação do seu nome, caso os resultados sejam publicados. Vale enfatizar também a importância do participante guardar uma cópia do documento para sua segurança;

Atestado de interesse pelo conhecimento dos resultados da pesquisa.

() Desejo conhecer os resultados desta pesquisa

() Não desejo conhecer os resultados desta pesquisa.

- VIII) Além disso, informamos que o participante receberá uma via do presente documento através do email.

IX) Se houver alguma despesa com a pesquisa, seja ele de transporte ou alimento, o participante será ressarcido.

X) E, se caso houver danos de qualquer natureza será o participante será indenizado.

Caso me sinta prejudicado(a) por participar desta pesquisa, poderei recorrer ao Comitê de Ética em Pesquisa do Centro de Educação e Saúde da Universidade Federal de Campina Grande, localizado na Rua Profª. Maria Anita Furtado Coelho, S/N, Sítio Olho D'Água da Bica, Bloco: Central de Laboratórios de Análises Clínicas (LAC), 1º andar, Sala 16. CEP: 58175 – 000, Cuité-PB, Tel: 3372 – 1835, E-mail: cep.ces.ufcg@gmail.com;

Poderei também contatar o pesquisador responsável, por meio do número (84) 986822955 e através do email anajascardoso@gmail.com ou ana.adelino@estudante.ufcg.edu.br

Anajás da Silva Cardoso Cantalice
Pesquisador responsável

Assinatura Participante



Assinatura Dactiloscópica
Participante da Pesquisa

APÊNDICE B: TERMO DE COMPROMISSO DO PESQUISADOR

Por este termo de responsabilidade, nós abaixo–assinados, Anajás da Silva Cardoso Cantalice e Ana Carolina do Nascimento Adelino da pesquisa intitulada Estratégias Parentais para minimizar uso exagerado de telas por adolescentes, assumimos cumprir fielmente as diretrizes regulamentadoras emanadas da Resolução nº 466, de 12 de Dezembro de 2012 do Conselho Nacional de Saúde e suas normatizações complementares, homologadas nos termos do Decreto de delegação de competências de 12 de novembro de 1991, visando assegurar os direitos e deveres que dizem respeito à comunidade científica, ao (s) sujeito (s) da pesquisa e ao Estado.

Reafirmamos, outrossim, nossa responsabilidade indelegável e intransferível, mantendo em arquivo todas as informações inerentes a presente pesquisa, respeitando a confidencialidade e sigilo dos documentos correspondentes a cada participante incluído na pesquisa, por um período de 5 (cinco) anos após o término desta.

Apresentaremos sempre que solicitado pelas instâncias envolvidas no presente estudo, relatório sobre o andamento da mesma, assumindo o compromisso de:

- Preservar a privacidade dos participantes da pesquisa cujos dados serão coletados;
- Assegurar que as informações serão utilizadas única e exclusivamente para a execução do projeto em questão;
- Assegurar que os benefícios resultantes do projeto retornem aos participantes da pesquisa, seja em termos de retorno social, acesso aos procedimentos, produtos ou agentes da pesquisa;
- Assegurar que as informações somente serão divulgadas de forma anônima, não sendo usadas iniciais ou quaisquer outras indicações que possam identificar o sujeito da pesquisa;
- Assegurar que os resultados da pesquisa serão encaminhados para a publicação e para as instituições co-participantes, como forma de retorno e contribuição aos serviços.

Em cumprimento às normas regulamentadoras, **declaramos que a coleta de dados do referido projeto não foi iniciada** e que somente após a aprovação do projeto de pesquisa pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Centro de Educação e Saúde da Universidade Federal de

Campina Grande (CEP-CES-UFCG) e da Comissão de Ética em Pesquisa (CONEP), os dados serão coletados.

Cuité-Paraíba, 31 de outubro de 2023.

Frejás da Silva Cardoso Cortesice

Orientador(a)/Pesquisador (a) responsável

Ona Carolina de N. Adelino _____

Orientando

APÊNDICE C: FORMULÁRIO DE COLETA DE DADOS

Estratégias Parentais para minimizar o uso exagerado de telas por adolescentes

Dados Sócio Demográficos

- Sexo
 - Feminino
 - Masculino
- Em qual grupo está sua idade?
 - Menor que 20 anos
 - 20 - 30 anos
 - 40 - 50 anos
 - 50 anos em diante
- Qual sua cor?
 - Branco
 - Pardo
 - Negro
 - Indígena
- Qual área mora?
 - Zona Rural
 - Zona Urbana
- Quantas pessoas moram na sua casa e com quem mora?
- Qual seu nível de escolaridade?
 - Ensino fundamental completo
 - Ensino fundamental incompleto
 - Ensino médio completo
 - Ensino médio incompleto
 - Ensino superior completo
 - Ensino superior incompleto
 - Não desejo responder
- Qual sua religião ou crença?
- Qual sua situação conjugal?
 - Solteiro
 - Casado
 - Divorciado

Viúvo

Informações sobre o uso de telas

- Qual tipo de tela mais utilizado pelo adolescente?

