



O USO DA TECNOLOGIA ENTRE ADOLESCENTES: BENEFÍCIOS E MALEFÍCIOS

Rita Salete Kusiak Cavalin¹
Miriã Rebelo da Rosa²
Nícolas Batista de Moura³
Rafael Nunes Junior⁴

Instituição: Colégio Estadual Catuípe

Modalidade: Relato de Pesquisa

Eixo Temático: Tecnologias da Informação e Comunicação

1. Introdução

A tecnologia é uma ferramenta poderosa que mudou a forma como interagimos, comunicamos e acessamos informações. Ela está presente na vida de muitos adolescentes em todo o mundo, influenciando significativamente seu desenvolvimento, aprendizado e socialização. No entanto, traz consigo uma série de benefícios e malefícios que podem impactar profundamente a vida dos adolescentes.

Neste trabalho, examinaremos as vantagens e desvantagens da tecnologia entre adolescentes, analisando como essa ferramenta afeta seu desenvolvimento cognitivo, emocional e social. Ao longo do trabalho, buscaremos compreender também como os adolescentes podem maximizar os benefícios da tecnologia, promovendo um uso equilibrado e consciente desta poderosa ferramenta.

2. Procedimentos Metodológicos

O processo metodológico do trabalho teve início com a pesquisa bibliográfica em trabalhos científicos já publicados sobre o tema em questão, abordando a influência da tecnologia entre os adolescentes, mais especificamente do uso da Internet, apontando benefícios e malefícios que podem ser ocasionados pela mesma.

Na sequência de ações metodológicas foi elaborado um questionário com questões objetivas, utilizando o Google Formulários, o qual foi aplicado de modo online com os alunos dos primeiros anos do Ensino Médio do Colégio Estadual Catuípe do turno da manhã, que contemplam uma faixa etária de 14 a 17 anos. O questionário contou com 9 questões e objetivou conhecer o perfil dos adolescentes frente ao uso dos recursos tecnológicos, principais mídias e/ou jogos acessados, tempo diário de uso da Internet, interferências da tecnologia no dia a dia, principais benefícios e malefícios da mesma sob a ótica de cada um e possíveis atividades que podem ser realizadas para substituir o seu uso. No total foram obtidas 45 respostas que foram utilizadas na construção dos resultados do trabalho.

¹ Professora Orientadora, e-mail: ritakusiakcav@gmail.com.

² Aluna do 3º ano do Ensino Médio, e-mail: miria-rosa1@educar.rs.gov.br.

³ Aluno do 3º ano do Ensino Médio, e-mail: nicolasbatistanico3@gmail.com.

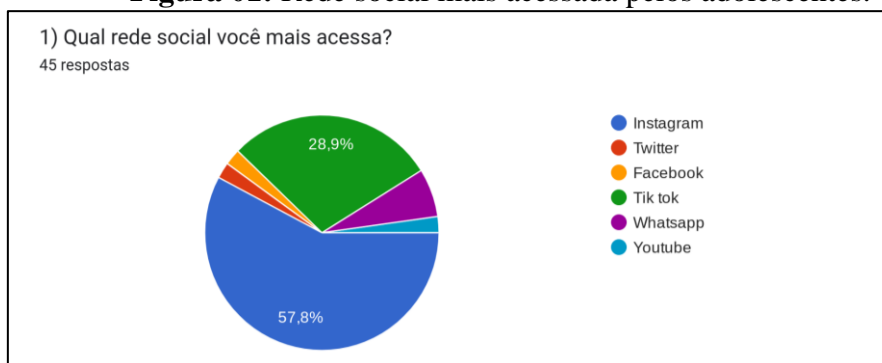
⁴ Aluno do 3º ano do Ensino Médio, e-mail: rafael-njunior@educar.rs.gov.br.



3. Resultados e Discussões

O formulário teve o intuito de conhecer o perfil de um dos públicos alvo que mais faz uso da tecnologia, os adolescentes. Assim, na primeira pergunta foram questionados sobre qual rede social é a mais acessada por eles, sendo que o Instagram ganhou destaque com 57,8% das respostas, seguido do Tik Tok com 28,9%, como mostra a figura 01. Essa preferência pelo Instagram pode ser justificada pela possibilidade de edição e compartilhamento de fotos e vídeos, criação de reels e stories, os quais permitem capturar coisas do dia a dia, destacar os momentos especiais ou se expressar com texto, música, figurinhas interativas, filtros e GIFs, além de outras opções (Instagram, 2024).

Figura 01: Rede social mais acessada pelos adolescentes.



Fonte: os autores, 2024 - formulário do Google.

