

CAMPUS PORTO VELHO ZONA NORTE
COORDENAÇÃO DO CURSO SUPERIOR DE TECNOLOGIA EM SISTEMAS
PARA INTERNET

IZABELLY VASCONCELOS DA SILVA

CRIANÇAS, TELAS E SEGURANÇA:
O PAPEL DA INTERVENÇÃO PARENTAL PARA MINIMIZAR RISCOS E
MAXIMIZAR BENEFÍCIOS

PORTO VELHO/RO

2024

IZABELLY VASCONCELOS DA SILVA

**CRIANÇAS, TELAS E SEGURANÇA:
O PAPEL DA INTERVENÇÃO PARENTAL PARA MINIMIZAR RISCOS E
MAXIMIZAR BENEFÍCIOS**

Artigo apresentado ao Curso Superior de Tecnologia em Sistemas para Internet do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Rondônia – IFRO Campus Porto Velho Zona Norte como requisito avaliativo para obtenção do título de Tecnólogo em Sistemas para Internet.

Orientador: Prof. Esp. Tiago Lopes de Aguiar.

PORTO VELHO/RO

2025

Ficha catalográfica elaborada pelo Sistema Gerador de Ficha Catalográfica do IFRO, com dados informados pelo(a) próprio(a) autor(a).

Silva, Izabelly Vasconcelos da.

Crianças, telas e segurança: o papel da intervenção parental para minimizar riscos e maximizar benefícios / Izabelly Vasconcelos da Silva, Porto Velho-RO, 2025.

17 f.

Orientador(a): Prof. Tiago Lopes de Aguiar.

Trabalho de Conclusão de Curso (Superior de Tecnologia em Sistemas para Internet) – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Rondônia - IFRO, Porto Velho-RO, 2025.

1. Crianças. 2. Telas. 3. Segurança. I. Aguiar, Tiago Lopes de (orient.). II. Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Rondônia - IFRO. III. Título.

Bibliotecário(a) Responsável: Marlene Fouz da Silva, CRB-11/946 (Campus Porto Velho Zona Norte)

CAMPUS PORTO VELHO ZONA NORTE
CURSO SUPERIOR DE TECNOLOGIA EM SISTEMAS PARA INTERNET

CRIANÇAS, TELAS E SEGURANÇA: o papel da intervenção parental para minimizar riscos e maximizar benefícios

Izabelly Vasconcelos da Silva¹, Tiago Lopes de Aguiar²

RESUMO: O presente artigo explora a importância do uso de *softwares* de intervenção parental para mediar o uso de tecnologias digitais por crianças, visando um desenvolvimento saudável e seguro. A pesquisa, exploratória, de abordagem qualitativa e método hipotético-dedutivo, utilizou como subsídio a coleta e interpretação de informações bibliográficas e documentais, analisando os riscos do acesso precoce e descontrolado às telas, como a ciberdependência e a exposição a conteúdos inadequados. Os resultados destacam a importância da intervenção parental para equilibrar a segurança e a autonomia no ambiente digital. O Family Link, desenvolvido pela Google, é apresentado como uma ferramenta eficaz para monitorar o tempo de tela, filtrar conteúdos e acompanhar a localização, promovendo o diálogo e a responsabilidade digital. A conclusão ressalta que a combinação de diálogo, orientação e ferramentas de intervenção parental é essencial para um ambiente digital seguro, permitindo que as crianças usufruam dos benefícios da tecnologia sem comprometer seu bem-estar. **Palavras-chave:** Tecnologia digital. Intervenção parental. Desenvolvimento infantil. Benefícios e riscos.

CHILDREN, SCREEN AND SAFETY: The Role of Parental Intervention to Minimize Risks and Maximize Benefits

ABSTRACT: *This article explores the importance of using parental intervention software to mediate the use of digital technologies by children, aiming for healthy and safe development. The research, exploratory, with a qualitative approach and a hypothetical-deductive method, used the collection and interpretation of bibliographic and documentary information as input, analyzing the risks of early and uncontrolled access to screens, such as cyberdependence and exposure to inappropriate content. The results highlight the importance of parental intervention to balance security and autonomy in the digital environment. Family Link, developed by Google, is presented as an effective tool for monitoring screen time, filtering content and tracking location, promoting dialogue and digital responsibility. The conclusion highlights that the combination of dialogue, guidance and parental intervention tools is essential for a safe digital environment, allowing children to enjoy the benefits of technology without compromising their well-being.*

Keywords: *Digital technology. Parental intervention. Child development. Benefits and risks.*

¹ Discente do Curso Superior de Tecnologia em Sistemas para Internet do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Rondônia, Campus Porto Velho Zona Norte. Lattes: <http://lattes.cnpq.br/5997038178954469>. E-mail: izabelly.silva@estudante.ifro.edu.br.

² Docente do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Rondônia, Campus Porto Velho Zona Norte. Especialista em Gestão e Governança de Tecnologia da Informação. Lattes: <http://lattes.cnpq.br/8744775169659538>. E-mail: tiago.aguiar@ifro.edu.br.

CAMPUS PORTO VELHO ZONA NORTE
CURSO SUPERIOR DE TECNOLOGIA EM SISTEMAS PARA INTERNET

1. INTRODUÇÃO

Na contemporaneidade, o acesso precoce das crianças às tecnologias digitais é uma realidade incontestável, permeando a sociedade brasileira e global. A era digital transformou radicalmente a forma como vivemos, e as crianças não estão imunes a essa nova realidade. A presença de *smartphones*, *tablets* e computadores no cotidiano infantil é cada vez mais intensa, com a ampliação do acesso das crianças a essas tecnologias.

