



O SIGNIFICADO DO USO DE TELAS ENTRE ADOLESCENTES: CAUSAS E CONSEQUÊNCIAS

Dirlene Rozária Pereira*

Marco Túlio Resende Clementino**

Edilene Aparecida Araújo da Silveira***

Welker Marcelo Moura****

RESUMO

Objetivo: compreender o significado do uso de telas atribuído pelos adolescentes. **Métodos:** o presente estudo foi descritivo exploratório, com abordagem qualitativa e referencial teórico-metodológico do interacionismo simbólico. Participaram adolescentes de uma escola pública mineira. Os dados foram coletados através de entrevistas e grupos focais realizados de forma *online* e analisados conforme a análise temática no período de agosto a dezembro de 2020. **Resultados:** participaram oito adolescentes com idades entre 14 e 17 anos, que cursavam o ensino médio e relataram que a tela mais usada foi o celular. Os significados atribuídos ao uso de telas estiveram relacionados à possibilidade de interação e praticidade por possibilitar a realização de várias atividades. Houve o reconhecimento que, diante do uso excessivo, é preciso ter momento distante da tela. Após a análise foram desveladas três categorias: 1. Tela é diversidade 2. Tela é interação, 3. É bom parar um pouco. **Considerações finais:** a pesquisa mostrou que distanciar-se das telas é difícil e que a presença de profissionais da saúde, particularmente relacionados à saúde do adolescente, pode ajudá-los a encontrar alternativas para usar as telas com redução das consequências negativas.

Palavras-chave: Adolescente. Tempo de Tela. Motivação. Ciências da Saúde.

INTRODUÇÃO

Os aparelhos eletrônicos e as mídias estão intensamente presentes na vida das pessoas, particularmente dos adolescentes. A delimitação dessa faixa etária pode variar de acordo com as diferentes definições. A Organização Mundial da Saúde (OMS) fixa esse período entre 10 e 19 anos. O Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA) define que a adolescência abrange a faixa etária de 12 a 18 anos de idade e, em casos excepcionais e quando disposto em lei, o estatuto é aplicável até os 21 anos⁽¹⁻²⁾.

A série histórica da pesquisa *TIC Kids Online Brasil* evidencia que houve aumento do uso da internet pelas pessoas com idades entre 9 e 17 anos. Essa proporção de usuários aumentou de 79% em 2015 para 94% em 2020. Assim, em 2020, 22 milhões de indivíduos nesta faixa etária utilizavam a internet⁽³⁾.

A intensificação desse uso ocorreu em parte

pelas medidas impostas de distanciamento social como enfrentamento da pandemia de COVID-19. Dentre essas medidas, está a adoção de atividades de ensino remoto. Dados da TIC Domicílios 2020 indicam que 89% dos adolescentes realizaram atividades ou pesquisas escolares e que 69% estudaram pela internet de forma independente. Além das atividades escolares, os adolescentes ainda acessam vídeos, videoaulas ou tutoriais, jogos e conteúdos audiovisuais. A maioria, ou seja 95% dos adolescentes, usa o celular para acessar a internet e seus conteúdos⁽³⁾.

Portanto, a pandemia permitiu o avanço das tecnologias de informação e comunicação. Esse avanço trouxe consigo a possibilidade da conexão de pessoas no mundo todo e mudanças no estilo de vida. Atividades escolares, profissionais e sociais migraram, parcial ou totalmente, para o ambiente *online* provocando o aumento do número de horas em

¹Extraído do Trabalho de Conclusão de Curso intitulada "O significado do uso de tela entre adolescentes", apresentada ao Curso de Residência Multiprofissional em Saúde do Adolescente da Universidade Federal de São João del Rei (UFSJ), no ano de 2021.

*Assistente Social. Residência. Instituição. UFSJ, Estudante. Divinópolis, Minas Gerais, Brasil. E-mail: didigoncalves18@hotmail.com ORCID iD: <http://orcid.org/0000/0002/3495/2566>.

**Assistente Social. Mestre. Professor do Curso de Serviço Social da Universidade Estadual de Minas Gerais. Divinópolis, Minas Gerais, Brasil. E-mail: marcotulio.resendeclementino@gmail.com ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-1108-935X>

***Enfermeira. Doutor em Enfermagem. Professora do Campus Centro Oeste da UFSJ. Divinópolis, Minas Gerais, Brasil. E-mail: edileneap@ufsj.edu.br ORCID iD: <http://orcid.org/0000-0001-7378-2240>

****Psicólogo. Mestrando em Psicologia. Instituição. UFSJ. São João del Rei. Minas Gerais, Brasil. E-mail: welkermoura1@hotmail.com ORCID <https://orcid.org/0000-0002-2185-0501>.

frente às telas⁽⁴⁾.

