

# TECNOLOGIA E APRENDIZAGEM



## TECNOTURMINHA

Afinal... se aprende ou não com tecnologia?

Idealização e Roteiro: Anameri Bonotto Rodigheri  
Arte: Marcelli Ibaldo, Marcel Ibaldo

Universidade de Santa Cruz do Sul  
Mestrado - Mestrado Profissional em Psicologia  
Av. Independência, 2292  
Bairro Universitário  
CEP: 96816-501 - Santa Cruz do Sul/RS  
Tel.: (51) 3717-73-00  
Site: <http://www.unisc.br>

<https://www.anameribonottorodigheri.com>  
Email: [anamerister@gmail.com](mailto:anamerister@gmail.com)

Organização e elaboração do texto e da HQ:  
Anameri Lara Bonotto Rodigheri

Desenho, arte-final, capa da cartilha e cores da HQ:  
Marcelli Ibaldo

Quadrinização de roteiro e edição da HQ:  
Marcel Ibaldo

Projeto Gráfico e Design:  
Juliani Saldanha Pereira

Revisão e Supervisão Geral:  
Cristiane Davina Redin Freitas  
Ana Luisa Teixeira de Menezes  
CIP - Catalogação na Publicação

ISBN 978-65-265-0366-9



Copyright © Anaméri Lara Bonotto Rodigheri

Todos os direitos garantidos. Qualquer parte desta obra pode ser reproduzida, transmitida ou arquivada desde que levados em conta os direitos da autora.

---

Anameri Lara Bonotto Rodigheri

**Tecnologia e aprendizagem: Tecnoturminha... Afinal se aprende ou não com tecnologia?** São Carlos: Pedro & João Editores, 2023. 29p. 21 x 29,7 cm.

ISBN: 978-65-265-0366-9

1. Tecnologia. 2. Aprendizagem. 3. Adolescência. 4. Internet. 5. Cognição. I. Título.

---

CDD – 370

## APRESENTAÇÃO

Aos leitores,

Este material tem por objetivo educar, orientando estudantes, famílias e escola sobre o uso adequado de tecnologia, via celulares ou computadores, com a presença de internet.

O mesmo foi elaborado durante a realização do curso de Mestrado Profissional em Psicologia da UNISC (Universidade Santa Cruz do Sul) e é o produto técnico que resultou da pesquisa feita pela autora, com a temática “Tecnologia e Aprendizagem”.

Desejo que através deste material todos possam reconhecer os benefícios deste tipo de tecnologia, bem como identificar quando o seu uso está sendo feito de forma inadequada.

Prevenindo assim vários problemas sejam de ordem social, cognitiva e/ou de saúde (mental e física).





# SUMÁRIO

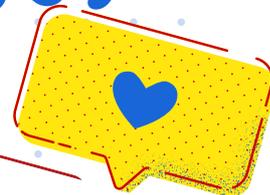
<b>Capítulo 1</b>	
<b>Entre tecnofílicos e tecnofóbicos.....</b>	<b>4</b>
<b>Capítulo 2</b>	
<b>Possibilidades da Tecnologia.....</b>	<b>5</b>
<b>Capítulo 3</b>	
<b>Riscos da Tecnologia.....</b>	<b>7</b>
<b>Capítulo 5</b>	
<b>Dependência x Uso excessivo.....</b>	<b>20</b>
<b>Capítulo 6</b>	
<b>Crerérios da condição de dependência e o tempo de tela.....</b>	<b>21</b>
<b>Capítulo 7</b>	
<b>Testando seus conhecimentos .....</b>	<b>22</b>
Cruzadinha .....	23
Escrita em código.....	24
Caça-palavras.....	25
Respostas.....	26
<b>Capítulo 8</b>	
<b>Considerações Finais.....</b>	<b>27</b>
<b>Capítulo 9</b>	
<b>Referências.....</b>	<b>28</b>



## Capítulo 1

# INTRODUÇÃO

## ...ENTRE TECNOFÍLICOS E TECNOFÓBICOS...



Ao analisarmos a palavra **tecnofílico**, vemos que “tecno” é a raiz, que vem do grego *techne* (técnica) e que é compartilhada da palavra **tecnologia**.

O sufixo “fílico” também vem do grego *philes* e significa “pessoa que ama”. Sendo assim, temos, em **tecnofílicos**, pessoas que seguem, defendem e amam a tecnologia.

Em **tecnofóbico**, por sua vez, temos a mesma raiz dos termos anteriormente citados, porém como diferença o sufixo “fóbico”, o qual se origina do grego *phobos* (medo). De forma bem clara, esse termo traduz pessoas que temem a tecnologia.

### SE LIGA AÍ

A tecnologia, seja pela visão tecnofílica ou tecnofóbica<sup>1</sup>, nos traz tanto benefícios quanto prejuízos. É muito importante se conscientizar disso e saber fazer bom uso dela.

O aumento significativo de pessoas usando *smartphones* e outras telas, como, *tablets* e computadores, decorrente da facilidade e da rapidez de acesso que a internet proporciona, tem se configurado para muitos o fim de um estilo de vida.

Um modo de existir baseado primordialmente em relações presenciais mediadas pelo corpo em todas suas dimensões (visual, auditiva, tátil, olfativa, cinestésica, etc.). Para alguns, isso significa a verdadeira experiência.

Com a pandemia do corona vírus, vimos o outro lado da moeda, a experiência mediada pela tecnologia, que veio nos salvar, garantindo a continuidade de muitos serviços essenciais num momento de impossibilidade do contato social mais próximo e frequente.

