

REFLEXÕES SOBRE INTERNET, ESCOLA E ADOLESCÊNCIA: RESSIGNIFICANDO CONCEITOS

Cisnara Pires Amaral¹
Michel Pimentel Lopes²

Resumo

O trabalho é fruto de intervenções pedagógicas em escolas públicas e teve como objetivo definir o número de horas que adolescentes ficam atrelados à internet, discutindo as deficiências que podem estar relacionadas ao número excessivo dessa atividade, quais os comprometimentos metabólicos, fisiológicos e educacionais que podem ser detectados decorrentes do uso excessivo dessa ferramenta. Para isso, foram selecionadas três escolas, sendo uma de região central, e duas periféricas no município de Santiago/RS. Com o propósito de desenvolver a atividade foi aplicado um questionário semiestruturado, totalizando uma amostra de 147 discentes, discutindo através de uma conversa informal com os mesmos os aspectos negativos e positivos relacionados ao uso da internet. A pesquisa observou que a maioria dos adolescentes mantém hábitos saudáveis de socialização, saídas com amigos e relações de amizade, além das amizades virtuais. A quantidade de horas disponibilizadas para o acesso à internet não ultrapassam duas horas, dessa forma a qualidade do sono, higiene pessoal e alimentação são conservadas. Notou-se que a condição socioeconômica é um fator determinante para a exposição, pois grande quantidade dos entrevistados auxiliam seus pais em tarefas domésticas, fato comum hoje em dia onde pai e mãe trabalham para o sustento da família. Verifica-se que as intervenções pedagógicas nas escolas são fundamentais,

1 Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões - URI/Santiago

2 Egresso de Ciências Biológicas da Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões, URI - Santiago

pois auxiliam o discente no desenvolvimento da criticidade e do conhecimento de aspectos negativos ligados a internet, compete aos indivíduos aproveitarem os benefícios dessa tecnologia sem serem subjugados a ela.

Palavras-chave: internet, adolescência, educação.

REFLECTIONS ON THE INTERNET, SCHOOL AND TEENAGERS: REDEFINING CONCEPTS – CASE STUDY

This work is a result of educational interventions in public schools and aimed to set the number of hours that teenagers are tied to the internet, discussing the deficiencies that may be related to excessive number of this activity, which the metabolic, physiological and educational commitments that can be detected as a result of the excessive use of this tool. For this, three schools were selected, one at the central area, two at the peripheral in the city of Santiago/RS. With the purpose of developing the activity was applied a semi-structured questionnaire, totaling a sample of 147 students, arguing through a casual conversation with the same positive and negative aspects related to the use of the internet. The survey noted that most teenagers maintain healthy habits of socialization, exits with friends and friendships, beyond the virtual friendships. The amount of hours available for internet access do not exceed 2 hours, thus the quality of sleep, personal hygiene and food is conserved. It was noted that the socioeconomic condition is a determining factor for the exhibition, because large amount of respondents assist their parents in household chores, common occurrence these days where father and mother work for keeping the family. It turns out that the pedagogical interventions in schools are essential, because they help the students in the development of criticality and knowledge of negative aspects linked to the internet, it is up to the individuals to enjoy the benefits of this technology without being overwhelmed by it.

Keywords: INTERNET, TEENAGERS, EDUCATION.

INTRODUÇÃO

Observamos a expansão do mundo virtual, os acessos à internet se acentuam cada vez mais, fazem parte do cotidiano da comunidade. As escolas disponibilizam o uso da internet em salas de computação tentando aproximar os conteúdos programáticos do mundo virtual.

Zuin (2010) descreve que as inovações tecnológicas, que despontam no mundo globalizado da mídia eletrônica, estão implicando em conformações diferenciadas da vida social contemporânea, levando a ressignificações de conceitos, tais como o de infância, juventude, velhice, família, inclusão ou exclusão social e muitos outros, pois remodelam sociedades e identidades em todo o mundo.

Em relação à ressignificações de conteúdo, Rodrigues e Araújo (2012) observam que há uma necessidade significativa de acompanhar as mudanças tecnológicas e fazer uso delas para o processo de otimização da educação, este é um processo que tem que ser dinâmico e não estático, o conhecimento se constrói a partir do movimento e da produção deste movimento, neste sentido o uso da internet como via de acesso se mostra expressiva.

Sabemos que nas escolas o acesso às redes está se disseminando cada vez mais, pois o uso do mesmo traz inovações para estudos, pesquisas, novas práticas, métodos didáticos, reforços, complementação ou sensibilização para os conteúdos abordados em sala de aula (NASCIMENTO, 2007). Porém o uso da internet está se tornando cada vez mais abusivo e passou a comprometer a vida social e fisiológica do ser humano, criando severos impactos na vida social e familiar.

Young e Abreu (2011) mencionam em seu estudo que a dependência pela internet pode acometer várias culturas e pessoas de ambas as idades, mas prevalece mais na adolescência por ser um período da vida de descobertas que a pessoa procura sua identidade e identificação. No anonimato a pessoa pode ser o que quiser se distanciando da sua realidade.