Celular

Tablet

Notebook/Computador

Televisão

Vídeo game

Outros

- Quanto tempo de tela, em média por dia, o adolescente utiliza as telas?

até 30 minutos por dia

de 1 a 3 horas por dia

de 3 a 6 horas por dia

de 7 a 10 horas por dia

mais de 10 horas por dia

não sei responder

- O que acha sobre o tempo de tela utilizado pelo adolescente?

- Percebe alguma alteração quando o adolescente passa mais tempo em telas?

Sim

Não

- Se percebe, quais são?

- Qual a maior motivação para o uso prolongado das telas?

Assistir aula/execução de tarefas escolares

Recreação/diversão/entretenimento

Facilitar a vida dos pais para execução de tarefas domiciliares ou trabalho remoto

Não desejo responder

Outros

- Quanto tempo, em média por dia, o responsável utiliza as telas?

até 30 minutos por dia

de 1 a 3 horas por dia

de 3 a 6 horas por dia

de 7 a 10 horas por dia

mais de 10 horas por dia

não sei responder

- Percebe alguma alteração quando você passa mais tempo em telas?

Sim

Não

- Se percebe, quais são?
- Vocês realizam alguma atividade juntos ao longo do dia?

Sim

Não

- Se realizam, quais?
- O responsável conhece os riscos provocados pelo uso prolongado das telas?
- Existe um controle pelo responsável para diminuir a utilização de tela pelo adolescente?

Sim

Não

- O que utiliza para minimizar o tempo de tela do adolescente?
- O adolescente teve dificuldade para compreender e atender esse controle?

Sim

Não

- Se sim, por que?

ANEXO II

Estratégias Parentais para minimizar o uso exagerado de telas por adolescentes

Prezado participante, é com imensa consideração, que você está sendo convidado a participar como voluntário (a) no estudo, tendo como título "Estratégias Parentais para minimizar o uso exagerado de telas por adolescentes", projeto da aluna Ana Carolina do Nascimento Adelino, estudante do curso de enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande

carolinaadelino@gmail.com [Alternar conta](#)

* Indica uma pergunta obrigatória

E-mail *

Seu e-mail

Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

Título: Estratégias Parentais para minimizar o uso exagerado de telas por adolescentes. Prezado Senhor (a)

Esta pesquisa tem como objetivo geral verificar as estratégias parentais utilizadas para minimizar o uso exagerado de telas por adolescentes. Diante disso, a pesquisa justifica-se que, tendo em vista que ao entender as estratégias mais eficazes para lidar com a utilização excessiva de multitelas, é possível desenvolver recomendações práticas para os pais, melhorando a compreensão de como podem promover um equilíbrio saudável entre o mundo digital e o mundo real na vida dos adolescentes. O estudo traz benefícios pois, permite que através de suas experiências, possamos traçar novas orientações para os responsáveis para diminuir os riscos associados a exposição de telas dos adolescentes. Informamos que esta pesquisa pode causar possíveis desconfortos, por ocorrência de exposição de dados dos participantes, diante disso o