CHAGAS, Maria de Fátima de Lima das; PELLANDA, Nize Maria Campos, OLIVEIRA, Lia Raquel Moreira. #EnteNósnaRede: Rede digital de aprendizagem de professores com tecnologias educativass. Rev. Tempos Espaços Educ.v.13, n. 32, e-12895, jan./dez.2020.

## Capítulo 2

# POSSIBILIDADES DA TECNOLOGIA



Entre os benefícios trazidos pela tecnologia, podemos destacar a capacidade de aprendizado, que tornou o conhecimento mais acessível e democrático.

Com a internet e um computador, ou até um celular, basta querer saber sobre algo e isso será possível. Entendemos, claro, que, para um aprendizado eficiente e mais complexo, a reflexão e a elaboração mediadas por alguém com maior vivência dará outro sentido a essa experiência.

A possibilidade de conhecer outras culturas e de se comunicar com pessoas que estão no outro lado do planeta foi potencializado pelo tipo de tecnologia citado acima.

Hoje em dia, a distância não impossibilita o encontro. Claro que, em alguns momentos, essa

comunicação pode passar por ruídos, como choques culturais, problemas de interpretação, pois a expressão corporal, grande aliada da comunicação humana, se faz ausente quando fazemos uso de telas.

A pesquisa TIC Domicílios é uma pesquisa é monitorada pelo Centro Regional De Estudos para o Desenvolvimento da Sociedade da Informação (Cetic.br), realizada anualmente desde 2005, a TIC Domicílios tem o objetivo de mapear o acesso às TIC nos domicílios urbanos e rurais do país e as suas formas de uso por indivíduos de 10 anos de idade ou mais, como podemos observar no Quadros 1 e Quadro 2, os dados correspondentes aos anos 2018 e 2021.

## Quadro 1: Destaques da TIC DOMICÍLIOS (2018)

- ✓ Em 2018, o acesso à internet estava presente em 48,5 milhões de domicílios brasileiros, o que representava 67%.
- ✓ O Brasil, em 2018, tinha 128,9 milhões de usuários de internet.
- ✓ A internet é acessada, na maioria das vezes, pelo celular (97%).
- ✓ Houve um crescimento de 19 milhões de usuários que realizaram compras e/ou serviços pela internet.
- ✓ Quanto aos serviços utilizados, 32% dos usuários solicitaram táxis ou serviços de transporte por aplicativo, 28% fizeram uso de serviços de filmes e séries *on-line* e 8% dos usuários pagaram por serviços de música.

Fonte: CGI (2019)

## Quadro 2: TIC DOMICÍLIOS (2021)

- ✓ Em 2020, o acesso à internet passou estar presente em 83% dos domicílios;
- ✓ O número de usuários passou para 152 milhões de brasileiros.
- ✓ O acesso à internet por televisão cresceu em relação às últimas pesquisas. No entanto, a internet ainda é mais acessada pelo celular (99%).
- ✓ Houve migração de serviços essenciais para a internet, aumento de uso de serviços públicos *on-line* e busca de informações sobre a saúde.

Fonte: Cetic.br (2021)

### "Uma boa ideia tem uma aceitação rápida e logo "viraliza" — gíria usada quando algo faz sucesso nas redes".

Uma das possibilidades oferecida pela internet, seja pelas redes sociais ou por outros modos de interagir virtualmente é a capacidade de criação e autoria. Antes da era tecnológica, o caminho do sonho até a sua realização era mais moroso do que nos dias atuais.

Hoje, o protagonismo está praticamente em todas as áreas da vida e de atuação, não se depende tanto de mediadores. Uma boa ideia tem uma aceitação rápida e logo "viraliza" — gíria usada quando algo faz sucesso nas redes.

Sem dúvidas, a otimização de tempo levou cada vez mais pessoas a se tornarem usuários de serviços *on-line* que antes eram presenciais — vendas, cursos e até encontros e reuniões. Esse é um dos principais motivos para que a tecnologia seja acessada nos últimos tempos.

Sem dúvidas, a otimização de tempo levou cada vez mais pessoas a se tornarem usuários de serviços *on-line* que antes eram presenciais — vendas, cursos e até encontros e reuniões. Esse é um dos principais motivos para que a tecnologia seja acessada nos últimos tempos.

Não podemos negar que a nossa vida ficou mais simples com a revolução tecnológica. Ninguém lembra de coisas desnecessárias como, por exemplo, fila em banco e para usar telefones públicos. Muitos eliminaram até as filas em caixas de supermercados realizando suas compras *on-line*.



POSSIBILIDADES  
DA TECNOLOGIA

# RISCOS DA TECNOLOGIA



Além dos benefícios do uso de tecnologia, há também alguns riscos a que estamos expostos, como prejuízos à saúde mental e física se o uso for excessivo. Um dos problemas que pode ocorrer é a exposição de dados pessoais e/ou familiares, o que torna os usuários alvos dos mais variados golpes. No caso de crianças e adolescentes, há também o risco de exposição a conteúdo impróprio para sua faixa etária.

## **"Problemas de sono, de alimentação, má postura, falta de exercícios, entre outros."**

Podem surgir problemas nos relacionamentos, causados pela falta de sinceridade sobre o tempo utilizado ou o conteúdo acessado. Situações como estas e também deixar em segundo plano os familiares ou o par afetivo, em função do tempo que fica no celular ou computador, são exemplos que geram falta de confiança.