Essa realidade, por um lado, oferece inúmeras oportunidades de aprendizado e desenvolvimento, mas, por outro, levanta preocupações sobre os possíveis impactos negativos no desenvolvimento infantil e na segurança das crianças. Um estudo realizado pela TIC Kids Online Brasil em 2022 acentua que 92% das pessoas com 9 a 17 anos têm acesso à internet, aproximadamente 24,4 milhões de crianças e adolescentes. Diante desse cenário, a intervenção parental surge como uma medida essencial para garantir o uso saudável e responsável das tecnologias por parte das crianças, promovendo o controle e acompanhamento de suas ações digitais por pais e demais responsáveis.

Os riscos associados ao acesso *online* precoce e descontrolado são variados e preocupantes. As crianças, em sua maioria, ainda não possuem a maturidade necessária para discernir entre conteúdos apropriados e nocivos, o que as torna vulneráveis a uma série de perigos. Entre os principais riscos estão a exposição a conteúdos inadequados, como violência, pornografia e discursos de ódio, além do contato com estranhos em redes sociais, o que pode resultar em casos de assédio ou aliciamento. Além disso, o uso excessivo de telas pode impactar negativamente o desenvolvimento cognitivo e social, causando problemas como déficit de atenção, isolamento, ansiedade e dificuldades de socialização. Sem o devido monitoramento, essas ameaças podem comprometer o bem-estar físico e emocional das crianças, reforçando a necessidade de intervenções parentais pontuais e orientadas.

Diante desse cenário, este artigo delimita-se a explorar o uso de ferramentas tecnológicas, como *softwares* de restrição parental, para auxiliar na intervenção e mediação do uso das tecnologias digitais por crianças. Soluções como o Family Link, da Google, são analisadas como ferramentas que promovem um acompanhamento eficaz, equilibrando segurança e autonomia no ambiente digital. O objetivo é

CAMPUS PORTO VELHO ZONA NORTE
CURSO SUPERIOR DE TECNOLOGIA EM SISTEMAS PARA INTERNET

demonstrar como essas tecnologias podem ser integradas à rotina familiar para mitigar os riscos do uso excessivo ou inadequado das telas, contribuindo para um desenvolvimento saudável e seguro.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

2.1. O acesso precoce às telas e seus riscos

O uso de tecnologias por crianças tornou-se crescente nos últimos tempos. Elas estão sendo imersas nesse mundo digital, no qual as telas são protagonistas de grande parte do dia a dia (Faria; Costa; Neto, 2018). O advento das tecnologias digitais trouxe consigo inúmeros benefícios e desafios, especialmente quando se trata do acesso precoce às mídias eletrônicas. Desde cedo, os pequenos são expostos a *smartphones*, *tablets* e computadores, o que suscita debates acerca dos impactos dessa exposição em seu desenvolvimento cognitivo e social. Dessa forma, a discussão sobre a relação entre crianças e mídias eletrônicas demanda uma abordagem cuidadosa, considerando os aspectos positivos e negativos, bem como os desafios e as oportunidades oferecidas por esse fenômeno contemporâneo.

A pesquisa TIC Kids Online Brasil (2024) aponta que o primeiro acesso à internet ocorre cada vez mais cedo no país. Em 2023, 24% dos entrevistados informaram que haviam acessado a rede mundial de computadores pela primeira vez até os 6 anos de idade. Ainda, de acordo com a pesquisa, o telefone celular foi o principal dispositivo usado para o acesso à internet por crianças e adolescentes, totalizando 97% dos entrevistados.

Neste âmbito, as crianças crescem em um ambiente repleto de dispositivos eletrônicos e são expostas a uma infinidade de estímulos digitais desde cedo. A exposição precoce a essas tecnologias pode ter um impacto positivo no desenvolvimento cognitivo e melhorar competências como o pensamento lógico e a coordenação motora (Prensky, 2001). Porém, é importante ressaltar que passar muito tempo em frente a uma tela pode trazer consequências negativas, como redução do tempo de interação social e risco de distúrbios do sono.

Segundo Mark Prensky (2001) a geração atual de crianças passa mais tempo fazendo uso de entretenimento digital, lendo, jogando etc. Nesse sentido, a qualidade do conteúdo consumido é fundamental para mitigar os potenciais impactos negativos.

CAMPUS PORTO VELHO ZONA NORTE
CURSO SUPERIOR DE TECNOLOGIA EM SISTEMAS PARA INTERNET

Ao selecionar programas educativos e aplicativos interativos, é possível transformar o tempo dedicado às telas em uma oportunidade de aprendizado e desenvolvimento. Além disso, é essencial estabelecer limites de tempo, promovendo um equilíbrio saudável entre o mundo digital e as atividades *offline*.

Outro ponto relevante a ser considerado é a importância da supervisão constante. De acordo com Pozzer e Cunha (2020), o desenvolvimento e a aplicação de tecnologias geram transformações políticas, econômicas e sociais de diferentes níveis, através disso podemos destacar que a orientação dos adultos é crucial para ajudar as crianças a desenvolverem habilidades críticas de pensamento e discernimento em relação ao conteúdo digital. A criação de um ambiente seguro e a promoção do diálogo aberto sobre o uso responsável das mídias eletrônicas são estratégias fundamentais para mitigar os riscos associados.