De certa forma, a internet trouxe muitos benefícios na aproximação de pessoas, no auxílio à pesquisa, desenvolvimento do raciocínio, tempo de lazer; porém também trouxe alguns malefícios que vem crescendo cada vez mais (SMITH, 2012).

Muitas pessoas estão usando erroneamente o acesso às redes, prejudicando seu desenvolvimento; muitos usam suas redes para difamar, outros, usam para falsificações e assim vão se estabelecendo raízes negativas em um local que poderia ser de total exploração, onde trouxesse o bem para todos (HOSSAIN, 2015).

Grandes mudanças na educação se tornaram possíveis devido à facilidade do mundo virtual, levando em conta que a pressão entre alunos e professores a de se atualizar no mundo virtual se faz necessária pelo grande espaço que a tecnologia tomou na vida cotidiana (RODRIGUES E ARAÚJO, 2012).

Não se tem definido uma idade indicativa que se possa dizer qual a faixa de humanos que usufruem da internet, mas podemos dizer que crianças e adolescentes são as mais viciadas em jogos eletrônicos (parte que compõe às redes), assim tornam-se dependentes da internet. “A dependência da Internet pode ser encontrada em qualquer faixa etária, nível educacional e estrato socioeconômico” (ABREU et al.,2008).

Cabe a instituição escolar encontrar formas de instigar, estimular, provocar os discentes para que façam auxílio da internet de forma prazerosa, sem prejuízos para a saúde. Devem se promover debates acerca do assunto, questionando os pontos positivos e negativos do acesso a ferramenta.

Nesse contexto:

“Aproveitar o tempo que os alunos passam na internet para promover debates interessantes sobre temas do cotidiano ajuda os alunos a desenvolverem o senso crítico e incentiva os mais tímidos a manifestarem suas opiniões”. É possível aproveitar tais propostas como forma de avaliação, individual e coletiva (PECHI, 2-13. P.01)

Esse é o desafio para os educadores a incorporação dos recursos da internet em redes sociais com uma finalidade de beneficiar o processo da aprendizagem (LORENZO, 2013).

Em virtude do exposto pretendemos a partir desta proposta de trabalho, definir o número de horas que adolescentes ficam atrelados à internet através do uso de computadores, smartphones, tablets, celulares e outros dispositivos, discutindo quais as deficiências que podem estar relacionadas ao número excessivo dessa atividade, quais os comprometimentos metabólicos, fisiológicos e educacionais, colaborando para que ocorra uma partilha de ideias, elencando os pontos positivos e negativos do uso excessivo dessa ferramenta.

METODOLOGIA

A atividade faz parte das intervenções pedagógicas da disciplina de Programas de Saúde do Curso de Ciências Biológicas da Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões – URI/Santiago, portanto não ocorreu a submissão ao CEP (Comitê de Ética e Pesquisa). Esta disciplina possui um projeto de extensão onde são produzidas atividades de extensão para serem aplicadas em escolas do município, visando diagnosticar possíveis relatos relacionados à saúde dos escolares.

Foi desenvolvida em três escolas situadas em diferentes regiões, uma central e outras periféricas do município de Santiago/RS, denominadas A (escola central), B (escola Periférica) e C (escola periférica).

Inicialmente foi exposto o projeto para os diretores (as) responsáveis, explicando o intuito da atividade, sinalizando que após a atividade retornaríamos com os resultados, identificando os efeitos positivos e negativos dessa ferramenta, através de uma conversa informal com os adolescentes.

Para coleta de dados foi realizado questionário semiestruturado constituído por 12 questões objetivas, com

espaços para informações relevantes relacionadas a trabalho como menor aprendiz, auxílio nas tarefas domésticas, cuidado com os irmãos menores, cursos de informática e outras informações que acreditassem ser relevantes. A pesquisa preocupou-se em avaliar questões referentes a saídas com amigos (socialização), a quantidade de sono e o uso da internet, o desempenho escolar, o tipo de refeição durante as horas de acesso, os afazeres domésticos e as dores relacionadas ao uso excessivo da ferramenta.

Para disposição dos questionários, foi sorteada uma turma em cada ano do ensino médio nas escolas participantes, obtendo assim, três turmas por escola, totalizando nove turmas e uma amostra com 147 alunos, sendo 49 discentes de cada escola, definidos por sorteio para que os números se tornassem equivalentes, separados 19 questionários referentes aos 1º anos e 15 relativos ao 2º e 3º anos do ensino médio.

Para a análise dos dados foi usado o método descritivo e quantitativo, onde ocorreu a tabulação e disposição dos dados obtidos no programa.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Seguem tabelas referentes aos questionários respondidos.

Questão 1 – Costuma sair com seus amigos, mesmo estando em horário de lazer?

Tabela 1. Faz referência aos horários de lazer dos discentes

ESCOLA	NR	AR	AS
A	12	2	35
B	19	5	25
C	21	3	25

NR = Nunca ou Raramente AR = Atualizar Rede SA = Sempre, ou Às vezes.