Entre os prejuízos causados pelo uso indiscriminado de celulares e computadores estão os danos causados à saúde física, como problemas de sono, de alimentação, má postura, falta de exercícios, entre outros.

A saúde mental também pode ser afetada quando a pessoa fica ansiosa para se conectar, ou é impossibilitada de acessar redes ou internet. Quando a tecnologia é usada para escapar de problemas ou para obter recompensas, no nível em que a relação do tempo de uso é desproporcional com as outras atividades diárias, pode ser negativo para a saúde psíquica.

### **MATERIAL COMPLEMENTAR**



*Aponte a câmera do seu celular*

Muitos dos aspectos cognitivos afetados pelo uso excessivo de tecnologia se relacionam ao desempenho acadêmico. Nesse caso, além dos problemas de saúde física e mental que afetam a aprendizagem, há o fator “multitarefa”.

Essa expressão é usada quando o usuário abre várias abas, páginas na *web* ou aplicativos a fim de tentar realizar várias coisas ao mesmo tempo.

Nesse caso, o processo de aprendizagem é prejudicado devido à nossa incapacidade de desenvolver mais de duas atividades que requerem o mesmo nível de concentração.

A memória operacional, de curto prazo, fica sobrecarregada com muitas informações, característica dos ambientes virtuais, fazendo com que os usuários esqueçam às vezes o motivo pelo qual entraram em determinada página.

### **Quadro 3: Principais Problemas Médicos e Alertas de Saúde de Crianças e Adolescentes na Era Digital da Sociedade.**

- ✓ Dependência digital e uso problemático das mídias interativas.
- ✓ Problemas de saúde mental: irritabilidade, ansiedade e depressão.
- ✓ Transtornos do déficit de atenção e hiperatividade.
- ✓ Transtornos do sono.
- ✓ Transtornos de alimentação: sobrepeso/obesidade e anorexia/bulimia.
- ✓ Sedentarismo e falta da prática de exercícios.
- ✓ *Bullying; Cyberbullying.*
- ✓ Transtornos da imagem corporal e da autoestima.
- ✓ Riscos da sexualidade, nudez, sexting, sextorsão, abuso sexual, estupro virtual.
- ✓ Comportamentos autolesivos, indução e riscos de suicídio.
- ✓ Aumento da violência, abusos e fatalidades.
- ✓ Problemas visuais, miopia e síndrome visual do computador.
- ✓ Problemas auditivos e PAIR (Perda Auditiva Induzida pelo Ruído).
- ✓ Transtornos posturais e musculoesqueléticos.

Fonte: Sociedade Brasileira de Pediatria SBP (2019).



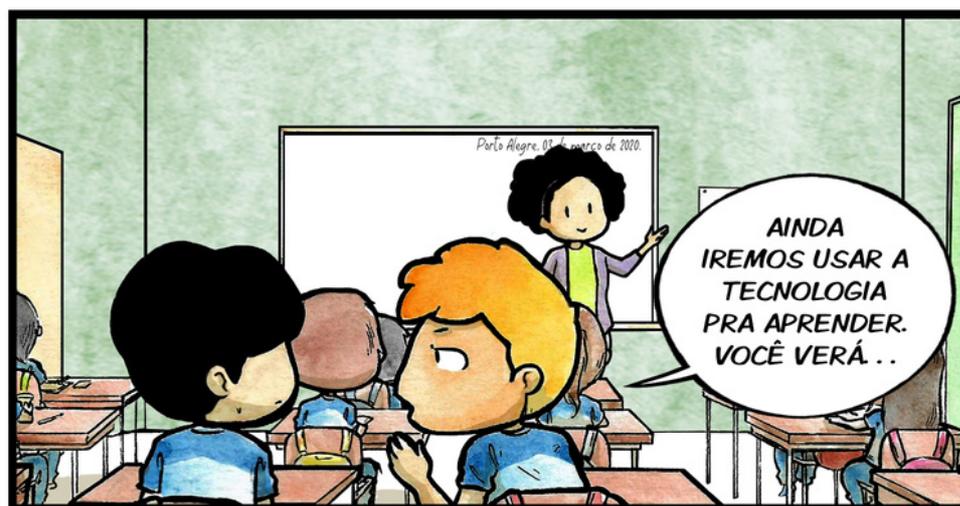
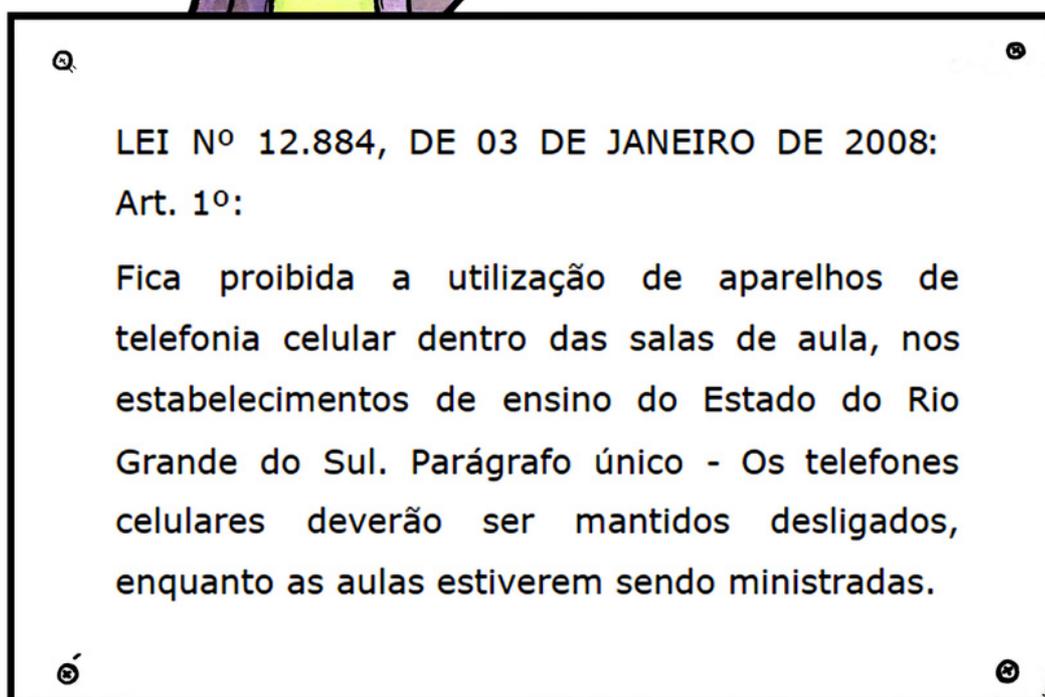
VOCÊS ESTÃO GOSTANDO  
DO CONTEÚDO?  
E AGORA, QUE TAL  
CONHECERMOS A HISTÓRIA  
DA TECNOTURMINHA?