Na segunda pergunta (Figura 02) foram indagados sobre quanto tempo em média do seu dia destinam para o uso de redes sociais e/ou jogos online e com 46,7% das respostas a maioria dos adolescentes afirmou passar de 2 a 5 horas no celular. O período de 5 a 7 horas recebeu 35,6% das respostas. Aqui é importante mencionar que mesmo com percentual baixo de 6,6%, existem adolescentes que passam mais de 10 horas do seu dia conectados, o que pode caracterizar uma situação preocupante. De acordo com Lima (2023) esse contato excessivo com as telas pode gerar transtornos como ansiedade, problemas de visão, dificuldades para dormir, problemas de aprendizagem, além de afetar a interação social.

Figura 02: Tempo de uso das redes sociais/jogos online pelos adolescentes.

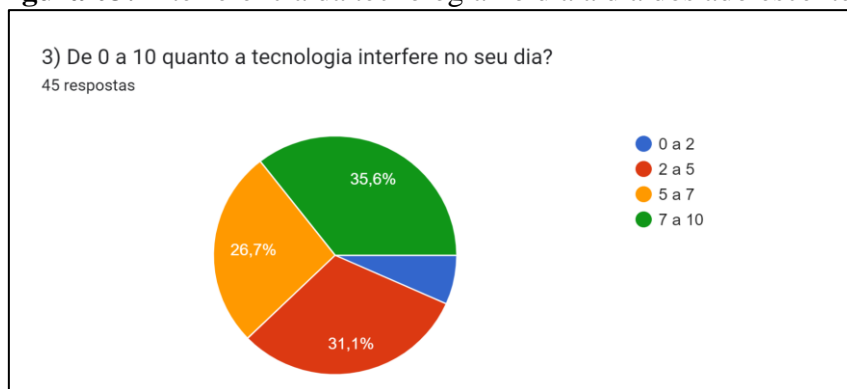


Fonte: os autores, 2024 - formulário do Google.



A terceira pergunta (Figura 03) teve o intuito de verificar a interferência da tecnologia no dia a dia desses adolescentes e em uma escala de 0 a 10, 35,6% dos respondentes mencionou que os recursos tecnológicos interferem de 7 a 10 nas suas ações diárias. Em segundo lugar temos de 2 a 5 de interferência com 31,1%.

Figura 03: Interferência da tecnologia no dia a dia dos adolescentes.



Fonte: os autores, 2024 - formulário do Google.

A quarta pergunta (Figura 04) questionava os adolescentes sobre quais os maiores benefícios do uso da tecnologia. A grande maioria, representada por 28 respostas, acredita ser a facilidade de comunicação o maior benefício, seguida da facilidade de acesso à informação com 23 respostas. Contribuições na aprendizagem e possibilidade de cursos à distância receberam 7 respostas. É importante mencionar que nessa questão poderiam ser assinaladas mais de uma opção de resposta.

Figura 04: Benefícios oferecidos pela tecnologia.



Fonte: os autores, 2024 - formulário do Google.

Quando questionados sobre as finalidades do uso da Internet no dia a dia, na questão 5, 71,1% dos respondentes afirmou utilizar para fins associados ao lazer, trabalho, escola e pesquisas de modo concomitante. 20% afirmaram destinar o maior uso para lazer.