Em resumo, a exposição precoce das crianças aos meios eletrônicos é um fenômeno complexo que requer uma abordagem equilibrada e consciente. Ao reconhecer os benefícios potenciais destas tecnologias, como a estimulação cognitiva e educacional, e ao mesmo tempo reconhecer os riscos associados ao uso excessivo, podemos moldar experiências digitais ricas para as novas gerações. Os pais, os professores e a sociedade como um todo têm responsabilidade nesse cenário e devem trabalhar em conjunto para criar um ambiente digital seguro e educativo para o desenvolvimento saudável das crianças.

2.2. Infância e ciberdependência – impactos no desenvolvimento

O acesso à internet tornou-se indispensável na sociedade contemporânea, e as crianças, desde cedo, têm uma convivência direta com a tecnologia. De acordo com Mathias e Gonçalves (2017), o uso excessivo de tecnologias digitais nos primeiros anos de vida, pode trazer danos para a sociabilidade. A criança, em constante aprendizado, desenvolve-se através do ambiente ao qual está inserida, tornando crucial a análise do modo como elas lidam com dispositivos eletrônicos e possivelmente se adaptam, gerando uma potencial dependência.

Entre os desafios identificados, está a ciberdependência, caracterizada pelo uso compulsivo de tecnologias digitais que pode levar a prejuízos na interação social, na saúde mental e no rendimento escolar. Por outro lado, o uso consciente pode trazer

CAMPUS PORTO VELHO ZONA NORTE
CURSO SUPERIOR DE TECNOLOGIA EM SISTEMAS PARA INTERNET

benefícios, como o desenvolvimento de habilidades digitais e o acesso a novos conhecimentos.

No que pese os cuidados quanto aos pontos negativos, esse contato precoce pode trazer benefícios consideráveis, como o desenvolvimento de habilidades digitais, acesso a conteúdos educativos e ampliação das formas de comunicação. No entanto, o uso excessivo da tecnologia pode gerar impactos negativos, especialmente quando não há uma mediação parental adequada. Dentre os desafios relacionados ao uso descontrolado da internet, destaca-se a ciberdependência, uma condição que pode comprometer aspectos essenciais do desenvolvimento infantil.

A ciberdependência, também chamada de dependência digital ou vício em tecnologia, é um transtorno caracterizado pelo uso compulsivo de dispositivos eletrônicos, como smartphones, tablets, computadores e videogames, de maneira que interfere na vida cotidiana da criança. Essa condição está relacionada a sintomas como irritabilidade, ansiedade, dificuldade de concentração e prejuízo nas relações sociais.

Segundo Young (1998), a dependência digital compartilha características com outros tipos de vício, como a necessidade crescente de aumentar o tempo de uso, a incapacidade de controlar a exposição às telas e sintomas de abstinência quando há intervenção. Estudos recentes mostram que o uso excessivo da tecnologia pode afetar os mesmos circuitos envolvidos na dependência de substâncias químicas, tornando-se um comportamento compulsivo difícil de ser controlado sem instruções específicas. A pesquisa TIC Kids Online Brasil (2024) revelou que 36% das crianças já enfrentaram dificuldades para diminuir o tempo online, evidenciando sinais preocupantes de dependência digital. Esse dado alerta para a necessidade de uma abordagem cuidadosa por parte dos pais e educadores para garantir que o uso da tecnologia ocorra de maneira saudável.

O uso excessivo de dispositivos digitais pode afetar diferentes aspectos do desenvolvimento infantil, comprometendo a saúde física, emocional e social da criança. Dentre os impactos mais relevantes, conforme Fiocruz (2022), destacam-se:

- **Saúde Mental e Emocional:** crianças que passam muito tempo conectadas podem desenvolver ansiedade, irritabilidade, estresse e sintomas depressivos.

CAMPUS PORTO VELHO ZONA NORTE

CURSO SUPERIOR DE TECNOLOGIA EM SISTEMAS PARA INTERNET

O consumo desenvolvido de conteúdos digitais pode reduzir a capacidade da criança de lidar com frustrações, tornando-a mais dependente do ambiente online para obtenção de prazer e validação social.

- **Desenvolvimento Cognitivo:** o excesso de tempo de tela pode prejudicar a concentração, a memória e a capacidade de aprendizado. Crianças que utilizam a internet de maneira descontrolada podem ter dificuldades em manter o foco nas atividades escolares e desenvolver um pensamento crítico limitado. Além disso, a dependência digital pode variar a criatividade e reduzir a capacidade de solucionar problemas de forma autônoma.
- **Interação Social:** o uso excessivo da tecnologia pode levar ao isolamento social, dificultando a construção de relações interpessoais saudáveis. Crianças que passam muito tempo online tendem a substituir interações presenciais por contatos virtuais, o que pode gerar prejuízos para o desenvolvimento de habilidades socioemocionais importantes, como empatia, comunicação e trabalho em equipe.
- **Saúde Física:** a ciberdependência também pode trazer consequências para a saúde física da criança, como sedentarismo, obesidade, problemas posturais, fadiga ocular e distúrbios do sono. Estudos indicam que a exposição excessiva à luz azul emitida por telas pode prejudicar a produção de melatonina, hormônio essencial para a regulação do sono, resultando em noites mal dormidas e fadiga constante.
- **Exposição a Conteúdos Inadequados:** crianças que passam muito tempo conectadas sem supervisão podem estar mais vulneráveis a conteúdos impróprios, como violência, pornografia, discursos de ódio e fake news. Além disso, a falta de controle sobre o uso da internet pode aumentar os riscos de cyberbullying e aliciamento por predadores digitais.