Neste âmbito, o aumento de tempo diante das telas, pode estar associado à maior exposição de riscos de crianças e adolescentes à mídia⁽⁴⁾. Estudos mostram que o uso excessivo de telas está associado a dificuldades de socialização e relacionamento, dificuldades escolares e sedentarismo⁽⁵⁾; aumento da ansiedade; início da depressão; distúrbios alimentares, como obesidade; problemas visuais, auditivos e posturais; lesões por esforços repetitivos (LER); distúrbios musculoesqueléticos; dores nas costas, pescoço e ombros⁽⁶⁾; *cyberbullying*; e distúrbios do sono, como insônia e sonolência diurna excessiva. Ou seja, esse hábito pode acarretar problemas físicos, mentais e emocionais, principalmente na adolescência^(2,7).

Segundo a Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP), o tempo máximo recomendado de exposição de adolescente às telas seria de duas horas diárias⁽⁵⁾. Após esse tempo, podem ocorrer prejuízos decorrentes do uso excessivo⁽⁵⁾. No entanto, os impactos positivos e negativos sobre a saúde física e mental não podem ser explicados considerando unicamente o tempo de tela. As mídias possuem conteúdos diversos, usos e interações variadas para que se tornem atraentes aos diversos tipos de públicos. É preciso ponderar a respeito das motivações, do conteúdo com o qual o adolescente interage e outras variáveis que podem fazer com que um pequeno tempo de tela se torne danoso ou muito tempo de tela não apresente riscos e nem danos⁽⁴⁾.

Neste âmbito, a educação direcionada ao melhor uso do mundo digital se faz importante e deve levar o adolescente a refletir sobre o tempo, motivações para o uso, conteúdo a ser visualizado, valores de existência e de proteção à saúde, além de apontar os perigos e riscos⁽⁴⁾.

Essa reflexão precisa partir do entendimento e das experiências que o adolescente possui em relação ao mundo digital. As pessoas pautam seus comportamentos no significado atribuído às coisas e às outras pessoas num determinado contexto, que é construído e reconstruído nas relações sociais⁽⁸⁾. Portanto, compreender o significado do uso de telas pode auxiliar na compreensão dos motivos que levam os adolescentes a utilizarem as telas em excesso em seu cotidiano.

Assim, questiona-se: Qual é o significado do uso de telas para adolescentes? Diante disso, o presente estudo tem como objetivo compreender o significado do uso de telas atribuído pelos adolescentes.

MÉTODOS

Estudo descritivo e exploratório, com abordagem qualitativa e referencial teórico-metodológico do interacionismo simbólico, que estuda processos de interpretação que permeiam a vida coletiva definindo pessoas e objetos por meio de significados. De acordo com este referencial, o significado é o elemento-chave na compreensão do direcionamento do comportamento humano, processos e interações. Ao entender tais significados, torna-se possível a apreensão do processo social que lhe dá base⁽⁸⁾.

A pesquisa foi realizada em uma das duas escolas atendidas pela Residência Multiprofissional em Saúde do Adolescente da Universidade Federal de São João del-Rei. A escola em questão foi escolhida por ser atendida por residentes do segundo ano.

O estudo teve a participação de adolescentes com idades entre 14 e 17 anos, que cursavam o ensino médio, faziam uso de telas no seu cotidiano e que participaram de atividades de educação em saúde promovidas pela Residência Multiprofissional em Saúde do Adolescente. Por sua vez, foram excluídos não localizados nos telefones de contato após pelo menos três tentativas, os com dificuldades de acesso à internet e os que apresentassem algum problema de comunicação e/ou de saúde que pudesse interferir na coleta de dados. Após a consideração dos critérios de inclusão e exclusão, os adolescentes eram convidados a participar do grupo focal.

A coleta de dados foi realizada entre os meses de agosto e dezembro de 2020, utilizando duas técnicas: grupo focal e entrevista semiestruturada individualizada. Os registros no diário de campo também foram utilizados. Embora os participantes façam o uso de telas, há pouco estímulo em pensar sobre isso. O grupo focal teve o objetivo de trazer a visão grupal acerca do uso de telas, e acreditou-se que a interação grupal provocaria uma reflexão, o que auxiliaria os participantes durante a entrevista. A

entrevista individual teve como foco capturar a visão individual após dois momentos de reflexão. Assim, as questões do grupo focal são as mesmas da entrevista individual.

Após a aprovação do projeto, os pesquisadores realizaram uma reunião com a direção da escola e com a tutoria da residência multiprofissional, solicitando as planilhas de atendimentos e dos alunos com nome, telefone, nome do responsável e série dos alunos. As planilhas foram conferidas com o objetivo de checar os critérios de inclusão e localizar somente alunos que participaram de alguma atividade de educação em saúde.