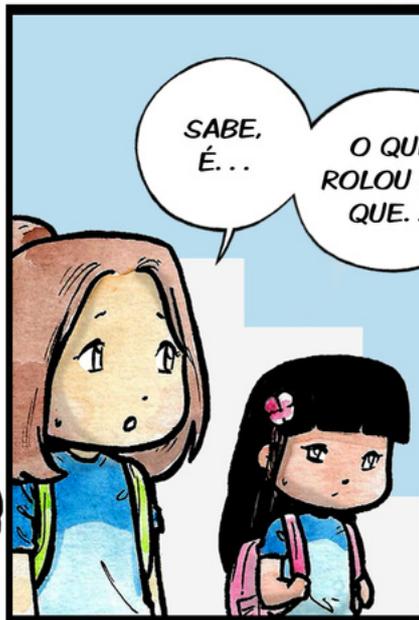
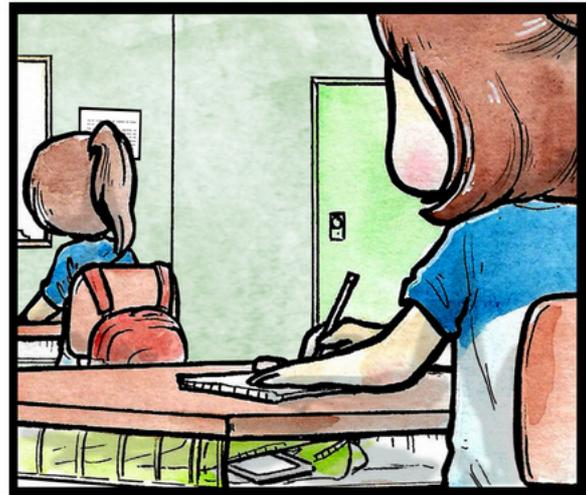
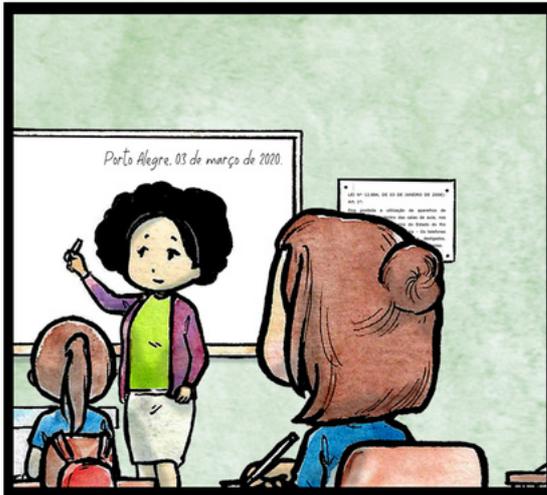