2.3. Intervenção para promover o acesso saudável de crianças e adolescentes às mídias eletrônicas

A intervenção no contexto do acesso saudável de crianças e adolescentes às mídias eletrônicas é um tema crucial na sociedade atual. Com o constante avanço da

CAMPUS PORTO VELHO ZONA NORTE
CURSO SUPERIOR DE TECNOLOGIA EM SISTEMAS PARA INTERNET

tecnologia e a onipresença das telas em nosso cotidiano, torna-se essencial adotar ferramentas, estratégias e técnicas que promovam uma relação equilibrada e saudável com as mídias digitais. Uma das ferramentas que pode ser utilizada nesse processo é o estabelecimento de limites claros e consistentes para o tempo de uso das mídias eletrônicas. Estabelecer horários específicos para a utilização dessas tecnologias, combinando momentos de lazer digital com atividades físicas, estudo e interações sociais presenciais, pode contribuir para uma relação mais equilibrada e saudável com as telas.

Além disso, estratégias de conscientização e educação são fundamentais para a adequação do acesso saudável. É importante que pais, educadores e responsáveis se envolvam ativamente na vida digital das crianças e adolescentes, discutindo os impactos das mídias eletrônicas, orientando sobre a importância da privacidade e do comportamento ético *online*, bem como estimulando a seleção de conteúdos adequados e seguros. Outra técnica eficaz é a mediação parental. Acompanhar de perto as atividades *online* dos jovens é essencial para identificar possíveis riscos e orientá-los adequadamente. Isso pode ser feito por meio de diálogos abertos e constantes, onde sejam discutidos temas como *cyberbullying*, exposição excessiva, privacidade e segurança na internet.

O uso de filtros de conteúdo e *softwares* de intervenção parental também se mostra uma ferramenta útil para promover o acesso saudável às mídias eletrônicas. Essas tecnologias permitem bloquear o acesso a conteúdos inadequados, controlar o tempo de uso, monitorar as atividades *online* e estabelecer restrições de acordo com a faixa etária e maturidade do usuário.

Em resumo, a intervenção para exposição saudável às mídias eletrônicas de crianças e adolescentes requer a utilização de diferentes ferramentas, estratégias e técnicas. Desde a definição de limites e tempo de utilização, passando pela sensibilização e educação, passando pela mediação parental e pelo controle da utilização da tecnologia, deve ser seguida uma abordagem abrangente que contenha em conta os aspectos educativos, emocionais e comportamentais da relação com os ecrãs. Só assim poderemos garantir um ambiente digital seguro que favoreça o desenvolvimento saudável da nova geração.

CAMPUS PORTO VELHO ZONA NORTE
CURSO SUPERIOR DE TECNOLOGIA EM SISTEMAS PARA INTERNET

2.4. Aplicativos de intervenção parental – surgimento, importância e principais ferramentas

Com o avanço da tecnologia e a crescente presença de dispositivos conectados no cotidiano infantil, surgiu a necessidade de ferramentas que auxiliassem os pais na supervisão e gerenciamento do uso que seus filhos fazem desses aparelhos. Aplicativos de intervenção parental emergiram como soluções para monitorar, limitar e orientar o acesso das crianças ao conteúdo digital, promovendo um ambiente *online* mais seguro e saudável (Google, 2025).

A utilização de aplicativos de intervenção parental é fundamental para garantir que as crianças naveguem na internet de forma segura, evitando exposição a conteúdos inadequados e prevenindo comportamentos compulsivos ou prejudiciais associados ao uso excessivo da tecnologia. Essas ferramentas permitem que os pais estabeleçam limites de tempo de uso, bloqueiem aplicativos ou *sites* específicos, monitorem atividades *online* e acompanhem a localização dos filhos em tempo real. Dessa forma, além de promover uma comunicação mais aberta entre pais e filhos sobre o uso responsável da tecnologia, também incetivar hábitos digitais saudáveis desde cedo.

Os primeiros aplicativos de intervenção parental começaram a surgir no início dos anos 2000, acompanhando a popularização da internet e o aumento do acesso de crianças e adolescentes a dispositivos conectados. Inicialmente suas ferramentas eram mais simples, focando principalmente no bloqueio de *sites* inadequados. Com o tempo, evoluíram para soluções mais robustas e abrangentes, incorporando funcionalidades avançadas de monitoramento, relatórios detalhados de uso e controles personalizados, atendendo às necessidades específicas de cada família. Atualmente, o mercado oferece diversas opções de aplicativos de intervenção parental, cada qual com suas particularidades e recursos específicos. Entre os mais utilizados e reconhecidos estão:

- **Google Family Link:** Desenvolvido pelo Google, o Family Link permite que os pais gerenciem os aplicativos que os filhos utilizam, estabeleçam limites de tempo de tela, monitorem a atividade online e localizem o dispositivo da criança. Foi lançado em 2017 e está disponível para dispositivos Android e iOS (Google, 2025).