Fonte: Elaborado pelos autores

Através dos dados nota-se que temos um número considerável de adolescentes que saem sempre ou às vezes, sendo 72,4% na escola A e 51% nas escolas B e C. O quesito atualizar rede ficou bem abaixo do esperado, fato positivo, pois entendemos que os adolescentes dessas instituições preferem

manter a socialização. Também devemos observar que nas escolas periféricas a alternativa “nunca ou raramente” não ficou tão baixo, quanto a esses dados devemos considerar as localizações das escolas, o que permite melhor deslocamento, considerando que lancherias, cinema e locais de venda de fast foods localizam-se no centro da cidade. Ainda assim 51% é um dado considerado bom, pois vivemos tempos de extrema violência, desempregos e assaltos. Teremos que levar em consideração que a pesquisa foi realizada em cidade do interior, onde se conservam hábitos rotineiros, como tomar chimarrão na praça, reunir-se para confraternizações, realizar atividades como “amigos secretos”, reuniões entre familiares, fatores que corroboram para o lazer entre os discentes.

Dessa forma, as intervenções pedagógicas auxiliam os discentes a dar-se conta o quão prazeroso são as relações interpessoais, a partilha de ideias, a troca de saberes. Observar, interpretar, acumular informações e repassá-las, ensinando-as aos menos experientes, são ações realizadas socialmente, pressupõem interações entre pessoas, comunicação, um sistema de símbolos compreensíveis, gestos e palavras. Os conhecimentos colaboram na redução da dor, na cura de enfermidades (BARBOSA, QUINTANEIRO, RIVERO, 2012).

Outro aspecto a considerar são as relações afetivas que se estabelecem nas rodas de chimarrão, proporcionando a ampliação das potencialidades e partilha das ideias, representando o cuidar de si mesmo. De acordo com Savater (2014) a liberdade de escolha e a vulnerabilidade de nossa condição são as bases da ética, e nos impõem certas obrigações. A reflexão ética pretende nos ajudar mutuamente a conviver melhor, a desfrutar da melhor vida possível. E, como os problemas se renovam, devemos refletir constantemente; a vida refletida não acaba nunca e dura o mesmo que a existência. Portanto, as conversas entre os pares ainda continua sendo fundamental para manter a saúde em perfeito estado.

Questão 2 – Seu sono é proveitoso (ou seja, dorme 8 horas por dia, horário considerado médio para descanso)?

Tabela 2. Interpreta o tipo de sono que mantém os discentes

ESCOLA	DS	AHC	QS
A	18	12	19
B	21	9	19
C	28	5	16

DS = Dorme Suficiente AHC = Altas Horas no Computador QS = Quase Sempre

Fonte: Elaborado pelos autores

Verifica-se que na escola A os dados referentes a dormir suficientemente e quase sempre se equivaleram, apresentando respectivamente 36,7% e 38,8%, o que também ocorre com a escola B, com a porcentagem de 42,9% e 38,8%. Na escola C o quesito dormir suficientemente prevaleceu entre as outras alternativas, com 57,1%. Observamos que a alternativa “altas horas no computador” não teve uma expressão positiva, o que nos surpreende, pois a adolescência é uma fase caracterizada pelas experimentações, possibilitando a exposições e riscos. Podemos refletir sobre a questão da paternidade e as exigências dos pais em relação aos estudos ou auxílio nas tarefas domésticas, ou ainda pela ausência de aparelhos disponíveis para conexão, falta de condições financeiras para compra de dispositivos usados para pesquisa, crise financeira, trabalho remunerado como menor aprendiz ou a participação em cursinhos no SENAC (Serviço Nacional de Aprendizagem Comercial).

Lembremos que o sono é fundamental para manter as atividades metabólicas, a falta de sono ou seu prejuízo poderá afetar o organismo e produzir acessos de irritabilidade, ansiedade, fadiga, produzindo doenças como obesidade e diabetes, relacionadas ao consumo de alimentos enquanto estão em frente ao computador em horários de descanso.

Tão importante quanto à avaliação do sono e da qualidade de vida, faz-se necessária a detecção de transtornos do humor, como o aparecimento de ansiedade, depressão, irritabilidade, angústia, tensão, confusão, fadiga, alterações psicoemocionais, como dificuldade de relacionamento, alteração do humor e

prejuízo nas relações familiares (GARROUSTE–ORGEAS et al, 2015).

Pesquisas epidemiológicas vêm mostrando crescentes prevalências de baixa duração do sono nos adolescentes e associações desse débito com inúmeros desfechos na saúde, incluindo problemas metabólicos e cognitivos (LIU, et al, 2008; MAK et al, 2012). A sonolência diurna excessiva, caracterizada como sensação aumentada da necessidade de sono e diminuição do estado de alerta, é um dos principais efeitos da duração reduzida de sono ou de sono de baixa qualidade. Trata-se de um problema de saúde pública tendo em vista as altas prevalências identificadas na população, especialmente de adolescentes, podendo chegar a 68% (GIBSON et al, 2006).

Questão 3 – Utilizar a internet em horário de descanso compromete seu desempenho escolar?