A seguir, os pesquisadores entraram em contato via telefone com todos os pais/responsáveis e adolescentes que atendiam aos critérios de inclusão. Dos 56 adolescentes atendidos pela residência, 50 preenchiam os critérios de inclusão, todos foram contatados, mas apenas 08 compareceram aos grupos focais e aceitaram participar do estudo. As perdas foram decorrentes de recusa por incompatibilidade de horário para participação nos grupos focais e entrevistas (09 adolescentes), dificuldades de acesso à internet (12 adolescentes) e não localização após três tentativas de contato telefônico realizadas em diferentes horários (03 adolescentes). Nenhum adolescente deixou de participar por problemas de saúde, mas 18 responsáveis pelos adolescentes não assinaram o termo de consentimento e o adolescente não pôde participar. Apesar das explicações sobre a pesquisa e o método aos prováveis participantes e seus responsáveis/pais, a participação em entrevistas virtuais por meio de plataformas ainda desconhecidas e o clima inicial da pandemia podem ter inibido uma participação maior na pesquisa.

Após o primeiro contato, duas vias dos termos de consentimento e assentimento assinados pelos pesquisadores foram enviadas por e-mail e devolvidas da mesma forma após respectivas assinaturas, ficando os participantes com uma cópia. Foram agendados os grupos focais e, posteriormente, as entrevistas individuais.

Antes da realização dos grupos, os participantes foram orientados sobre o uso da plataforma, gravação das entrevistas e o sigilo da

pesquisa. Ocorreram duas sessões de grupos focais que tiveram duração média de 60 minutos, as quais foram realizadas por meio de plataforma online *Google Meet*. As duas sessões foram realizadas com o intervalo de uma semana, sendo que os participantes estiveram presentes somente em uma delas. Foram utilizados gravadores de áudio e, no momento do grupo focal, estiveram presentes os participantes, um moderador pesquisador e de um pesquisador observador, que foram orientados e treinados para participarem dessa etapa.

O moderador teve a função de estimular a discussão da temática central e a interação entre os participantes. O observador foi responsável pelas anotações no diário de campo, recepção dos participantes na plataforma digital e manuseio dos gravadores. O observador anotava o início da fala de cada participante para servir como guia de transcrição. Ele ainda anotava intercorrências durante o grupo focal, conferia se houve a participação de todos, observava comportamentos não verbais diante das perguntas norteadoras.

A sessão grupal foi composta por três momentos. Inicialmente eram realizadas explicações gerais, seguidas por uma conversa informal com os participantes para que conhecessem os pesquisadores e se aproximassem emocionalmente deles. Esse momento não era gravado. A seguir, ocorria a condução do grupo focal com as perguntas e gravação. Finalmente a gravação era terminada e os pesquisadores agradeciam pela participação, lembravam a necessidade da guarda dos termos de consentimento/assentimento e abriam a possibilidade de que os participantes adicionassem mais informações que pensassem ser relevantes para ser anotadas no diário de campo.

As entrevistas individuais foram realizadas mediante ligação telefônica com duração média entre 30 e 40 minutos. As entrevistas ocorreram 15 dias após o último grupo focal. Os áudios dos grupos e das entrevistas individuais foram gravados e, posteriormente, transcritos na íntegra. O mesmo roteiro de questões norteou as entrevistas e os grupos focais, baseando-se nos objetivos e no referencial teórico do estudo. Ele foi constituído por duas partes: perguntas norteadoras e dados gerais de cada adolescente.

Você poderia me dizer qual é importância do uso de telas (Televisão, telefone celular e computador) para você? Você poderia me falar sobre as consequências do uso telas em seus relacionamentos e na sua saúde? Como você enfrenta as consequências negativas do uso de telas? No diário de campo, foram anotadas todas intercorrências e comportamentos apresentados pelos adolescentes durante a coleta de dados.

No intuito de preservar o sigilo e identidade dos participantes, os mesmos foram identificados com a letra A (adolescente) seguida por número arábico sequencial, de acordo com a ordem de realização das entrevistas individuais. Os grupos focais foram identificados com as letras G (grupo) 1 ou 2 e A seguido por número arábico que o participante recebeu no dia de ocorrência do grupo focal.

A pesquisa respeitou preceitos éticos, diretrizes e normas estabelecidas na Resolução no. 510/16 do Conselho Nacional de Saúde, que regulamenta as pesquisas envolvendo seres humanos. O estudo foi aprovado no Comitê de Ética da Universidade Federal de São João del-Rei, sob o Parecer nº 4.208.087 e CAAE: 31844620.6.0000.5545.

A organização dos dados e construção das categorias seguiu o referencial analíticotemático categorial. Ela se constitui em três etapas, sendo elas: pré-análise, exploração do material e tratamento dos resultados composta pelas seguintes etapas: leitura flutuante, determinação e análise temática das unidades de registro, análise categorial do texto, tratamento e apresentação dos resultados⁽⁹⁾.