CAMPUS PORTO VELHO ZONA NORTE
CURSO SUPERIOR DE TECNOLOGIA EM SISTEMAS PARA INTERNET

- **AppGuardian:** Criado pela empreendedora brasileira Luiza Mendonça em 2018, o AppGuardian oferece funcionalidades como bloqueio de aplicativos, definição de horários de uso, monitoramento de tempo de tela e localização em tempo real. Destaca-se por ser uma solução nacional, com suporte em português e adaptada à realidade das famílias brasileiras (AppGuardian, 2017).
- **Qustodio:** Desenvolvido pelo Eduardo Cruz, Josh Gabel e Josep Gaspar, trata-se de aplicativo que oferece uma gama abrangente de recursos, incluindo monitoramento de atividades online, bloqueio de sites inadequados, intervenção de tempo de uso e rastreamento de localização. De acordo com um estudo da empresa Qustodio, a idade média em que os menores espanhóis obtêm seu primeiro celular é de 12 anos, e 22% dos pais consideram essa idade adequada (Qustodio, 2025).

A escolha do aplicativo adequado depende das necessidades específicas de cada família, considerando fatores como a idade da criança, o nível de supervisão desejado e a compatibilidade com os dispositivos utilizados. Independentemente da ferramenta escolhida, é essencial que os pais participem ativamente da vida digital dos filhos, utilizando esses recursos como aliados na educação e no desenvolvimento de hábitos saudáveis no uso da tecnologia.

3. METODOLOGIA

O presente estudo adotou, quanto à forma, uma abordagem qualitativa com o objetivo de analisar ferramentas tecnológicas, *softwares* de intervenção parental, para auxiliar na intervenção e mediação do uso das tecnologias digitais por crianças, utilizando-se como subsídio a coleta e interpretação de informações bibliográficas e documentais. Quanto ao método de abordagem, foi adotado o hipotético-dedutivo, partindo da premissa de que o uso da internet por crianças, sem o devido monitoramento, pode impactar negativamente no seu desenvolvimento, e que softwares de intervenção parental podem mitigar tais impactos. Quanto ao objetivo geral, a pesquisa se classifica como exploratória, pois busca compreender a importância do uso de softwares de intervenção parental para mediar o uso de tecnologias digitais por crianças, visando um desenvolvimento saudável e seguro.

CAMPUS PORTO VELHO ZONA NORTE
CURSO SUPERIOR DE TECNOLOGIA EM SISTEMAS PARA INTERNET

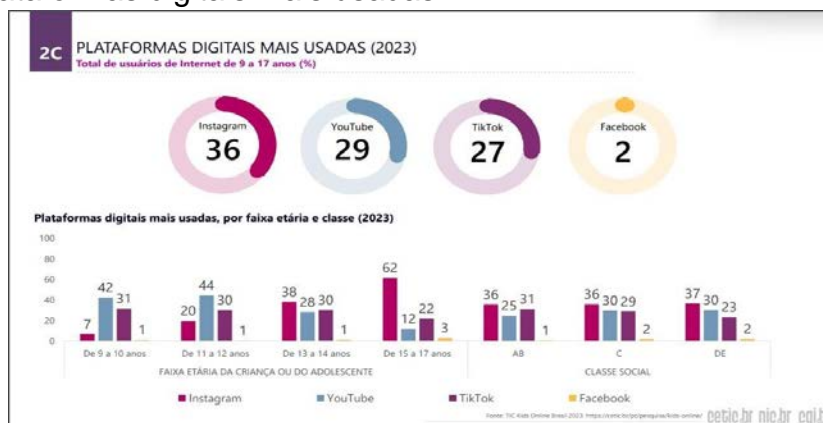
A delimitação do tema, quanto ao uso de *softwares* de intervenção parental se deu pela crescente preocupação com a segurança digital infantil e a necessidade de intervir no uso inadequado das tecnologias. Dessa forma, buscou-se analisar soluções que permitam um acompanhamento mais eficiente e responsável por parte dos pais.

A escolha do *software* Family Link sucedeu pela sua ampla utilização e por ser desenvolvido por uma das maiores empresas de tecnologia, garantindo maior acessibilidade, segurança e funcionalidades adaptáveis às necessidades das famílias. Além disso, sua interface intuitiva e recursos como controle de tempo de tela, bloqueio de aplicativos e monitoramento de localização contribuem para uma gestão mais eficaz do tempo de uso de dispositivos eletrônicos por crianças.

4. RESULTADOS E DISCUSSÕES

Diversos estudos apontam que o uso precoce das telas pode afetar o desenvolvimento infantil de várias formas. Crianças que passam muitas horas por dia expostas a conteúdos digitais podem sofrer uma redução significativa na qualidade do sono, o que prejudica o aprendizado e o desenvolvimento cognitivo. Segundo a pesquisa TIC Kids Online Brasil 2022, 92% das crianças e adolescentes de 9 a 17 anos no Brasil são usuárias de internet, sendo que 82% acessam a rede principalmente através de seus celulares. Entre os principais riscos identificados estão a exposição a conteúdos inapropriados, o uso excessivo das redes sociais, conforme mostram os dados obtidos na Figura 1 e a participação em jogos *online* com outras pessoas desconhecidas, o que pode levar ao isolamento social e ao aumento da ansiedade.

Figura 1 – Plataformas digitais mais usadas.