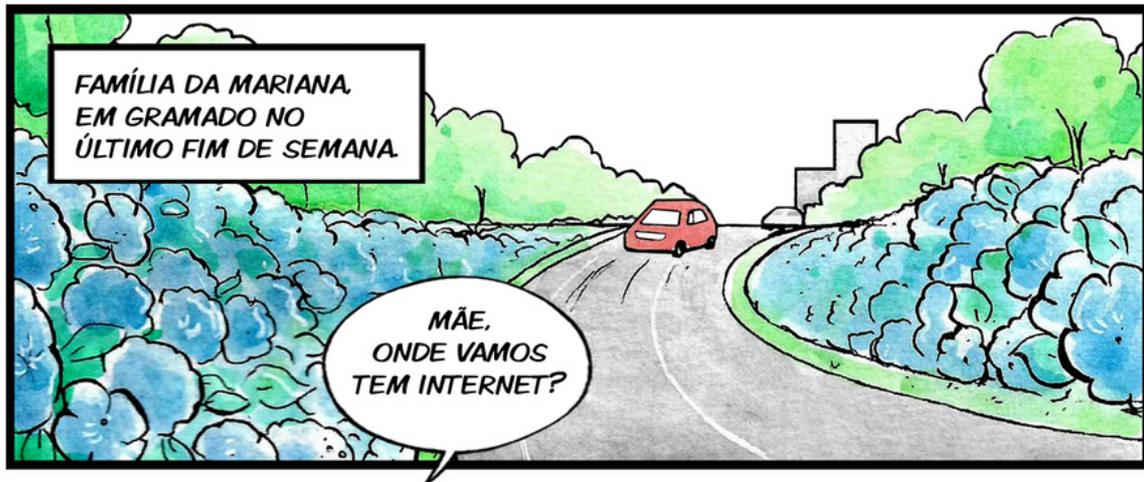






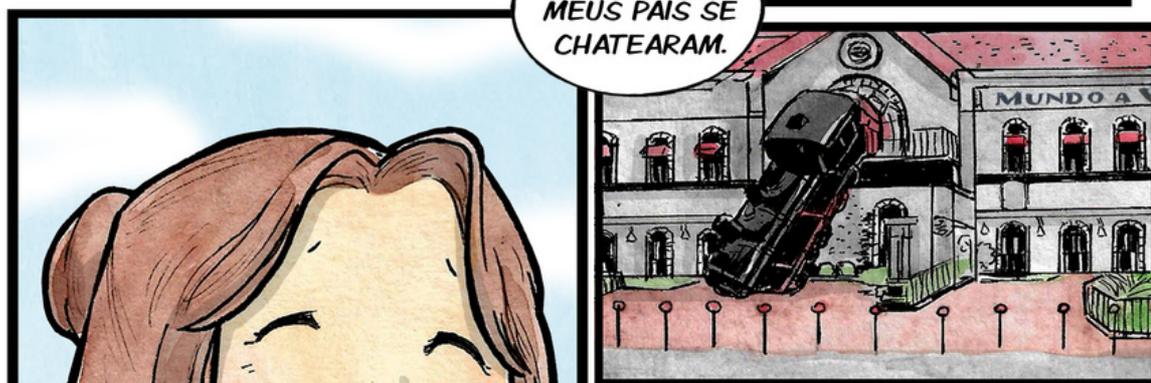
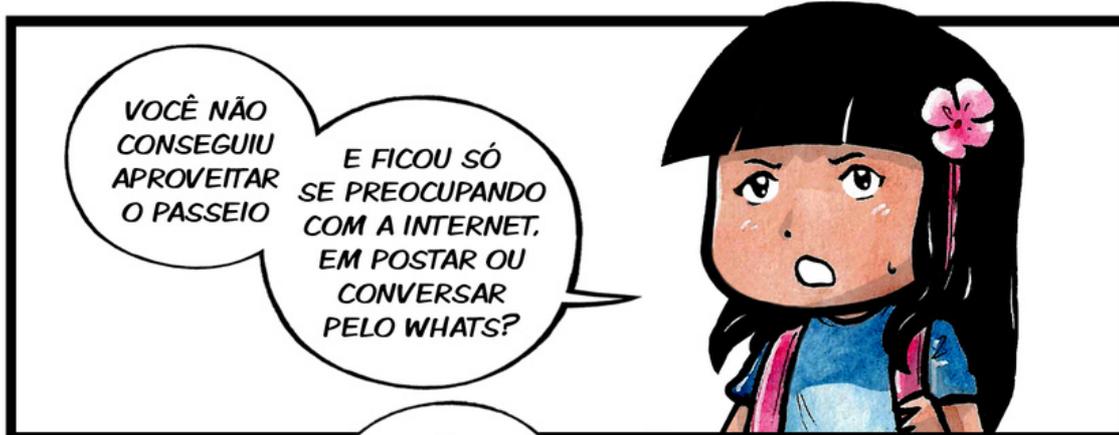


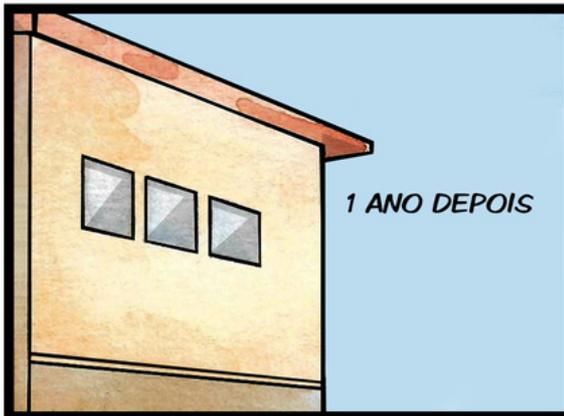




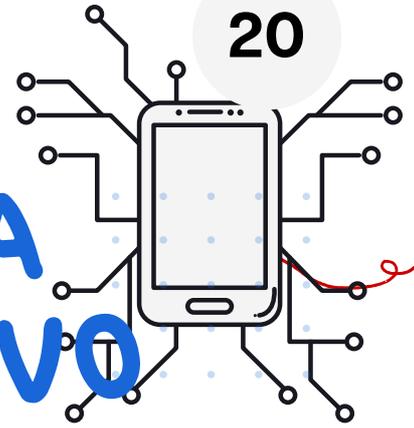








# DEPENDÊNCIA X USO EXCESSIVO



Saber o limite entre um padrão patológico ou não de uso de tecnologia não é algo fácil de admitir e identificar. Isso deve-se ao fato de cada vez mais utilizarmos a tecnologia no nosso dia a dia para os mais variados motivos, como trabalho, estudo, entretenimento, etc.

Pode acontecer o uso excessivo, às vezes, pelo acúmulo de atividades *on-line* que as tarefas diárias demandam. Para reverter o padrão inadequado, independentemente de sua origem, é necessária identificação e conscientização desse quadro, o que pode ocorrer com estratégias individuais e com ajuda de um terapeuta.