Tabela 3. Faz referência ao desempenho escolar e o acesso a internet

ESCOLA	R	NO	MEI
A	31	11	7
B	25	18	6
C	25	18	6

R = Raramente NO = Notas Ótimas MEI = Mal nos Estudos Indiferentemente do uso

Fonte: Elaborado pelos autores

Observa-se que em todas as escolas raramente o uso do computador prejudicou o aluno, sendo 63% na escola A e 51% nas escolas B e C. Neste quesito pode-se levar em consideração a nova reestruturação do ensino médio das escolas públicas no RS (Rio Grande do Sul), que trouxe os conceitos como alternativa para acabar com a evasão e reprovação escolar. Vivencia-se a nova reforma do ensino médio, tendo como premissas a universalização do acesso, a permanência e a aprendizagem escolar, iniciando com a transformação curricular como caminho que aponta novas tentativas para transformar as intenções e concepções teóricas em práticas educativas inovadoras. (AZEVEDO; REIS, 2013).

Salienta-se que notamos entre os alunos de ensino médio uma verdadeira apatia em relação aos estudos e a busca de qualificações. Acreditamos que a nova reforma proporcionada através de conceitos acaba desestimulando os alunos, pois são classificados pelos conceitos “AP – Apto”, ED- Em Desenvolvimento e CRA – Condição Restrita da Aprendizagem, o que define a maioria dos discentes, com os mesmos conceitos, nas mesmas categorias, estando eles mais ou menos preparados em relação aos conteúdos. Além da falta de interesse, os alunos tendem a assumir atitudes inadequadas, assumindo posições passivas, esperando respostas em vez de dá-las, e muito menos são capazes de fazer eles mesmos as perguntas; a assumir que o trabalho intelectual é uma atividade individual e não de cooperação e busca conjunta (POZO; CRESPO, 2009).

Questão 4 – Quando está acessando a internet, atenta-se para fazer uma boa refeição?

Tabela 4. Considera a refeição do discente quando está utilizando as redes sociais

ESCOLA	NR	B	LSP
A	10	18	21
B	11	11	27
C	12	16	21

NR = nunca ou raramente B = Besteiras LSP = Lanches saudáveis periodicamente

Fonte: Elaborado pelos autores

Os dados demonstram que em todas as escolas a maioria dos alunos escolhem refeições saudáveis quando estão acessando as redes sociais, sendo 42,85% e 55,1% nas escolas B e C, respectivamente. Não poderemos deixar de enumerar que o quesito comer besteiras deverá ser levado em consideração, principalmente na escola A, que chega a 36,73%. Esses dados nos deixaram preocupados, pois estamos na era das DNTs (Doenças Não Transmissíveis) associadas ao consumo exagerado de alimentos processados, caracterizadas pela diabetes, doenças cardiovasculares e obesidade.

É importante ressaltar que nas últimas três décadas a utilização de alimentos minimamente processados e básicos para elaboração de pratos tem sido substituído cada vez mais pelos que possuem maiores teores de açúcares adicionados, gordura saturada, sódio, energia e menor aporte de fibras. Isso ocorre tanto nas classes sociais mais privilegiadas como nas classes menos privilegiadas (MONTEIRO; CANNON, 2012).

Nesse contexto entra o papel da escola e do professor como “promotores de saúde” ao verificar a saúde dos adolescentes que transitam nos corredores da escola, entendendo que muitas vezes a escola serve de apoio, âncora para a tomada de decisões. Stanislau e Bressan (2014) relatam que nas últimas décadas a concepção de “saúde” vem se modificando, conduzindo gradativamente para as áreas de promoção e prevenção. Desde então, o sistema escolar passou a ser destacado como um protagonista em função do potencial como núcleo estratégico de “disseminação de saúde”, acompanhando e interferindo ao longo do processo de crescimento da maioria dos jovens.

Questão 5 – Já sonhou com algum game?

Tabela 5. Faz menção ao fato de sonhar com algum game.

ESCOLA	S	A	N
A	4	19	26
B	4	18	27
C	2	13	34

S = Sempre A = Às vezes N = Nunca

Fonte: Elaborado pelos autores

Com relação ao exposto a opção mais selecionada foi “nunca”, tornando-se um resultado extremamente positivo, sendo 53%, 55% e 69,4% nas escolas A, B e C, respectivamente. Lembremos que muitos “games” são extremamente violentos, que estão disponíveis na internet gratuitos ou com custo baixo, que poderão auxiliar o desenvolvimento de ansiedade, transtornos, fobias. No entanto, teremos que levar em

consideração alguns fatores que dificultam o acesso aos games, como: internet ilimitada, custos econômicos, computadores com processadores potentes. Sabe-se que o “sonho provém de estímulos externos (percepções, durante o sono, que seriam incorporadas na produção das imagens), ou bem resulta de estímulos internos”, por isso que muitos indivíduos acabam sonhando naturalmente, sem nenhuma não significa uma dependência da internet (FREUD, 1900).

Dessa forma, é imprescindível o desenvolvimento de autoconsciência e autocontrole, adjetivos que nem sempre estão relacionados com a adolescência, fase de transição entre a idade infantil e a adulta, sendo assim o sono além de atuar como reparador das atividades metabólicas, ajusta os hormônios e auxilia o desenvolvimento corporal e mental.