Fonte: TIC Kids Online Brasil (2024)

CAMPUS PORTO VELHO ZONA NORTE
CURSO SUPERIOR DE TECNOLOGIA EM SISTEMAS PARA INTERNET

A Figura 1 apresenta as plataformas digitais mais usadas em 2023 por crianças e adolescentes de 9 a 17 anos, destacando Instagram, YouTube e TikTok como as mais populares. O Instagram lidera com 36% do total de usuários, seguido pelo YouTube (29%) e TikTok (27%), enquanto o Facebook aparece com apenas 2%. Em termos de faixa etária, o uso do Instagram cresce com a idade, alcançando 62% entre adolescentes de 15 a 17 anos. Já o YouTube e TikTok têm uma distribuição mais equilibrada, com destaque para o YouTube entre as crianças de 9 a 10 anos (42%) e TikTok com uma forte presença na faixa de 11 a 14 anos (31%-38%).

Quanto à classe social, o Instagram e TikTok têm maior utilização entre as classes A,B e C, enquanto o YouTube apresenta um uso consistente em todas as classes sociais (variando entre 30% e 37%). O Facebook, em contrapartida, apresenta índices muito baixos em todas as faixas etárias e classes sociais. Esses dados evidenciam como as plataformas preferidas variam com a idade e contexto socioeconômico, refletindo padrões de comportamento digital dessa geração.

Além disso, a exposição frequente e prolongada a telas está associada a problemas emocionais e comportamentais, como a dependência digital, que pode manifestar-se através de sintomas de abstinência quando a criança é afastada do dispositivo eletrônico. O vício em tecnologia pode gerar distanciamento das atividades presenciais e comprometer o desenvolvimento de habilidades socioemocionais fundamentais, como a empatia, a capacidade de resolução de problemas em grupo e a comunicação assertiva.

Outro risco importante é a falta de habilidades críticas para identificar conteúdos perigosos ou falsos na Internet. Crianças, por estarem em um processo de formação cognitiva, ainda não possuem a capacidade plena de discernir o que é verdadeiro ou o que é seguro no ambiente digital. Nesse contexto, a mediação parental torna-se essencial para garantir uma navegação mais segura e saudável.

Ao enfrentar o desafio do uso precoce das tecnologias, é fundamental que as estratégias de intervenção adotadas pelos pais sejam baseadas no diálogo, na orientação e na construção de confiança. Estudos apontam que a mediação parental ativa, na qual os pais orientam e educam os filhos sobre os riscos e as oportunidades da Internet, é mais eficaz a longo prazo do que a mediação restritiva, que se baseia

CAMPUS PORTO VELHO ZONA NORTE
CURSO SUPERIOR DE TECNOLOGIA EM SISTEMAS PARA INTERNET

apenas na imposição de regras sem uma explicação clara. Crianças que compreendem o motivo das limitações impostas e os riscos associados ao uso indiscriminado de dispositivos tendem a aderir às regras de maneira mais colaborativa.

Uma das ferramentas tecnológicas que pode ser utilizada para auxiliar os pais nessa tarefa é o Family Link, um *software* desenvolvido pela Google, que permite monitorar o uso dos dispositivos por crianças e adolescentes. Essa ferramenta oferece uma série de funcionalidades que podem ajudar os pais a encontrarem o equilíbrio entre a supervisão e a autonomia dos filhos no uso de tecnologias digitais. O diferencial do Family Link é que ele não apenas impõe restrições, mas também promove a conscientização, fornecendo relatórios sobre o uso de aplicativos, tempo de tela e permitindo que os pais estabeleçam limites diários de uso.

O Family Link, por exemplo, permite que os pais configurem a quantidade de tempo que seus filhos podem gastar em cada aplicativo, além de oferecer a possibilidade de bloquear o acesso a determinados conteúdos ou aplicativos inadequados para a faixa etária. Essas funções podem ser usadas de maneira educativa, oferecendo às crianças uma maior compreensão sobre como gerenciar seu próprio tempo e discernir entre aplicativos produtivos, e aqueles que podem prejudicar seu desenvolvimento. Além disso, o aplicativo permite que os pais visualizem as atividades das crianças, como os vídeos assistidos ou as pesquisas feitas, o que pode fomentar o diálogo sobre o que é apropriado e seguro na internet.

Ao contrário de outros sistemas de intervenção parental que podem ser vistos como invasivos, o Family Link pode ser apresentado às crianças como uma ferramenta de suporte e segurança. Ao invés de se basear apenas em bloqueios, o Family Link pode ser utilizado para criar uma rotina saudável de uso de tecnologia. Por exemplo, os pais podem explicar aos filhos que o aplicativo ajudará a monitorar quanto tempo de tela é apropriado para manter um equilíbrio entre atividades *online* e *offline*, como tempo para brincadeiras ao ar livre, leitura ou interação com amigos e familiares.

É importante que os pais se coloquem como guias nesse processo, explicando que a intervenção do tempo de tela visa garantir que as crianças possam aproveitar melhor o tempo, sem prejudicar a saúde física ou mental. Dessa forma, o uso do Family Link não se torna uma ferramenta de controle tóxica, mas sim um recurso para educar a criança a ser responsável pelo seu tempo e pelas suas atividades digitais.

CAMPUS PORTO VELHO ZONA NORTE
CURSO SUPERIOR DE TECNOLOGIA EM SISTEMAS PARA INTERNET

Além disso, o Family Link oferece a possibilidade de estabelecer limites diários de uso e horários específicos para o desligamento dos dispositivos, o que pode ajudar a regular o sono das crianças. Esse aspecto é particularmente importante, visto que o uso prolongado de telas antes de dormir é um fator conhecido por prejudicar a qualidade do sono.