Quando isto persiste, mesmo já tendo sido tentadas estratégias para diminuir o tempo de tela e retomar a rotina normal de atividades, e estiver prejudicando outras áreas da vida do indivíduo (escolar, profissional ou afetiva), deve-se ligar o alerta para uma possível patologia. Essa dependência pode estar ligada ao prazer que o navegar proporciona.

O comportamento humano está conectado aos aspectos motivacionais relacionados tanto aos estímulos do ambiente quanto aos da nossa estrutura psíquica interna, os quais controlam nossos estados emocionais. Assim, tanto um estímulo interno quanto um externo são capazes de motivar o comportamento, o qual pode se tornar aditivo a depender de como o indivíduo lida, por exemplo, com o controle de impulso.

#### **Quadro 4: – Alguns critérios necessários para satisfazer uma condição semelhante à de dependência**

1. Um comportamento que produz intoxicação/prazer (com a intenção de alterar o humor e a consciência).
2. Um padrão de uso excessivo.
3. Um impacto negativo ou prejudicial em uma esfera importante da vida.
4. A presença de aspectos de tolerância e abstinência.

Fonte: Kimberly S. Young, Cristiano Nabuco de Abreu & cols. (2011)

# CRITÉRIOS DA CONDIÇÃO DE DEPENDÊNCIA E O TEMPO DE TELA



A Sociedade Brasileira de Pediatria, em seu manual **#menos telas\_#mais saúde** (2019), traz leis, pesquisas e estudos teóricos a fim de dar dicas a pais, professores e estudantes sobre como utilizar de forma mais saudável a tecnologia via telas (celulares, *tablets*, TV, *notebook*, entre outros).

Por sugestão dessa sociedade, deve haver diálogo nas famílias e o estabelecimento firme de regras. De acordo com o ECA (Estatuto da Criança e do Adolescente), considera-se criança a pessoa até os 12 anos, e adolescente aquela entre 12 e 18 anos. Os progenitores, como seus responsáveis legais, têm o dever de proteger o direito das crianças e dos adolescentes.

Entre esses direitos está o direito à saúde, que pode ser ameaçada pela exposição excessiva à tecnologia.

Portanto, os pais devem controlar desde a qualidade do conteúdo acessado pelas crianças e pelos adolescentes até o tempo diante das telas.

Para as escolas é importante promover formações, discussões e orientações aos alunos e familiares a respeito das questões que envolvem a tecnologia. Assim, desempenhar um papel de mediação.

Promover a alfabetização digital, dando destaque para as regras éticas de convivência e respeito para um uso seguro e saudável das tecnologias, também é seu papel.

## Quadro 5: Tempo de tela

- **0 a 2 anos:** Evitar a exposição às telas sem necessidade (nem passivamente!).
- **2 a 5 anos:** Máximo de 1 hora/dia, sempre com supervisão de pais/cuidadores ou responsáveis.
- **6 e 10 anos:** Máximo de 1-2 horas/dia, sempre com supervisão de pais/responsáveis.
- **11 e 18 anos:** 2-3 horas/dia, e nunca deixar “virar a noite” jogando.

Fonte: Sociedade Brasileira de Pediatria (2019)