Na adolescência, a melatonina, hormônio que induz ao sono, começa a atuar mais tarde do que em crianças em adultos. Assim, adolescentes costumam dormir tarde, dormem em média de 6 a 7 horas por noite, bem abaixo das 8 a 10 horas que seriam consideradas ótimas para a faixa etária. A privação do sono leva a problemas de comportamento (irritabilidade, desatenção) e prejudica o aprendizado e a memorização de conteúdo (STANISLAU; BRESSAN, 2014).

Questão 6 – Já tentou diminuir seu tempo de uso na internet?

Tabela 6. Faz referência ao tempo usado no acesso a internet

ESCOLA	N	NCD	CT
A	19	7	23
B	20	10	19
C	14	10	25

N = Nunca NCD = Não Consigo Diminuir SA = Concilio o Tempo

Fonte : Elaborado pelos autores

Percebe-se que em todas as escolas o fator nunca ou não consigo diminuir o uso estão em porcentagens maiores do que os dados relacionados a conciliar o tempo, representando nas escolas A, B e C, respectivamente 57%, 61% e 49% .

Durante a tabulação dos questionários observamos que a maioria dos discentes tem acesso ao “facebook”, como

um dos aplicativos mais utilizados. Verifica-se um índice bem considerado de adolescentes que fazem uso contínuo da ferramenta, e da dificuldade em responder as questões, pois algumas respostas acabam sendo contraditórias.

São considerados dependente de internet aqueles adolescentes que fazem a utilização deste recurso por mais de 5 horas por dia. São mais propensos a desenvolver dependência jovens tímidos, ansiosos e solitários, além daqueles que possuem uma relação de maior afastamento com os pais, e problemas no relacionamento íntimo e amoroso (ODACI; KALKAN, 2010).

Young et al. 2011 nos diz que pessoas com múltiplas dependências (álcool, cigarros, drogas, comida ou sexo) são as que correm maior risco de usarem excessivamente a internet, pois aprenderam a lidar com dificuldades situacionais por meio de comportamento dependente. Dessa forma, a internet se torna uma distração conveniente, atrativa e fisicamente segura, dos problemas da vida real.

Questão 7 – Sua mãe pede para você realizar alguma tarefa, você:

Tabela 7. Faz referência ao auxílio nas tarefas domésticas.

ESCOLA	RR	ECM	R
A	4	16	29
B	4	14	31
C	5	15	29

RR = Raramente Realiza ECM = Esperar mais Cinco Minutinhos R = Realizam

Fonte: Elaborada pelos autores

Com relação à tabela constata-se que nas três instituições pesquisadas os discentes realizam as tarefas, fato que deve estar relacionado ao emprego dos pais, ao auxílio nos serviços básicos, o que ajuda a manter a responsabilidade, impedindo o uso abusivo da ferramenta.

Reforçam Costa, Zaro e Silva (2015) nós, educadores devemos trabalhar para definir cada vez mais estas fronteiras, fazer com que nossos alunos desenvolvam e aprimorem a

capacidade de perceber os engodos e subterfúgios que maculam a retidão de conduta e põem todos no mesmo patamar. Faz-se urgente combater a cultura que transforma transgressores em heróis, corruptos em bem sucedidos, oportunistas em líderes.

Nossa responsabilidade como educadores é construir a lucidez necessária, desenvolver a criticidade frente aos vários temas que são disponibilizados na internet, socializando conhecimentos e valores.

Questão 8 – Quando ocorre perda de conectividade, você se sente?

Tabela 8. Faz referência a perda da conectividade.

ESCOLA	E	NI	F
A	21	18	10
B	30	14	5
C	16	21	12

E = Entediado NI = Não me Importo F = Furioso

Fonte: Elaborado pelos autores

Percebe-se que os alunos das escolas A e B sentem-se entediados, representando 43% e 61%, respectivamente. Já os alunos da Escola C não se importam com a perda de conectividade, representando 42,9%. Lembrando que a Escola B e C estão localizadas na periferia do município, será que a situação econômica dos discentes favorece uma conectividade maior e mais rápida? Compreendemos que a situação econômica é fator preponderante para liberação de planos que forneçam o uso ilimitado de dados móveis.

Interessante abordar que apesar de “entediados” os discentes não ficam “furiosos” o que mantém bons hábitos, auxiliando para que as funções orgânicas não fiquem debilitadas, pois sabemos que todo o sentimento de ódio ou raiva poderá ser somatizado pelo corpo, gerando inúmeros problemas de saúde.

Sentir-se raivoso nessa situação deve-se ao fato de que, ao sair desse mundo de fantasia, o choque com a realidade traz mais força para a virtualização, como ambiente do prazer, refugiando-se em realizações digitais, pois no ambiente evita-se frustrações e pensamentos se materializam (COLVARA, 2007).

O sentimento dos entrevistados quanto à falta de internet ou quando ela está lenta foi de nervosismo, irritação, observando a falta de qualidade do sinal da internet oferecido pelas operadoras. A maioria sente falta da internet e as principais preocupações que a falta dela traz é a perda de comunicação entre amigos e familiares e o funcionamento da vida profissional (CIN; MELO, 2013).

Questão 9 – Quantas horas diariamente você fica nas redes sociais?

Tabela 9. Faz menção ao número de horas em frente ao computador.