O uso precoce das telas por crianças é uma realidade inevitável no mundo contemporâneo, e cabe aos pais e responsáveis o papel de mediar e orientar o uso dessas tecnologias de forma equilibrada e positiva. O Family Link surge como uma ferramenta aliada, que, quando usada de forma adequada, pode contribuir para uma rotina digital saudável, sem transformar a intervenção em algo excessivamente restritivo ou punitivo. Ao construir uma relação de confiança e diálogo com os filhos, os pais podem não apenas proteger as crianças dos riscos digitais, mas também prepará-las para um uso consciente e responsável das tecnologias.

Assim, a combinação de estratégias de intervenção baseadas no diálogo, na mediação ativa e no uso de ferramentas como o Family Link pode promover um ambiente digital seguro, onde as crianças possam usufruir dos benefícios das tecnologias sem se exporem a riscos desnecessários.

Conforme orientações contidas no sítio oficial do Google Family Link (Google, 2025), para iniciar sua utilização é preciso instalar o aplicativo em um dispositivo Android ou iOS, tanto no dispositivo do responsável quanto no dispositivo da criança ou adolescente. Além disso, é importante que ambos os usuários possuam uma conta da Google para vinculação.

Conforme pontua a Google (2025), criar filhos na era digital envolve desafios, pois é preciso garantir que eles aproveitem a tecnologia com segurança e equilíbrio. O Google Family Link ajuda nesse processo, permitindo que os pais monitorem o uso dos dispositivos sem serem invasivos. Com a ferramenta, é possível estabelecer limites de tempo de tela, controlar quais aplicativos podem ser acessados, filtrar conteúdos inadequados e acompanhar a localização do dispositivo da criança. Mais do que um sistema de intervenção, o Family Link promove o diálogo sobre o uso consciente da internet, incentivando a responsabilidade digital e fortalecendo a relação de confiança entre a criança e seus responsáveis.

4.1. Estratégias para minimizar os impactos negativos da ciberdependência infantil

Para minimizar os impactos negativos da ciberdependência infantil, é fundamental que pais, educadores e profissionais da saúde adotem estratégias para promover um uso equilibrado da tecnologia. Algumas ações incluem:

- **Educação Digital** – Ensinar as crianças sobre o uso responsável da tecnologia, incentivando o pensamento crítico em relação ao conteúdo consumido e promovendo debates sobre segurança digital e privacidade online.
- **Definição de Limites** – Estabelece horários específicos para o uso de dispositivos eletrônicos, garantindo que o tempo de tela não substitua outras atividades essenciais, como estudos, leitura, atividades e interações sociais presenciais. A **Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP)** recomenda que crianças de até 2 anos não sejam expostas a telas, enquanto crianças entre 2 e 5 anos devem ter um limite máximo de **uma hora diária** de uso de dispositivos eletrônicos.
- **Incentivo a Atividades Offline** – Estimular brincadeiras ao ar livre, esportes, jogos de tabuleiro e momentos de lazer em família pode ajudar a equilibrar o uso da tecnologia e fortalecer o desenvolvimento de habilidades sociais.
- **Monitoramento e intervenção Parental** – O uso de ferramentas de intervenção parental, como o Family Link, pode auxiliar os pais a monitorar o tempo de tela e os aplicativos utilizados pelas crianças, garantindo um ambiente digital mais seguro. No entanto, é importante que esse monitoramento seja feito de forma transparente, incentivando o diálogo e a confiança entre pais e filhos.
- **Exemplo dos Pais** – As crianças aprendem principalmente pelo exemplo. Se os responsáveis mantiverem uma relação saudável com a tecnologia, equilibrando o tempo online e offline, é mais provável que os filhos sigam esse modelo.

A ciberdependência infantil é um desafio crescente na era digital e exige uma abordagem equilibrada para evitar impactos negativos no desenvolvimento infantil. O uso excessivo da tecnologia pode comprometer a saúde mental, física e social das crianças, tornando essencial a mediação parental para garantir um ambiente digital

CAMPUS PORTO VELHO ZONA NORTE
CURSO SUPERIOR DE TECNOLOGIA EM SISTEMAS PARA INTERNET

seguro e saudável. Diante desse cenário, a melhor estratégia não é proibir a tecnologia, mas sim educar as crianças para que façam um uso consciente e responsável das ferramentas digitais. O papel dos pais e educadores é fundamental para oferecer suporte e estabelecer limites de segurança, permitindo que as novas gerações usufruam dos benefícios da tecnologia sem comprometer seu bem-estar e desenvolvimento.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A imersão das crianças no universo digital é um fenômeno contemporâneo que demanda atenção e cuidado por parte de pais, educadores e da sociedade como um todo. As tecnologias digitais, embora ofereçam inúmeras oportunidades de aprendizado e desenvolvimento, também apresentam riscos significativos, como a exposição a conteúdos inadequados, o cyberbullying e a ciberdependência.

A intervenção parental, como discutido ao longo deste artigo, emerge como uma estratégia crucial para mitigar esses riscos e promover um uso saudável e responsável das tecnologias digitais. Ferramentas como o Family Link, da Google, exemplificam o potencial das soluções tecnológicas para auxiliar os pais no monitoramento e na orientação dos filhos no ambiente digital. No entanto, é fundamental ressaltar que a tecnologia não substitui o papel fundamental dos pais na educação e no desenvolvimento dos filhos. O diálogo aberto, a definição de limites claros e o incentivo a atividades offline são pilares essenciais para garantir que as crianças usufruam dos benefícios da tecnologia sem comprometer seu bem-estar físico, emocional e social.

