ESCOLA TÉCNICA ESTADUAL DE PRAIA GRANDE - EXTENSÃO MINISTRO PAULO RENATO COSTA SOUZA - BALNEÁRIO MARACANÃ- ENSINO MÉDIO INTEGRADO AO TÉCNICO EM MARKETING

Ana Carolyne do Amaral

Gabrielly Moreira Souza

Julianne Lopes Pereira

Letícia Lina Alves dos Reis

Rafaela do Nascimento Mendes

TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO:

Análise e pesquisa do impacto das multitelas diante do desenvolvimento infantil na faixa etária de 1 a 3 anos: Aplicação do marketing social como ferramenta de conscientização de pais e responsáveis na Praia Grande

Praia Grande

2024

Ana Carolyne do Amaral

Gabrielly Moreira Souza

Julianne Lopes Pereira

Letícia Lina Alves dos Reis

Rafaela do Nascimento Mendes

TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO:

Análise e pesquisa do impacto das multitelas diante do desenvolvimento infantil na faixa etária de 1 a 3 anos: Aplicação do marketing social como ferramenta de conscientização de pais e responsáveis na Praia Grande

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado a Escola ETEC de Praia Grande Maracanã Extensão como requisito para obtenção da conclusão do ensino médio integrado ao curso técnico em Marketing orientado pelo Prof Esp. Fernando Carrazedo Feijó e pela Profª Esp. Thamiris Costa Leandro, como requisito parcial para obtenção do título de Técnico em Marketing.

Praia Grande

2024

Ana Carolyne do Amaral

Gabrielly Moreira Souza

Julianne Lopes Pereira

Letícia Lina Alves dos Reis

Rafaela do Nascimento Mendes

TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO:

Análise e pesquisa do impacto das multitelas diante do desenvolvimento infantil na faixa etária de 1 a 3 anos: Aplicação do marketing social como ferramenta de conscientização de pais e responsáveis na Praia Grande

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado a Escola ETEC de Praia Grande Maracanã Extensão como requisito para obtenção da conclusão do ensino médio integrado ao curso técnico em Marketing orientado pelo Prof Esp. Fernando Carrazedo Feijó e pela Profª Esp. Thamiris Costa Leandro, como requisito parcial para obtenção do título de Técnico em Marketing.

Praia Grande/SP, ____ de _____ de 2024

_____

Prof Esp Fernando Carrazedo Feijó ORIENTADOR

_____

Profª Esp Thamiris Costa Leandro ORIENTADORA

Agradecimentos

Primeiramente a Deus, por ter dado forças e determinação para continuar no desenvolvimento deste trabalho.

Ao grupo, que durante o percurso se empenhou grandemente para o progresso e sucesso da monografia, solidificando e agregando ao nosso conhecimento e aprendizado.

Aos orientadores Prof Esp. Fernando Carrazedo Feijó e Profª Esp. Thamiris Costa Leandro, pelas correções e orientações ao longo deste período, que permitiram o aperfeiçoamento e formação profissional do grupo.

A Psicóloga Renata Caroline Moraes, que através de sua parceria, pode tornar possível a campanha “Conexões Saudáveis”, aceitando participar ativamente deste trabalho final de curso.

Ao Sr. Cristiano Muniz Mendes, pai de uma das integrantes, que não mediu esforços para o desenvolvimento da campanha e auxiliou todo o grupo em seu progresso.

RESUMO

O desenvolvimento da campanha social digital surgiu a partir da necessidade de compartilhar e conscientizar pais, responsáveis e educadores da região da Praia Grande sobre o impacto das multitelas no desenvolvimento infantil. Diante disso, este trabalho tem como principal finalidade analisar e pesquisar essas implicações no crescimento equilibrado de uma criança, com foco na faixa etária de 1 a 3 anos, que corresponde à primeiríssima infância, fase crucial para o desenvolvimento saudável de um indivíduo, na qual experiências negativas, como a utilização excessiva das telas, podem acarretar diversos malefícios nos aspectos cognitivos, sociais e físicos. Através desse processo, a tido o propósito de disseminar as informações adquiridas durante o desenvolvimento do trabalho por meio da campanha realizada no Instagram, nomeada "Conexões Saudáveis", na qual foram publicados diversos materiais com especialistas e dados de fontes oficiais. A campanha foi desenvolvida com os princípios do marketing social, tendo como objetivos gerar comoção, mobilização e uma possível mudança no comportamento do nosso público-alvo local.

Palavras-chave: Multitelas; infância; desenvolvimento infantill; conscientização; telas; marketing social; campanha social.

ABSTRACT

The development of the digital social campaign arose from the need to share and raise awareness among parents, guardians and educators in the Praia Grande region about the impact of multiscreens on child development. The main purpose of this work is to analyze and research these implications for a child's balanced growth, with a focus on the 1 to 3 age group, which corresponds to very early childhood, a crucial phase for an individual's healthy development, in which negative experiences, such as excessive use of screens, can lead to a number of harmful effects on cognitive, social and physical aspects. Through this process, the aim was to disseminate the information acquired during the development of the work through a campaign on Instagram called “Conexões Saudáveis”, in which various materials were published with experts and data from official sources. The campaign was developed using the principles of social marketing, with the aim of generating commotion, mobilization and a possible change in the behaviour of our local target audience.