ESCOLA	2	2a6	6a12
A	24	18	7
B	25	17	7
C	26	13	10

2 = 2 horas 2a6 = 2 à 6 horas 6a12 = 6 à 12 horas

Fonte: Elaborado pelos autores

Diante do exposto na tabela pode-se notar que a maioria dos alunos das três escolas passam 2h por dia nas redes sociais, sendo isto, extremamente positivo em relação à saúde, representando nas escolas A, B e C 49%, 51% e 53%, respectivamente. Podemos relacionar aqui as tardes que são disponibilizadas para Educação Física, os dias estipulados para ensaio da Banda Marcial das escolas, que ocorrem uma vez por semana em turno oposto. Além do fator que já foi discutido, que é a situação econômica, auxílio nas tarefas domésticas e trabalho como menor aprendiz.

Porém devemos enumerar que o quesito de duas a seis horas tem um índice alto, apesar da maioria dos alunos ocuparem-se com outras tarefas. Para alguns autores, uma

utilização de apenas duas horas, seria o tempo ideal para não despertar o vício (RAZZOUK, 1998); mas Young (1998) salienta que o importante não é o tempo que o usuário passa conectado, mas o que a internet representa para sua vida e como lida com ela.

Young e Abreu (2011) mencionam em seu estudo que a dependência pela internet pode acometer várias culturas e pessoas de ambas as idades, mas prevalece mais na adolescência por ser um período da vida de descobertas que a pessoa procura sua identidade e identificação. No anonimato a pessoa pode ser o que quiser se distanciando da sua realidade.

Os dependentes de internet apresentam características padrões tais como: baixa autoestima e timidez. Além disso, estes usuários costumam ser ansiosos, solitários e depressivos. Os indivíduos com tais vulnerabilidades psicossociais estão propensos a utilizarem uma maior tempo na internet, provavelmente para amenizar o humor disfórico e/ou buscar comunicação reconfortante (TOKUNAGA; RAINS 2010)

Questão 10 – Pela demanda de tempo em frente ao computador, você sente dores?

Tabela 10. Faz menção as dores relacionadas ao tempo de uso do computador

ESCOLA	N	EC	AS
A	31	8	10
B	28	9	12
C	27	10	12

N = Nunca EC = Evitar ficar Conectado SA = Sempre, ou Às vezes

Fonte: Elaborado pelos autores

Ao contrário do que se esperava, a grande maioria dos alunos não apresentam dores relacionadas ao tempo de uso de internet, representando nas escolas A, B e C 63,3%, 57,1% e 55%, respectivamente. Contudo, quando especificamos as possíveis dores na questão seguinte ocorreu à enumeração de algumas. Dessa forma, entendemos que os discentes sentem dores, que se tornam imperceptíveis frente à distração que a

internet proporciona. Um ponto a considerar será a utilização de celulares com as mesmas funções de um computador, o que facilita o acesso em qualquer local, tanto no trabalho, na escola, quanto em casa.

Thompson (2009) relata que, se os indivíduos ficarem em média seis horas ou mais, estudando ou batendo papo no computador poderá apresentar uma série de doenças e sintomas.

As queixas mais comuns relacionadas a internet são lesão por esforço repetitivo (LER) e dores nas costas, porém o estilo de vida sedentário pode aumentar o risco de trombose venosa, embolia pulmonar, obesidade e complicações associadas (PIROCCA, 2012).

Questão 11 – Você já sentiu algum tipo de dor no corpo devido ao fato de estar muito tempo em frente ao computador?

Tabela 11. Lista as dores mais comuns frente ao computador

ESCOLA	PCo	CaO	N
A	10	13	26
B	12	21	16
C	6	19	24

PCo = Dor no Punho, ou nas Costas CaO = Dor de Cabeça, ou nos Olhos N = Nenhuma

Em relação ao exposto, pode-se verificar que o número de dores elencadas pelos alunos das escolas A, B e C praticamente se equivalem à alternativa “nenhuma”, representando 47%, 65,3% e 51%, respectivamente. Esses dados demonstram que existem dores relacionadas ao uso da ferramenta, que passa despercebida por muitos adolescentes. Salienta-se a falta de postura adequada dos alunos ao sentar em suas cadeiras, a baixa luminosidade frente à tela do computador, o número de horas que olho ficará estagnado em um ponto fixo.

Vale lembrar que as consequências no uso excessivo do computador não são imediatas, são doenças que vem ao longo do tempo e que aumentam o risco se o usuário utilizar o computador por muitas horas seguidas e diariamente. É

comum um indivíduo, após o uso contínuo do computador, sentir cansaço, dores de cabeça, irritação nos olhos e fadiga. Em relação às doenças, Pedrozo (2008), Quintas (2006) e Santos (2004) nos dizem que podem vir a aparecer: LER/DORT - dentro desta doença podem aparecer patologias como, tendinite, tenossinovite e bursite; stress; Síndrome da visão do computador (CVS); Sedentarismo; Síndrome de De Quervain; Síndrome do Túnel do Carpo; Síndrome do Canal de Guyon – Epicondilite, Artrose e Lordose.