A ciberdependência infantil, um dos desafios mais prementes da era digital, exige uma abordagem multifacetada que envolva a colaboração de pais, educadores, profissionais de saúde e da sociedade em geral. A educação digital, o estabelecimento de rotinas equilibradas, o estímulo a atividades offline e o exemplo dos pais são estratégias cruciais para prevenir e combater esse problema.

Em suma, a era digital apresenta desafios e oportunidades para o desenvolvimento infantil. Ao adotar uma abordagem equilibrada, que combine intervenção parental, educação digital e o uso consciente de ferramentas tecnológicas, é possível garantir que as crianças usufruam dos benefícios da tecnologia de forma segura e responsável, preparando-as para um futuro promissor no mundo digital.

CAMPUS PORTO VELHO ZONA NORTE
CURSO SUPERIOR DE TECNOLOGIA EM SISTEMAS PARA INTERNET

Por fim, ressalta-se que a presente pesquisa abre caminho para estudos futuros que aprofundem a discussão sobre o direito à privacidade das crianças no ambiente digital. A análise de leis como a Lei Geral de Proteção de Dados Pessoais (LGPD) e o Marco Civil da Internet (MCI) pode fornecer um panorama mais completo sobre os direitos e deveres relacionados ao tratamento de dados pessoais e ao uso da internet por crianças e adolescentes. A exploração dessas legislações permitirá compreender como elas corroboram com a proteção dos direitos das crianças no mundo digital, oferecendo subsídios para a criação de políticas públicas e práticas parentais mais eficazes.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Gabinete de Segurança Institucional da Presidência da República.

Fascículo Controle Parental. Brasília: GSI, 2021. Disponível em:

https://www.gov.br/gsi/pt-br/ssic/fasciculos/fasciculo_controle_parental.pdf. Acesso em: 2 jan. 2025.

CANALTECH. **Family Link: App de controle parental do Google chega para**

Android e iOS. Disponível em: [https://canaltech.com.br/apps/family-link-](https://canaltech.com.br/apps/family-link-appdecontrole-parental-da-google-chega-para-android-e-ios-122932/)

[appdecontrole-parental-da-google-chega-para-android-e-ios-122932/](https://canaltech.com.br/apps/family-link-appdecontrole-parental-da-google-chega-para-android-e-ios-122932/). Acesso em: 4 fev. 2025.

COMITÊ GESTOR DA INTERNET NO BRASIL. **TIC Kids Online Brasil 2022**. São Paulo: Cetic.br, 2023. Disponível em:

https://www.cetic.br/media/docs/publicacoes/1/20230825142135/tic_kids_online_2022_livro_eletronico.pdf. Acesso em: 4 mar. 2024.

COMITÊ GESTOR DA INTERNET NO BRASIL. **TIC Kids Online Brasil 2023: principais resultados**. São Paulo: Cetic.br, 2023. Disponível em:

https://www.cetic.br/media/analises/tic_kids_online_brasil_2023_principais_resultados.pdf. Acesso em: 4 mar. 2024.

CRESWELL, John W.; CLARK, Vicki L. Plano. **Pesquisa de Métodos Mistos: Série Métodos de Pesquisa**. Penso Editora, 2015. Disponível em

<https://books.google.com.br/books?id=HPyzCAAQBAJ>. Acesso em 19 de Março de 2024.

FAMILY LINK. **App de controle parental**. Disponível em:

<https://support.google.com/families/answer/7103262>. Acesso em: 4 fev. 2025.

CAMPUS PORTO VELHO ZONA NORTE

CURSO SUPERIOR DE TECNOLOGIA EM SISTEMAS PARA INTERNET

FARIA, Hugo de Castro; COSTA, Inês Pessoa; NETO, Ana Serrão. **Hábitos de utilização das novas tecnologias em crianças e jovens**. Gazeta Médica, Portugal, v. 5, n. 4, p. 270-276, out/dez. 2018. Disponível em:

<https://www.gazetamedica.pt/index.php/gazeta/article/view/214>. Acesso em: 14 de março 2024.

FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ (FIOCRUZ). (s.d.). **Uso das telas: impactos no desenvolvimento infantil**. Instituto Fernandes Figueira – Fiocruz. Disponível em: <https://www.iff.fiocruz.br/index.php/pt/?catid=8&id=35%3Auso-dastelas&view=article>. Acesso em: 4 de fevereiro de 2025.

MATHIAS, Elizamari Lúcio Umbelino; GONSALVEZ, Josiane Peres. **As tecnologias como agentes de mudança na concepção de infância: desenvolvimento ou ameaça para as crianças?** Horizontes, v. 35, n. 3, p. 162-174, set/dez. 2017. Disponível em: <https://revistahorizontes.usf.edu.br/horizontes/article/view/485/251>. Acesso em: 13 março 2024.

POZZER M. R. O.; CUNHA, C. P. 2020. **As transformações da era digital e o impacto na economia da cultura do livro**. Pol. Cult. Rev., Salvador, v. 13, n. 1, p. 47-6. Disponível na internet em <https://periodicos.ufba.br/index.php/pculturais/article/view/35309/21212>. Acesso em 14 de março de 2024.

YOUNG, Kimberly S. **Vício em internet: O surgimento de um novo transtorno clínico**. *CyberPsychology & Behavior*, v. 1, n. 3, p. 237-244, 1998. Acesso em: 12 de fevereiro de 2025.