## Capítulo 7

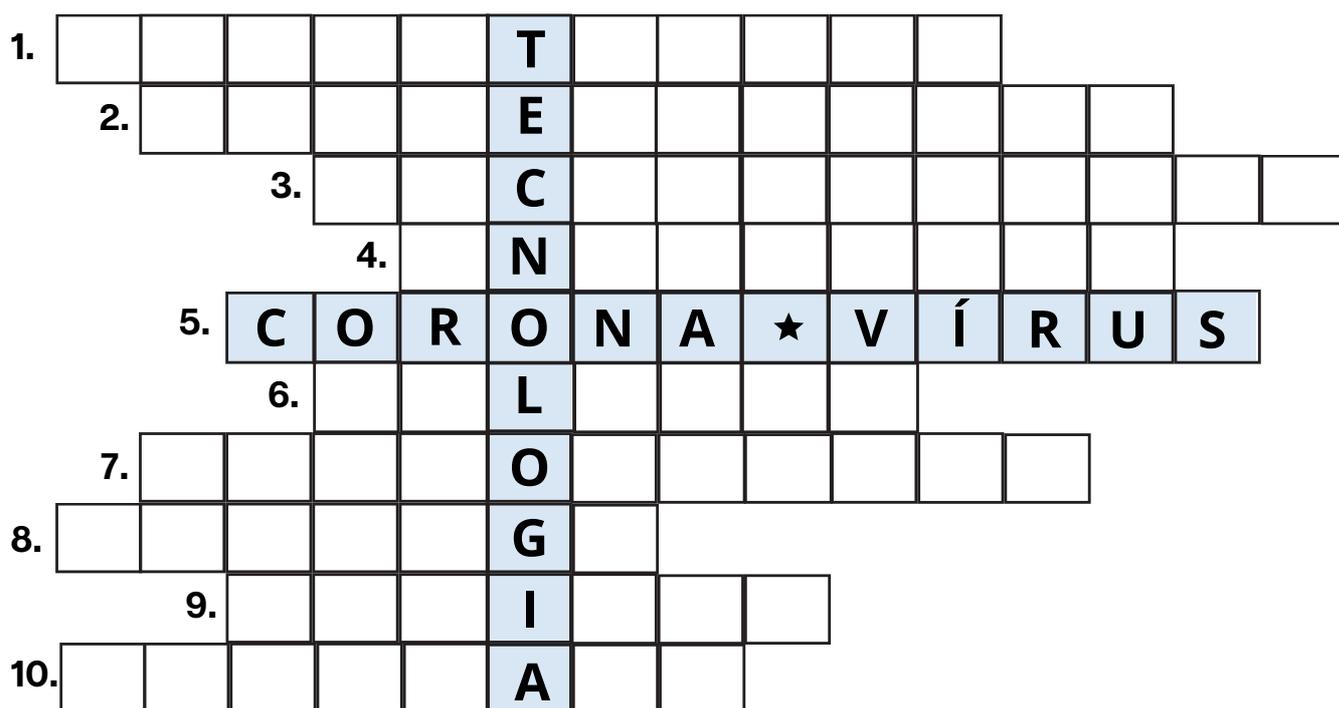
# TESTANDO SEUS CONHECIMENTOS

**NESTE CAPÍTULO VAMOS  
TESTAR UM POUCO DO QUE  
APRENDEMOS DURANTE  
ESTA CARTILHA.**

**PORTANTO, PEGUE LÁPIS E  
PAPEL, E VAMOS POR A MÃO  
NA MASSA.**



# CRUZADINHA



1. Atividade de entrar em várias páginas, não realizando nada adequadamente
2. Usuários a partir de 12 anos aficionados por tecnologia
3. Amantes da tecnologia
4. Rede social popular por usar fotos
5. Vírus responsável pelo distanciamento social em 2020
6. Device mais utilizado pelos usuários da internet
7. Pessoa que possui medo da tecnologia
8. Auxilia nas relações familiares a ter um uso mais seguro de tecnologia
9. Característica da tecnologia que atrai os usuários
10. Popular aplicativo para troca de mensagens



Capítulo 7

# ESCRITA EM CÓDIGOS

A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M
N	O	P	Q	R	S	T	U	V	X	W	Y	Z

MENSAGEM:

## Capítulo 7

## CAÇA-PALAVRAS

As palavras deste caça palavras, estão escondidas na horizontal e vertical. DICA: Não há palavras ao contrário.

Palavras que devem ser procuradas:

**COMPUTADOR**

**NAVEGAÇÃO**

**SEGURA**

**PRESENCIAL**

**NOTEBOOK**

**INTERNET**

**TELAS**

**HIBRIDO**

**ESCOLA**

**INFORMÁTICA**

**CONHECIMENTO**

**WIKIPÉDIA**

Y	U	B	S	W	R	E	B	N	O	K
V	K	L	O	P	X	C	B	I	I	Ç
F	N	G	F	B	C	W	H	N	O	W
J	A	M	I	F	W	C	I	F	C	I
C	V	B	N	O	T	E	B	O	O	K
O	E	F	T	U	E	J	R	R	N	I
M	G	R	E	V	S	K	I	M	H	P
P	A	U	R	B	N	A	D	A	E	É
U	Ç	K	N	H	D	N	O	T	C	D
T	Ã	L	E	J	Y	T	R	I	I	I
A	O	T	T	E	L	A	S	C	M	A
D	S	Ç	Ç	P	L	N	M	X	E	S
O	E	C	C	I	Y	B	G	V	N	U
R	G	I	I	Q	B	S	N	B	T	T
O	U	E	E	S	C	O	L	A	O	H
P	R	E	S	E	C	I	A	L	T	E
Z	A	R	S	T	B	M	Q	P	Ç	Q





# CONSIDERAÇÕES FINAIS

A história em quadrinhos criada pela mestrandia Anameri Lara Bonotto Rodigheri, foi inspirada em relatos feitos por adolescentes nos Círculos Epistemológicos (ROMÃO, 2006), durante a pesquisa/intervenção realizada em uma escola particular de ensino fundamental, na cidade de Porto Alegre, durante o Curso de Mestrado Profissional em Psicologia, no qual a temática era Tecnologia e Aprendizagem.

Na história em quadrinhos: “Afiml se aprende ou não com tecnologia?”, é mostrado atecnologia como um recurso indispensável para tornar nossa vida mais fácil, cômoda e dinâmica, na qual a aprendizagem é facilitada e produzida através dela. Uma experiência assim foi vivida para a confecção deste produto, a autora morando em Porto Alegre, realizando sua escrita de Mestrado, a ilustradora uma estudante de Santa Maria e a designer residindo em Quaraí. Todas gaúchas, mas que trocaram ideias como diria Pierre Levy (1999) de forma desterritorializada, isto é, sem a

necessidade de estarem no mesmo espaço físico.

Retomando os termos expostos na introdução: “tecnofílicos” e “tecnofóbicos”, é necessário adotar uma posição intermediária entre elas e essa polaridade deve ser diminuída. Isso é possível de ocorrer, na medida em que reconhecermos os benefícios do uso da tecnologia e identificarmos quando estamos ultrapassando o limite de um uso adequado para inadequado.

Devemos como educadores, pais e até estudantes estar vigilantes para que o tempo em que crianças e adolescentes estão passando diante das telas não elimine outras atividades que são necessárias ao desenvolvimento destes e não seja a causa do surgimento de outros problemas na suas vidas.

Este material foi elaborado com a finalidade de trazer ao debate questões que nos são postas hoje em dia sobre tecnologia e aprendizagem de crianças e adolescentes. Assim esperamos promover um melhor entendimento desta relação.

# REFERÊNCIAS



ALVES, Pedro André Brites. A Dependência da Internet Efeitos na Saúde. Dissertação de Mestrado – ISEC. Coimbra, março, 2014.