CONCLUSÃO

Verificou-se que, em geral, não ocorreram diferenças significativas nas respostas entre alunos do centro e da periferia da cidade, quanto ao uso demasiado da internet. Porém, vale salientar algumas concepções adquiridas ao decorrer da pesquisa, como o fato dos entrevistados residirem em uma cidade que apresenta baixos índices de violência, que mantém hábitos rotineiros, socialização entre familiares, rodas de chimarrão fatores que contribuem para que mantenham atividades como sair com os amigos. Obviamente que os alunos que estudam no centro da cidade possuem maior facilidade de locomoção, visto que em cidades do interior as lancherias, sorveterias, cinema, locais de jogos se encontram nos arredores da praça central.

O fator socioeconômico é condição imprescindível para manter a conectividade, em razão de que a grande maioria mantém hábitos de auxiliar seus pais em tarefas domésticas, trabalham como menor aprendiz, além de necessitarem de internet ilimitada para que a ferramenta esteja disponível. Que a quantidade de horas disponibilizadas para o acesso à internet não ultrapassa duas horas, sendo ponto positivo, pois a qualidade do sono, higiene pessoal e alimentação são conservadas. A pesquisa relatou que a perda da conectividade deixa a maioria dos discentes entediados, fator extremamente positivo, porém também evidenciou que os discentes consomem “besteiras” durante o acesso a internet, fato que

poderá estar relacionado com as doenças não transmissíveis, que se alastram nesse século.

Conferimos um diagnóstico extremamente favorável em relação à exposição a internet, pois conserva-se hábitos saudáveis, que auxiliam o equilíbrio do organismo. Entendemos a importância da escola, como espaço formal para desenvolver trabalhos que auxiliem os discentes a desenvolver a criticidade, o entendimento de pontos negativos atrelados a essa ferramenta, cabe aos indivíduos aproveitarem os benefícios dessa tecnologia sem serem subjugados a ela, não podemos deixar de entender que vivemos a era da tecnologia, que ela fará parte de nossas relações, devemos aprender a conviver, sem prejuízos, utilizando a escola como espaço de formação de opiniões.

REFERÊNCIAS

ABREU, Cristiano Nabuco et al. Dependência de Internet e de jogos eletrônicos: uma revisão. São Paulo: **Revista Brasileira de Psiquiatria**. v. 30, n. 2, p. 156-167, 2008.

AZEVEDO, Jose Clóvis de; REIS, Jonas Tarcísio. **Reestruturação do Ensino Médio**. 1ª ed. São Paulo: Fundação Santillana, 2013.

BARBOSA, Maria Lígia de Oliveira.; QUINTANEIRO, Tania; RIVERO, Patrícia. **Conhecimento e Imaginação: Sociologia para o Ensino Médio**. Belo Horizonte: Autêntica Editora, 2012.

CIN, Isabel Cristina Torres Pedrosa Dal.; MELO, Marlene Catarina de Oliveira Lopes. Dependência de Internet: Um Estudo com Profissionais e Estudantes da área de TI em Belo Horizonte. **XXXVII Encontro da ANPAD**, Rio de Janeiro, 2013. 16 p.

COLVARA, Lauren Ferreira. A criança em tempos de TV. **FÓRUM DA DIVERSIDADE E IGUALDADE: Cultura, Educação e Mídia**, 2007.

COSTA, Antônio Amélio Dalla; ZARO, Jadir; SILVA, Jolair da Costa. Educação Humanizadora e os Desafios Éticos na Sociedade Pós-Moderna. In: VI CONGRESSO INTERNACIONAL DE EDUCAÇÃO, Santa Maria, 2015. **Anais ...** Santa Maria: Biblos, 2015.

FREUD, Sigmond. **A Interpretação dos Sonhos**. ESB, vol. IV. Rio de Janeiro: Imago Editora, 1990.

GARROUSTE-ORGEAS, Maité.; PERRIN, Marion.; SOUFIR, Lilia et al. The iatref study: medical errors are associated with symptoms of depression in ICU staff but not burnout or safety culture. **Intensive Care Med**. 2015;41(2):273-84. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25576157>. Acesso em 28/01/2018.

GIBSON, Edward S.; POWLES, A. C. Peter.; THABANE, Lehana.; O'BRIEN, Susan.; MOLNAR, Danielle Sirriane.; TRAJANOVIC, Nik et al. "Sleepiness" is serious in adolescence: two surveys of 3235 Canadian students. **BMC Public Health**. 2006;6:116. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1464124/>. Acesso em 25/01/2018.

HOSSAIN, Mohammad. Delwar. Information Communication Technologies (ICTs) and Community Development: A Case Study of Community Information Centers (CICs) in Bangladesh. **The Journal of Community Informatics**, v. 11, n. 1, 2015.

LIU, Xianchen.; ZHAO, Zhongtang.; JIA, Cunxian.; BUYSSE, Daniel. Sleep patterns and problems among Chinese adolescents. **Pediatrics**. 2008;121(6):1165-73. 6. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18519486>. Acesso em 25/01/2018.

LORENZO, Eder Maia. **A Utilização das Redes Sociais na Educação: A Importância das Redes Sociais na Educação**. 3 ed. São Paulo: Clube de Autores, 2013.