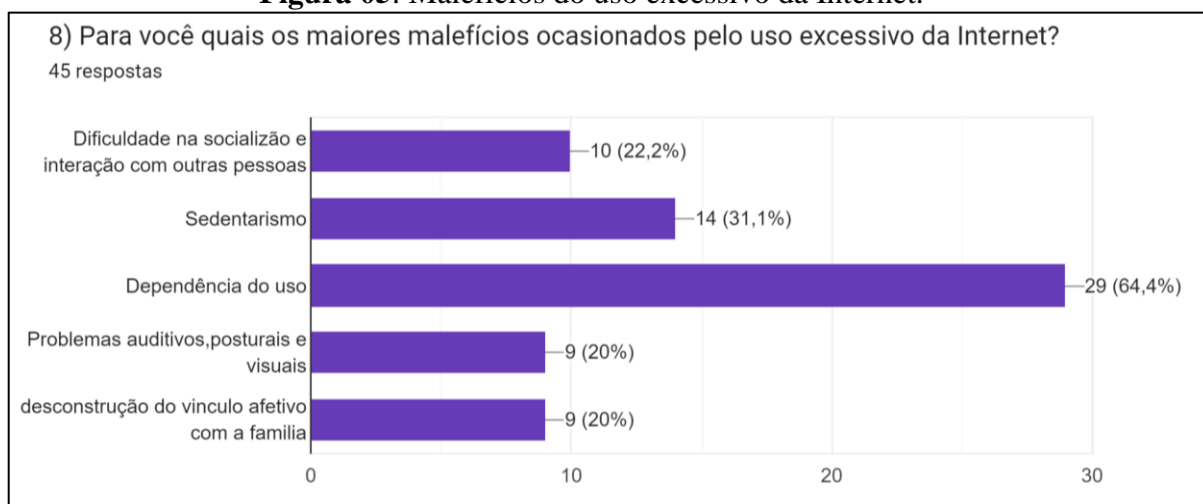


A questão 6 objetivava verificar a percepção do quanto a tecnologia tem afetado a vida das pessoas quando utilizada em excesso. A grande maioria dos respondentes, 95,6% consegue ter essa visão. “Nos últimos anos, o crescimento tecnológico exponencial criou demandas antes inexistentes, mudando significativamente a forma como existimos no mundo” (WEBBY, 2020), porém o uso demasiado da mesma pode afetar negativamente os comportamentos, as relações, a saúde mental e outros.

A questão 7 teve a ideia de complementar a questão 6, uma vez que entendendo as implicações do uso excessivo da tecnologia é importante saber se são tomados os devidos cuidados para que isso não se torne rotina. 48,9% afirmou tomar cuidado para não usar excessivamente os recursos tecnológicos, porém é preocupante os 26,7% que responderam não tomar nenhum cuidado, além dos 24,4% que raramente se preocupam com essa questão. Valorizar outras atividades, estabelecer limites e fixar metas para reduzir o uso são ações importantes a serem executadas.

Já a questão 8 (Figura 05) teve o intuito de analisar os maiores malefícios ocasionados pelo uso excessivo da Internet entre os adolescentes. 29 respostas fizeram menção à dependência do uso, 14 respostas ao sedentarismo, 10 respostas à dificuldade de socialização e interação, além de 9 respostas para problemas auditivos, posturais e visuais e desconstrução do vínculo afetivo entre membros familiares. Daí a importância de saber utilizar moderadamente os recursos tecnológicos, explorando as suas possibilidades positivas e não sendo dependentes desses meios.

Figura 05: Malefícios do uso excessivo da Internet.



Fonte: os autores, 2024 - formulário do Google.

A última questão se preocupou em verificar sob a ótica dos adolescentes possíveis atividades para substituir o uso excessivo da tecnologia. 37,8% dos respondentes acreditam ser uma boa alternativa sair com os amigos, 33,3% realizar uma leitura e 28,9% praticar esportes.



4. Conclusão

A tecnologia desempenha um papel cada vez mais significativo na vida das pessoas. Esta pesquisa analisou os prós e contras do uso da tecnologia entre adolescentes e concluiu que há aspectos positivos e negativos a serem considerados. A tecnologia oferece acesso rápido e fácil a uma vasta quantidade de informações, o que pode ser benéfico para o aprendizado e pesquisa escolar. As ferramentas de comunicação digital permitem a conectividade com amigos e familiares, independente da distância. A tecnologia também oferece uma variedade de opções de entretenimento, além de aplicativos e programas educacionais que podem tornar o aprendizado mais envolvente e interativo.

Porém, também foi possível concluir com a pesquisa que o uso excessivo de dispositivos eletrônicos pode levar ao vício, prejudicando o desempenho escolar, o bem-estar emocional e a interação social, além de poder causar problemas de saúde, problemas de sono, cyberbullying, distração, entre outros. Assim, é crucial encontrar um equilíbrio saudável no uso da tecnologia, estabelecendo limites e promovendo a conscientização sobre os riscos associados. O uso responsável da tecnologia pode ajudar os adolescentes a aproveitar ao máximo seus benefícios, ao mesmo tempo em que minimizam seus impactos negativos.

5. Referências

INSTAGRAM. Disponível em: <<https://www.instagram.com>>. Acesso em 05 de ago. 2024

LIMA, M. **Psicóloga alerta sobre uso excessivo das telas por crianças.** Disponível em: <<https://saude.se.gov.br/psicologa-alerta-sobre-uso-excessivo-das-telas-por-criancas/#:~:text=%E2%80%9CA%20partir%20do%20momento%20que,al%C3%A9m%20de%20afetar%20a%20intera%C3%A7%C3%A3o>>. Acesso em: 05 de ago. 2024.

WEBBY, M. **O impacto da internet nas nossas vidas.** Disponível em: <<https://webbypropaganda.com.br/o-impacto-da-internet-nas-nossas-vidas/>>. Acesso em: 09 de ago. 2024.