Na leitura flutuante, foi realizada a leitura exaustiva do texto transcrito de forma a construir hipóteses provisórias sobre o conteúdo. A seguir, houve determinação das unidades de registro a ser analisadas. Elas foram marcadas no texto transcrito e agrupadas num tema (análise temática das unidades de registro). O agrupamento dos temas deu origem às categorias (análise categorial do texto). Finalmente, os resultados são apresentados na forma de categorias (tratamento e apresentação dos resultados)⁽⁹⁾.

Vale ressaltar que os depoimentos e as falas dos adolescentes foram transcritos sem nenhuma alteração. Portanto, os erros ortográficos e as gírias comumente utilizadas pelos adolescentes

foram considerados, com o objetivo de preservar a fidelidade das informações coletadas.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados e discussão serão apresentados em duas partes. Inicialmente, iremos fazer uma caracterização dos adolescentes participantes do estudo em relação aos dados pessoais e em relação ao uso do tempo de tela. Na segunda parte, descreveremos as categorias desveladas após a análise dos relatos.

Os oito participantes estavam no segundo ano do ensino médio, sendo sete deles do sexo feminino, passavam mais de sete horas em frente às telas e todos acessavam a internet por meio de celulares.

O tempo de tela pode ser definido como a quantidade de tempo dispendido com tecnologias que necessitam de telas visuais como televisores, computadores e *smartphones*⁽¹⁰⁻¹¹⁾. A pandemia trouxe uma profunda alteração na rotina e no estilo de vida das pessoas, particularmente dos adolescentes. Dentre essas alterações, está o aumento da quantidade de tempo em frente às telas imposta pelas medidas de isolamento e a transferência de parte de atividades escolares, de trabalho, lazer e outras para o modo remoto, ou seja, mediado pelos dispositivos eletrônicos⁽³⁾. Nos relatos abaixo, os adolescentes indicam como percebem esse aumento:

Agora, com a pandemia, aumentou muito mais, porque a gente fica praticamente à toa em casa; os adolescentes a maioria não trabalham, as aulas são pelo celular e também pela televisão. Acaba que você quer ver um filme, mexer na rede social, então acaba que fica muitas horas conectado. (A7)

Agora, principalmente um pouco mais, porque como eu estava falando que agora a gente está estudando pelo telefone, a procurar coisas no celular ou pela televisão que está tendo as aulas, né? É tela o tempo inteiro. (A4)

A geração dos adolescentes não conhece o mundo sem a internet e os dispositivos eletrônicos. Há muitos benefícios, mas os riscos existem e precisam ser considerados. Inicialmente, havia a preocupação com o tempo de tela, mas estudos mostraram que,

para adolescentes, o conteúdo acessado nas mídias e outras variáveis, além do tempo de tela, são importantes na compreensão de danos e riscos⁽³⁾. Embora existam outras variáveis, é preciso considerar que as mídias sociais exercem influência sobre o estilo de vida e hábitos dos adolescentes e que estes, devido à imaturidade possuem dificuldades em avaliar riscos e benefícios no uso das tecnologias e redes sociais⁽¹²⁾.

O tipo de tela mais usado pelos adolescentes do estudo foi o *smarthphone*, seguido pelo notebook, o que coincide com a literatura⁽¹³⁾. A pesquisa *TIC KIDS Brasil* revela que, em 2020, 98% dos adolescentes usavam o aparelho celular para acessar a rede. Entretanto, essa proporção está constante em relação à 2019. Portanto, apesar da pandemia ter propiciado o aumento do tempo em frente às telas, o telefone permanece como a forma mais frequente de acessar a internet⁽³⁾.

As categorias abaixo descreveram os significados atribuídos pelos adolescentes. Após o processo de análise dos dados foram desveladas três categorias: 1. Tela é diversidade; 2. Tela é interação; 3. É bom parar um pouco.

A Tela é diversidade

Diante do fato de que esses adolescentes utilizam aplicativos de jogos, filmes e conversa, a importância do uso de telas repousa nas múltiplas possibilidades como diversão e lazer, uso nas atividades escolares e de pesquisa, além da oportunidade de obter novos relacionamentos.