MAK, Kwok Kei.; LEE, So-Lun.; HO, Sain Yin ; LO, Wing-Sze.; LAM, Tai-Hing. Sleep and academic performance in Hong Kong adolescents. **J School Health**. 2012;82(11):522-

MONTEIRO, Carlos A, CANNON, Geoffrey. The impact of Transnational “Big Food” Companies on the South: a view from Brazil. **PLoS Medicine**. 2012;9(7):1-5.

NASCIMENTO, João Kerginaldo. Firmino do. **Informática aplicada à educação**. Brasília: Universidade de Brasília, 84 p., 2007. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/profunc/infor_aplic_educ.pdf>. Acesso em: 06 abr. 2015.

ODACI, Hatice; KALKAN, Melek. (2010). Problematic internet use, loneliness and dating anxiety among young adult university student. **Computer & Education**. 55. 1091-1097. Doi: 10.2016/j.compedu 2010.05.006

PECHI, Daniele. Como usar as redes sociais a favor da aprendizagem. **Nova Escola**. São Paulo: Editora Abril, 2013.

PIROCCA, Caroline. **Dependência de internet, definição e tratamentos: revisão sistemática da literatura**. 2012, 39 p., Monografia (Especialista em Terapia Cognitiva e Comportamental) - Instituto de Psicologia da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2012.

POZO, Juan Ignacio; CRESPO, Miguel Ángel Gómez. **A aprendizagem e o ensino de Ciências: do conhecimento cotidiano ao conhecimento científico**. 5ª ed. Porto Alegre: Artmed, 2009.

QUINTAS, Adriane et al. **Doenças relacionadas ao uso do computador**. Curitiba: Faculdades SPEI, 4 p., 2006. Disponível em: http://www.manager.eliasmoreira.com.br/banco_arquivo/74.pdf Acesso em: 20 jan. 2018.

RAZZOUK, Denise. Dependência de Internet: uma nova categoria diagnóstica. **Psychiatry On-line Brazil**, 1998.

RODRIGUES, Maira Pinto Cauchioli; ARAUJO, Tereza Cristina Cavalcanti Ferreira de. Internet como suporte à pes-

soa com lesão medular: padrões de uso e reabilitação. **Paidéia (Ribeirão Preto)**, Ribeirão Preto, v. 22, n. 53, Dec. 2012. Disponível em http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103863X2012000300013&lng=en&nrm=iso. Acesso em 24 jan 2018.

SAVATER, Fernando. **Ética urgente!** São Paulo: Edições SESC São Paulo, 2014.

SMITH, Gregory. S. **Como proteger seus filhos da Internet: Um guia para pais e professores.** Editora Novo Conceito, 2012.

STANISLAU, Gustavo M.; BRESSAN, Rodrigo Affonseca. **Saúde Mental na escola: o que os educadores devem saber.** Porto Alegre: Artmed, 2014.

THOMPSON, Priscilla. **Passar mais de 6 horas on-line prejudica a sua saúde.** A Gazeta. 1 p., 2009. Disponível em: <http://gazetaonline.globo.com/_conteudo/2009/08/523401-passar+mais+de+6+horas+on+li+ne+prejudica+a+sua+saude.html>. Acesso em: 21 jan. 2018.

TOKUNAGA, Robert S.; RAINS, Stephens A. (2010). An evaluation of two characterizations of the relationships between problematic internet use, time spent using the internet, and psychosocial problems. **Human Communication Research**. 36, 512-545.doi:10.1111/j.1468-2958.2010.01386.x

ZUIN, Antonio A. S. O Plano nacional de educação e as tecnologias da informação e comunicação. **Educ. Soc.**, Campinas, v. 31, n. 112, set. 2010. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S010173302010000300016&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 13 de Outubro 2013.

YOUNG, Kimberley S.; ABREU, Cristiano Nabuco de. **Dependência de Internet: Manual e Guia de Avaliação e Tratamento 2011** ed sênior São Paulo. Disponível em <<http://books.google.com.br/books?id=8avU3ygQ7ToC&pg=PA13&lp-g=PA13&dq=ABREU.+Yung.+Depend%C3%AAncia+->

de+Internet:+Manual+e+Guia+de+Avalia%C3%A7%C3%A3o+e+Tratament&source=bl&ots=vXt46polXb&sig=ugO2vlNNB8Ia0RmkWpTgYEFzi7U&hl=ptBR&sa=X&ei=W1SWUs2MLcXZkQeIp4CADg&ved=0C-FUQ6AEwBw#v=onepage&q=ABREU.%20Yung.%20Depend%C3%Aancia%20de%20Internet%3A%20Manual%20e%20Guia%20de%20Avalia%C3%A7%C3%A3o%20e%20Tratament&f=false>Acesso 05 jan de 2018.

YOUNG, Kimberly S.; YUE, Dong Xiao.; YING, Li. **Estimativas de prevalência e modelos etiológicos da dependência de internet.** In Young & Abreu (orgs). Dependência de Internet: manual e guia de avaliação e tratamento. Porto Alegre: Artmed, 2011.

YOUNG, Kimberly. S. Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. **CyberPsychology & Behavior**, v. 1, n. 3, p. 237-244, 1998.

Submetido em:23/02/2018

Aprovado em: 18/04/2018