ARRUDA, Ana Carolina Medeiros. O uso excessivo da internet e a sintomatologia psicopatológica. 126f, Tese de Mestrado – Universidade Fernando Pessoa, Porto/Portugal. 2016.

BRASIL. Lei Nº 8.069, de 13 de julho de 1990. Dispõe sobre o Estatuto da Criança e do Adolescente e dá outras providências. Diário Oficial [da] República Federativa do Brasil, Brasília, DF, 16 jul. 1990. Disponível em: &lt;[http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/l8069.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l8069.htm)&gt;

CHAGAS, Maria de Fátima de Lima das; PELLANDA, Nize Maria Campos, OLIVEIRA, Lia Raquel Moreira. #EnteNósnaRede: Rede digital de aprendizagem de professores com tecnologias educativas. Rev. Tempos Espaços Educ.v.13, n. 32, e-12895, jan./dez.2020.

CGI. Pesquisa sobre o uso das Tecnologias de Informação e Comunicação nos domicílios brasileiros - TIC Domicílios 2018. São Paulo: Comitê Gestor da Internet no Brasil, 2019. Disponível em: &lt;[https://www.cetic.br/media/docs/publicacoes/2/12225320191028-ic\\_dom\\_2018\\_livro\\_eletronico.pdf](https://www.cetic.br/media/docs/publicacoes/2/12225320191028-ic_dom_2018_livro_eletronico.pdf)&gt; Acessado em 14/10/21.

CGI. Núcleo de Informação e Coordenação do Ponto BR (NIC.br). (2021). Pesquisa sobre o uso das tecnologias de informação e comunicação nos domicílios brasileiros: pesquisa TIC Domicílios (Edição COVID-19 - Metodologia adaptada), ano 2020: Tabelas. Disponível em: <https://cetic.br/pt/arquivos/domicilios/2020/domicilios/#tabelas>. Acessado em 14/10/21.

DELLA MÉA, C.; BIFFE, E.; THOMÉ FERREIRA, V. Padrão de uso de internet por adolescentes e sua relação com sintomas depressivos e de ansiedade. Psicologia Revista, [S.l.], v. 25, n. 2, p. 243-264, dez. 2016. ISSN 2594-3871.

FERNANDES, Beatriz; MAIA, Berta Rodrigues; PONTES, Halley M. Adição à internet ou uso problemático da internet? Qual dos termos usar? Psicol. USP, São Paulo, v. 30, e190020, 2019. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/psicousp/article/view/162996>.

GOMES, Joyce. Mídias Sociais, Adolescentes e Cidadania – Espaços de Representações e de Educação para a Mídia / Joyce Gomes. - Presidente Prudente: [s.n], 2014.

# REFERÊNCIAS



LÉVY, Pierre. *Cibercultura*. São Paulo/SP: Editora 34, 1999.

PRIOSTE, Cláudia Dias. *O adolescente e a internet: laços e embaraços no mundo virtual*. Tese de Doutorado, USP. São Paulo/SP, 2013.

RIO GRANDE DO SUL, Lei Nº 12.884, de 03 de janeiro de 2008. Dispõe sobre a utilização de aparelhos de telefonia celular nos estabelecimentos de ensino do Estado do Rio Grande do Sul. Publicado no Diário Oficial do Estado do Rio Grande do Sul Nº 003, de 04 de janeiro de 2008. Disponível em &lt;[http://www.al.rs.gov.br/legis/M010/M0100018.asp?Hid\\_IdNorma=51313&amp;Texto=&amp;Origem=1&gt;](http://www.al.rs.gov.br/legis/M010/M0100018.asp?Hid_IdNorma=51313&amp;Texto=&amp;Origem=1&gt;); Acessado em: 14/10/21.

ROMÃO, José E et al. *Círculo epistemológico círculo de cultura como metodologia de pesquisa*. Revista Educação & Sociedade. N.º 13. Universidade Metodista de São Paulo, 2006.

RÜDIGER, Francisco. *Introdução às Teorias da Cibercultura*. Porto Alegre. Sulina: 2ª Edição, 2014.

SBP (Sociedade Brasileira de Pediatria). *Manual de Orientação #Menos Telas #Mais Saúde – Grupo de Trabalho Saúde na Era Digital*. São Paulo, 11 p. SBP: 2ª ed, 2019/2020. Disponível em: [https://www.sbp.com.br/fileadmin/user\\_upload/\\_22246c-ManOrient\\_-\\_MenosTelas\\_\\_MaisSaude.pdf](https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/_22246c-ManOrient_-_MenosTelas__MaisSaude.pdf) &gt;. Acessado em: 14/10/21.

TUMELEIRO, Lucas Franco et al. *Dependência de internet: um estudo com jovens do último ano do ensino médio*. Gerais, Rev. Interinst. Psicol., Belo Horizonte, v. 11, n. 2, p. 279-293, 2018.

TAVARES, Vinícius dos Santos. *Educação e tecnologias digitais: a percepção de alunos sobre possibilidades de aprendizagem formal e informal*. Dissertação de Mestrado – UFRJ. Rio de Janeiro/RJ, 2016.

TURKLE, Sherry. *Alone Together: Why We Expect More From Technology and Less From Each Other*. New York, Basic Books, 2011.

YOUNG, Kimberly, S., Abreu, Cristiano N. e Colaboradores. *Dependência de Internet: manual e guia de avaliação e tratamento*. Porto Alegre, RS. Ed. Artmed, 2011.