Eu acho que facilita o contato entre as pessoas, é fonte de informação também, porque a tecnologia, querendo ou não, ajuda muito as pessoas, por exemplo, tem coisas que a gente procura na internet, o que não acha nos livros, e essas coisas. (A4G2)

Pra mim, também é a praticidade, de mandar mensagem, pedir comida, já chama lá pra pedir um táxi, essas coisas, e pedir comida também ficou mais fácil, pra fazer pesquisas, tá muito mais fácil de pesquisar as coisas, recorrer a livros, livros literários, ficou bem mais prático. (A8G1)

Nossa! Cara! É muita coisa, o que faço no

notebook. Fazer atividade escolar, redes sociais, jogar e de vez em quando assistir um Netflix, e um vídeo no Youtube. O penteado no cabelo que eu arrumei agora, ontem assisti e consegui fazer no meu cabelo. (A3)

Por meio dos relatos, é possível perceber que os adolescentes utilizam as telas para uma ampla variedade de atividades e funções. As atividades pessoais se relacionaram a funções sociais, como comunicação social com amigos, navegar em áreas de interesse, como pesquisar estratégias para jogos e fazer compras, assistir programas e vídeos, jogar, ouvir música, entretenimento, forma de lazer ou relaxamento, para reduzir o tédio e a ansiedade, além de assuntos relacionados à escola⁽¹³⁾.

As telas permitem o acesso a mídias sociais onde há a comunicação e a partilha de informações. Desta forma, há interação social que é capaz de produzir uma variedade de significados e ressignificados com impacto em diversas áreas, como autoestima e construção de identidades⁽¹⁴⁾. O significado de objetos e pessoas são construídos durante as interações sociais cotidianas e auxilia na compreensão do direcionamento das ações⁽⁸⁾. Portanto, o desenvolvimento do comportamento, hábitos e práticas dos adolescentes, ao ser ressignificados pelas interações *online*, trazem vulnerabilidade a essa população, expondo-a a riscos preocupantes⁽¹⁴⁾.

Apesar da praticidade que envolve o uso de telas, os adolescentes sabem que o uso excessivo pode trazer consequências negativas para a saúde.

O uso direto pode mexer com a atenção. Quem mexe muito à noite, isso atrapalha. Tem gente até que acorda com a visão preta, por causa do uso do celular, tipo eu, {risos} meu olho embaça direto. (A6)

Agora, efeito negativo, aumenta o nível de insônia, de ansiedade, depressão até e a visão. Não sei dizer se é apenas do uso de telas, porque é uma doença que eu já tinha, mas minha visão tá piorando. A questão de cansaço, vista escura, dor nos olhos, parece que a pressão do meu olho desregula, tem horas que não consigo enxergar direito. (A7)

O tempo de tela aumentado na vida de crianças e adolescentes associado a uma redução de atividades ao ar livre pode

determinar problemas na saúde mental de jovens⁽¹¹⁾. Estudo realizado no Canadá detectou que o tempo de tela maior do que quatro horas esteve associado a uma frequência de três a quatro vezes maior de episódios de transtorno depressivo maior, fobia social e transtorno de ansiedade generalizada em relação aos adolescentes que permaneceram diante das telas por um período menor de duas horas⁽¹⁴⁾.

No entanto, a pesquisa *TIC KIDS online Brasil* encontrou que a permanência dos adolescentes diante das telas, durante pouco tempo, mas sem educação direcionada ao uso, pode ser muito prejudicial devido aos conteúdos acessados e outros fatores⁽³⁾. Os conteúdos educativos podem promover reflexões e debates alinhados com a experiência, atuando como ações preventivas e promotoras de saúde⁽³⁾.

Apesar de saber sobre as consequências negativas para a saúde, os adolescentes continuam usando excessivamente as telas. Dentre as múltiplas funções que os estimulam a continuar usando excessivamente as telas, está o significado de que o uso de telas está associado à interação social.

Tela é interação social

Durante esse tempo diante do celular, o adolescente utiliza as mídias sociais para interação individual ou em grupo, como observamos nos relatos abaixo:

Eu conheci gente nova demais. Isso melhorou cem por cento meu dia porque eu converso todos os dias com eles. A gente tem até um grupo. [...]Eu os conheci jogando porque você consegue conversar durante o jogo. Aí peguei o WhatsApp deles, fiz um grupo e a gente conversa todos os dias. (A3G1)

É, mas também às vezes nem é por isso, o que acontece é que a maioria dos jogos é assim, a gente joga não só por jogar assim o jogo, mas para ficar conversando, porque quando você tá jogando, você tem interação dentro do jogo. (A8)

O uso de telas significa a possibilidade de interagir com outras pessoas e de se conectar ao mundo, num fenômeno onde a tela é o olho sem corpo que traz em si a implicação da presença do outro encarnado. A necessidade de

interação estimula nos adolescentes a atitude de verificação constante em busca de mensagens e atualizações para se manter informados sobre os acontecimentos cotidianos⁽¹³⁾, além de satisfazer o desejo de estar com o outro.

Essas interações estão repletas de símbolos construídos socialmente, dependem da situação vivenciada e dos comportamentos esperados para ela⁽¹⁵⁾. Nesse âmbito ocorre a socialização, que é pré-requisito para que o indivíduo faça parte da sociedade. Esse processo é importante na interiorização dos símbolos e, desta forma, a relação social constrói a personalidade⁽⁸⁾.