entre o mundo digital e o mundo real na vida dos adolescentes. O estudo traz benefícios pois, permite que através de suas experiências, possamos traçar novas orientações para os responsáveis para diminuir os riscos associados a exposição de telas dos adolescentes. Informamos que esta pesquisa pode causar possíveis desconfortos, por ocorrência de exposição de dados dos participantes, diante disso o pesquisador garante o anonimato do participante da pesquisa, seu nome ou material que indique a sua participação, de forma que nenhuma informação seja concedida sem autorização. É garantida a privacidade do participante e seus dados e informações serão mantidos em sigilo em todas as fases da pesquisa, todavia, solicitamos o consentimento para a publicação e divulgação dos resultados, uma vez que farão parte do Trabalho de Conclusão de Curso a ser apresentado e defendido, não havendo divulgação do seu nome, caso os resultados sejam publicados. As pesquisadoras estarão a sua disposição para quaisquer esclarecimentos que considere necessários em qualquer etapa da pesquisa. Assim, esclarecemos que sua participação é totalmente voluntária, assim não está sendo obrigado (a) a fornecer informações, caso desista de participar da pesquisa em qualquer etapa, não sofrerá nenhum dano, como também fica isento de explicação. Caso se sinta prejudicado(a) por participar desta pesquisa, poderá recorrer ao Comitê de Ética em Pesquisa do Centro de Educação e Saúde da Universidade Federal de Campina Grande, localizado na Rua Profª Maria Anita Furtado Coelho, S/N, Sítio Olho D'Água da Bica, Bloco. Central de Laboratórios de Análises Clínicas (LAC), 1º andar, Sala 16. CEP: 58175-000, Cuité-PB, Tel. 3372-1835, E-mail: cep.ces.ufcg@gmail.com e poderá também contatar o pesquisador responsável, por meio do número (84) 986822955 e através do email ana_adelino@estudante.ufcg.edu.br

Consentimento pós informação TCLE, li e declaro que concordo em participar da pesquisa:

- Sim, concordo.
- Não, não concordo.

[Próxima](#)

[Limpar formulário](#)

Estratégias Parentais para minimizar o uso exagerado de telas por adolescentes

carolinaadelino@gmail.com [Alternar conta](#)

* Indica uma pergunta obrigatória

Dados sócio demográficos

Sexo *

- Feminino
- Masculino

Em qual grupo está sua idade? *

- Menor que 20 anos
- 20 - 30 anos
- 30 - 40 anos
- 40 - 50 anos
- 50 anos em diante

Qual sua cor? *

- Branco
- Pardo
- Negro
- Indígena

Qual área mora? *

- Zona Rural
- Zona Urbana

Quantas pessoas moram na sua casa e com quem mora? *

Sua resposta

Qual seu nível de escolaridade? *

- Ensino fundamental completo
- Ensino fundamental incompleto
- Ensino médio completo
- Ensino médio incompleto
- Ensino superior completo
- Ensino superior incompleto
- Não desejo responder

Qual sua religião ou crença? *

Sua resposta _____

Estratégias Parentais para minimizar o uso exagerado de telas por adolescentes

carolinaadelino0@gmail.com [Alternar conta](#)



* Indica uma pergunta obrigatória

Qual sua situação conjugal? *

- Solteiro (a)
- Casado (a)
- Divorciado (a)
- Viúvo (a)

Informações sobre o uso de telas

Qual tipo de tela mais utilizada pelo adolescente? *

- Celular
- Tablet
- Notebook/Computador
- Televisão
- Video game
- Outro: _____

Percebe alguma alteração quando o adolescente passa mais tempo em telas? *

- Sim
- Não

Se percebe, quais são

Sua resposta _____

Quanto tempo, em média por dia, o adolescente utiliza as telas? *

- até 30 minutos por dia
- de 1 a 3 horas por dia
- de 3 a 6 horas por dia
- de 7 a 10 horas por dia
- mais de 10 horas por dia
- Não sei responder

Qual maior motivação para o uso prolongado das telas? *

- Assistir aula/ execução de tarefas escolares
- Recreação/diversão/entretenimento
- Facilitar a vida dos pais para execução de tarefas domiciliares ou trabalho remoto
- Não desejo responder
- Outro: _____

O que acha sobre o tempo de tela utilizado pelo adolescente? *

Sua resposta _____

Quanto tempo, em média por dia, o responsável utiliza as telas? *

- até 30 minutos por dia
- de 1 a 3 horas por dia
- de 3 a 6 horas por dia
- de 7 a 10 horas por dia
- mais de 10 horas por dia
- Não sei responder

Percebe alguma alteração quando você passa mais tempo em telas? *

- Sim
 Não

Se percebe, quais são?

Sua resposta

Vocês realizam alguma atividade juntos ao longo do dia? *

- Sim
 Não

Se realizam, quais?

Sua resposta

O responsável conhece os riscos provocados pelo uso prolongado das telas? *

Sua resposta

Existe um controle pelo responsável para diminuir a utilização de tela pelo adolescente? *

- Sim
 Não

O que utiliza para minimizar o tempo de tela do adolescente? *

Sua resposta

O adolescente teve dificuldade para compreender e atender esse controle? *

- Sim
 Não

Se sim, por que?

Sua resposta