A vivência dos processos de socialização assume contorno especial na adolescência. O adolescente tem a necessidade de pertencer a um grupo pois essa vivência auxilia na escolha e construção de identidades como a de orientação sexual e profissional. A aceitação no grupo desperta sentimentos de pertencimento, inclusão e prazer, enquanto que o contrário pode gerar ansiedade, estresse, isolamento e depressão⁽¹⁶⁾.

Assim, as atividades variadas fornecidas pela mídia social favorecem a conexão com o grupo por meio da comunicação virtual, especialmente durante a pandemia; e, ao estimular o sentimento de pertença, traz a necessidade da verificação constante das informações no celular⁽⁸⁾.

Entretanto, ao lado da promoção da interação, as mídias sociais podem gerar conflitos. É possível perceber essas questões nos relatos abaixo:

Eu acho que quando a pessoa mexe muito no celular no âmbito familiar, ela acaba se afastando de quem tá perto. Por mais que se aproxime de pessoas que tá mais longe, acaba se afastando das pessoas que estão do lado. (A8)

Eu acho que dificulta às vezes assim, dificulta a relação do contato físico entre os familiares né? Porque cada um fica numa tela e não tem interação entre eles. (A9G1)

Na contemporaneidade, o uso excessivo da tecnologia, principalmente do *smartphone*, tem propiciado pontos positivos, como o desenvolvimento de habilidades, mas tem provocado prejuízos nas relações sociais e familiares. Os espaços de convivência familiar têm sido substituídos pela tecnologia,

permanecendo o distanciamento e a ausência na vida do outro⁽¹⁷⁾.

Ao lado de benefícios, há prejuízos, e então o equilíbrio entre ambos se torna um desafio. A criação de protocolos e ações que considerem as necessidades dos adolescentes podem auxiliar na efetivação de direito à saúde no meio virtual, promovendo a proteção integral da saúde e ações preventivas⁽¹³⁾.

É bom parar um pouco

Os participantes relatam abaixo as formas de enfrentamento das consequências negativas do uso de telas.

Eu penso em tirar um tempo pra ficar longe desse mundo das telas. Eu acabo ficando muitas horas ligada a isso. Tipo, uma coisa que eu gostaria de fazer pra diminuir isso é a leitura que eu gosto bastante. (A2)

Acho que poderia ter uma reunião ou uma brincadeira tipo não levar os celulares, ou ter uma caixinha e recolher todos os telefones {risos}, e ter um profissional porque se for só os adolescentes, eles não vão desligar o celular, porque a gente não consegue largar o telefone né. (A7)

[...] mas, pra o adolescente, por exemplo, tem que ter uma consciência desse uso, se tá usando demais: Ah! Para um pouco! Sei lá! Vai ler um livro de papel, não eletrônico, porque esse negócio de ficar lendo livro eletrônico, o olho até arde. (A9)

Os adolescentes do estudo pareciam apresentar dificuldades para resistir, parar ou controlar o uso do celular, onde havia a tendência em perder a noção do tempo, deixando outras atividades atrasadas ou sem realizar.

Adolescentes, crianças e suas famílias necessitam de intervenções que priorizem programas de educação acerca do uso de meios de comunicação social, uma vez que as telas que dão acesso à mídia ocupam papel central na vida de adolescentes e crianças⁽¹⁸⁾. A escola e a Unidade Básica de Saúde são espaços que congregam maior parte dessa população que pode ser atingida por ações de educação em saúde sobre a temática⁽¹⁹⁾.

As práticas educativas devem promover a reflexão junto aos adolescentes sobre as vantagens, os riscos e as desvantagens no uso da tecnologia móvel⁽⁸⁾. Além da interação com os outros indivíduos, o comportamento resulta também da interação que cada pessoa tem consigo mesma⁽¹⁹⁾. Assim, ao promover momentos de reflexão, as práticas educativas permitem a ressignificação de perspectivas em relação ao comportamento *online* e tomadas de decisão em relação ao conteúdo a ser acessado e/ou divulgado.

Os processos de significação e ressignificação auxiliam na definição do ambiente onde a pessoa atua e, portanto⁽²⁰⁾, têm potencial de reduzir vulnerabilidades, minimizar efeitos negativos e potencializar os benefícios do ambiente *online*.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A tela traz múltiplas possibilidades numa variedade de atividades que atrai o público adolescente. Dentre essas oportunidades, está a interação com diferentes pessoas. Entretanto, diante de tantos benefícios, as mídias sociais também possuem o significado de risco passível de estratégias de enfrentamento. Assim, os principais significados para os adolescentes do estudo estiveram relacionados a interação, multiplicidade de atividades e possibilidade de risco.

O planejamento de educação em saúde acerca da temática deve incluir os significados e a experiência dos adolescentes e familiares em atividades que promovam reflexões acerca das vantagens e riscos existentes nas mídias sociais. A partir disso, sugere-se que outras pesquisas sejam direcionadas à investigação das percepções e significados do uso de telas pelos pais/responsáveis, uma vez que os adultos devem orientar os adolescentes sobre o equilíbrio e consciência na utilização da internet.

A presente investigação apresenta limitações resultantes da imposição de isolamento social e da proibição do uso de estratégias de coletas de dados presenciais. Apesar disso, foi possível perceber alguns significados atribuídos pelos adolescentes ao uso de telas no cotidiano.

THE SIGNIFICATION OF THE USE OF SCREENS AMONG ADOLESCENTS: CAUSES AND CONSEQUENCES

ABSTRACT

Objective: to understand the signification of the use of screens attributed by adolescents. **Methods:** the current study was descriptive and exploratory, with a qualitative approach and theoretical-methodological framework of symbolic interactionism. Adolescents from a public school in Minas Gerais participated in it. Data were collected through interviews and focus groups carried out online and analyzed according to thematic analysis in the period from August to December 2020. **Results:** it had the participation of eight adolescents aged between 14 and 17 years, who attended high school and reported that the most used screen was the cell phone. The significations attributed to the use of screens were related to the possibility of interaction and practicality for allowing the performance of various activities. There was recognition that, in the face of excessive use, it is necessary to have a moment away from the screen. After the analysis, three categories were revealed: 1. Screen is diversity 2. Screen is interaction, 3. It is good to stop for a while. **Final considerations:** research has shown that distance from screens is difficult and the presence of health professionals, particularly related to adolescent health, can help them to find alternatives to use screens with reduced negative consequences.

Keywords: Adolescent. Screen Time. Motivation. Health Sciences.

EL SIGNIFICADO DEL USO DE PANTALLAS ENTRE ADOLESCENTES: CAUSAS Y CONSECUENCIAS

RESUMEN

Objetivo: comprender el significado del uso de pantallas asignado por los adolescentes. **Métodos:** el presente estudio fue descriptivo exploratorio, con abordaje cualitativo y referencial teórico-metodológico del interaccionismo simbólico. Participaron adolescentes de una escuela pública de Minas Gerais-Brasil. Los datos fueron recolectados a través de entrevistas y grupos focales realizados en forma *online* y analizados conforme el análisis temático en el período de agosto a diciembre de 2020. **Resultados:** participaron ocho adolescentes con edades entre 14 y 17 años, que cursaban la enseñanza secundaria y relataron que la pantalla más usada fue el celular. Los significados atribuidos al uso de pantallas estuvieron relacionados a la posibilidad de interacción y practicidad por posibilitar la realización de varias actividades. Hubo el reconocimiento de que, ante el uso excesivo, es necesario tener momento alejado de la pantalla. Después del análisis surgieron tres categorías: 1. La pantalla es diversidad; 2. La pantalla es interacción; 3. Es bueno detenerse un poco. **Consideraciones finales:** la investigación ha demostrado que distanciarse de las pantallas es difícil y que la presencia de profesionales de la salud, particularmente involucrados con la salud del adolescente, puede ayudarles a encontrar alternativas para usar las pantallas con reducción de las consecuencias negativas.

Palabras clave: Adolescente. Tiempo de Pantalla. Motivación. Ciencias de la Salud.

REFERÊNCIAS

1. Brasil. Secretaria Nacional dos Direitos da criança e do Adolescente. Lei no 8.069, de 13 de julho de 1990. Dispõe sobre o Estatuto da Criança e do Adolescente e dá outras providências. Brasília: Ministério da Saúde, 1990.
2. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Área de Saúde do Adolescente e do Jovem. Marco legal: saúde, um direito de adolescentes. Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2007.
3. Comitê Gestor da Internet no Brasil. Núcleo de Informação e Coordenação do Ponto BR. Pesquisa sobre o uso da internet por crianças e adolescentes no Brasil: TIC Kids online Brasil 2020. https://cetic.br/media/docs/publicacoes/2/20211125083634/tic_kids_online_2020_livro_eletronico.pdf
4. Spritzer DT, Fortim I, Vasconcelos F, Carvalho E. Atualizando o debate sobre “tempo de tela”: ainda faz sentido tanta preocupação? In: Comitê Gestor da Internet no Brasil. Núcleo de Informação e Coordenação do Ponto BR. Pesquisa sobre o uso da internet por crianças e adolescentes no Brasil: TIC Kids online Brasil 2020. [citado em 29 mar 2021]. Disponível em: https://cetic.br/media/docs/publicacoes/2/20211125083634/tic_kids_online_2020_livro_eletronico.pdf

kids_online_2020_livro_eletronico.pdf

5. SBP. Sociedade Brasileira de pediatria (SBP). Manual de Orientação: #menos telas#mais saúde. Rio de Janeiro: SBP, 2019 [citado em 29 mar 2021]. Disponível em URL: https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/_22246c-ManOrient_-_MenosTelas__MaisSaude.pdf
6. Queiroz LB, Lourenço B, Silva LEV, Lourenço DMR, Silva CA. Dor musculoesquelética e síndromes musculoesqueléticas em adolescentes relacionadas à dispositivos eletrônicos. J. Pediatr (Rio J). 2018; 94 (6): 673-679. DOI:10.1016/j.jped.2017.09.006
7. Vernon L, Modecki KL, Barber BL. Mobile Phones in the Bedroom: Trajectories of Sleep Habits and Subsequent Adolescent Psychosocial Development. Child Dev. 2018; 89(1): 66-77. DOI:10.1111/cdev.12836
8. Carvalho VD, Borges LO, Rego DP. Interacionismo simbólico: origens, pressupostos e contribuições aos estudos em psicologia social. Psicol. cienc. prof.2010; 30 (1):146-161. DOI:10.1590/S1414-98932010000100011
9. Oliveira, DC. Theme/category-based content analysis: a proposal for systematization. Rev. enferm. UERJ. 2008 out/dez; 16(4):569-76. <http://files.bvs.br/upload/S/0104-3552/2008/v16n4/a569-576.pdf>.
10. Orben, A. Teenagers, screens and social media: a narrative review of reviews and key studies. Soc Psychiatry

Psychiatr Epidemiol.2020; 55:407–414. DOI: 10.1007/s00127-019-01825-4

11. Oswald TK, Rumbold AR, Kedzior SGE, Moore VM. Psychological impacts of “screen time” and “green time” for children and adolescents: A systematic scoping review. *PLoS One*. 2020 Sep; 15 (9): e0237725. DOI: 10.1371/journal.pone.0237725
12. Sales SS, Costa TM, Gai MJP. Adolescents in the Digital Age: Impacts on Mental Health Research, Society and Development. 2021; 10 (9): e15110917800. DOI: 10.33448/rsd-v10i9.17800
13. Deslandes SF, Coutinho T. The intensive use of the internet by children and adolescents in the context of COVID-19 and the risks for self-inflicted violence. *Ciênc.Saúde Colet*. 2020; 25: 2479–2486. DOI: 10.1590/1413-81232020256.1.11472020
14. Kim S, Favotto L, Halladay J, Wang L, Boyle MH, Georgiades K. Differential associations between passive and active forms of screen time and adolescent mood and anxiety disorders. *SocPsychiatryPsychiatrEpidemiol*. 2020; 55: 1469–1478. DOI: 10.1007/s00127-020-01833-9
15. Gomes ACC, Pedrosa Filho RB, Teixeira LC. Neither see, nor look: view wing! On adolescents’ exhibition on social media. *Agora: Estudos em teoria psicanalítica*. 2021; 24 (1):

91-99. DOI: 10.1590/1809-44142021001011.

16. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas e Estratégicas. Proteger e cuidar da saúde de adolescentes na atenção básica [recurso eletrônico] 2017. 234 p. Disponível em: http://bvsm.sau.gov.br/bvs/publicacoes/proteger_cuidar_adolescentes_atencao_basica.pdf.
17. Pimenta T, Oliveira FAF. A influência da tecnologia nas relações familiares. *Rev.Uningá* 2018; 55 (4): 138-147. DOI: <http://revista.uninga.br/index.php/uninga/article/view/2411>
18. Patraquim C, Ferreira S, Martins H, Mourão H, Gomes P, Martins S. As crianças e a exposição aos media. *Nascer e Crescer*. 2018; 27(1): 11-21. DOI: 10.25753/BirthGrowthMJ.v24.i0.9430.
19. Costa TRL, Marcheti MA, Teston EF, Solon S, Marques FB, Knoch M, et al. Educação em saúde e adolescência: desafios para Estratégia saúde da família. *Cienc.Cuid. Saúde* 2020; 19: e55723. DOI: 10.4025/cienccuidsaude.v19i0.55723.
20. Utzumi FC, Lacerda MR, Bernardino E, Gomes IM, Aued GK, Sousa SM. Continuidade do cuidado e o interacionismo simbólico: entendimento possível. *Texto Contexto Enferm*. 2018; 27(2):e4250016. DOI: 10.1590/0104-070720180004250016

Endereço para correspondência: Edilene Aparecida Araújo da Silveira. R. Afrânio Peixoto, 2211, apto 203 Bl C. Divinópolis, Minas Gerais, Brasil. Telefone: (37) 991925314 e E-mail: edileneap@ufsj.edu.br.

Data de recebimento: 20/04/2021

Data de aprovação: 29/01/2022