Keywords: Multiscreens, Digital Social Campaing, Social Marketing,Development of children, Impact

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....9

2. OBJETIVOS.....11

2.1 OBJETIVO GERAL.....11

2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....11

3. METODOLOGIA.....12

4. O QUE SÃO AS MULTITELAS?.....13

4.1 QUAL O EFEITO DAS TELAS NO DESENVOLVIMENTO HUMANO.....13

4.1.1 Como o uso de telas pode moldar comportamentos sociais.....17

4.2 COMO O USO DE TELAS AFETA O DESENVOLVIMENTO INFANTIL.....18

4.3 O QUE A OMS (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE) FALA SOBRE O USO EXCESSIVO DE TELAS.....19

5. NEUROTRANSMISSORES ATIVADOS A PARTIR DO USO EXCESSIVO DAS MULTITELAS.....21

5.1 O QUE SÃO NEUROTRANSMISSORES.....22

5.2 DOPAMINA.....23

5.3 ACETILCOLINA.....24

5.4 ADRENALINA.....26

6. IMPORTÂNCIA DO MONITORAMENTO DOS PAIS NO PROCESSO DE UTILIZAÇÃO DAS MULTITELAS.....27

6.1 A INFLUÊNCIA DO AMBIENTE ESCOLAR NO USO ADMINISTRADO DAS MULTITELAS.....28

7. ASPECTOS INTRODUTÓRIOS DE MARKETING.....29

7.1 O QUE É MARKETING.....29

7.2 COMO A MÍDIA UTILIZA ESTRATÉGIAS PARA CHAMAR ATENÇÃO DO PÚBLICO INFANTIL.....31

7.3 O QUE É MARKETING SOCIAL.....32

7.4 PAPEL DO MARKETING SOCIAL NA CONSCIENTIZAÇÃO PÚBLICA.....32

7.5 MARKETING SOCIAL E SEU PAPEL NA EDUCAÇÃO DO USO DE MULTITELAS NA INFÂNCIA.....33

8. FORMATO QUE SERÁ APLICADO O MARKETING SOCIAL NA PROBLEMÁTICA ´´ANÁLISE E PESQUISA DO IMPACTO DAS MULTITELAS DIANTE DO DESENVOLVIMENTO INFANTIL NA PRAIA GRANDE´´.....34

8.1 CAMPANHA SOCIAL DIGITAL: CONEXÕES SAUDÁVEIS.....35

8.2 ESTRUTURA DA CAMPANHA SOCIAL DIGITAL.....35

8.3 QUAL O OBJETIVO DA CAMPANHA SOCIAL DIGITAL?.....36

8.4 IDENTIDADE VISUAL DA CAMPANHA / COMUNICAÇÃO VISUAL.....36

9. JUSTIFICATIVA.....39

9.1 AUMENTO NA PORCENTAGEM DE CRIANÇAS QUE ESTÃO CONECTADAS NA INTERNET.....39

9.2 PERDA DA COORDENAÇÃO MOTORA FINA CAUSADA PELO USO DE SMARTPHONES.....40

9.3 RECOMENDAÇÕES DA SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA (SBP) SOBRE O TEMPO ADEQUADO DE TELAS.....41

9.4 PESQUISA DE CAMPO.....43

CONSIDERAÇÕES FINAIS.....61

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....63

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 - Logotipo da campanha Conexões Saudáveis.....38
Figura 2 -Tons utilizados no logo.....39
Figura 3 - Recomendações da SBP a respeito do uso infantil de telas.....43
Figura 4 - Gráfico pesquisa 1.....45
Figura 5 – Gráfico pesquisa.....45
Figura 6 - Gráfico pesquisa 1.....46
Figura 7 – Gráfico pesquisa 1.....46
Figura 8 – Gráfico pesquisa 1.....47
Figura 9 – Gráfico pesquisa 1.....47
Figura 10 - Gráfico pesquisa 2.....55
Figura 11 – Gráfico pesquisa 2.....55
Figura 12 – Gráfico pesquisa 2.....56
Figura 13 – Gráfico pesquisa 2.....56
Figura 14 – Gráfico pesquisa 2.....57
Figura 15 – Gráfico pesquisa 2.....57
Figura 16 – Gráfico pesquisa 2.....59
Figura 17 – Gráfico pesquisa 2.....59
Figura 18 – Gráfico pesquisa 2.....60

1. INTRODUÇÃO

Na contemporaneidade, o ser humano está totalmente interligado às multitelas desde a infância, por meio de celulares, televisores, monitores de computador e entre outros. Esse advento é resultado do século em que estamos inseridos, o século da revolução digital, no qual a sociedade avançou seus conhecimentos tecnológicos e o uso de telas se expandiu, tomando rumos inimagináveis, fazendo com que todos carreguem um dispositivo com diversas informações no próprio bolso.

As multitelas tornaram-se uma extensão do ser humano, por trazer praticidade, alienação e rapidez no cotidiano, tornando-se assim algo indispensável para o cotidiano humano. No entanto, quando usado de forma incorreta, pode se tornar um problema devido ao seu uso excessivo, que pode ocasionar problemas quando introduzido logo na infância.

Atualmente, o cenário mais comum de se imaginar em um ambiente com diversas crianças é onde todas estejam com um celular na mão, jogando online ou assistindo algo, ao invés de estarem brincando e socializando entre si para poderem desenvolver habilidades cognitivas, como fala, andar, entre outras. Para diversas pessoas, isso se tornou normalizado, pois é uma realidade diária. No entanto, esse uso excessivo de multitelas pode afetar o desenvolvimento infantil. Como afirmou o neurocientista Michel Desmurget (2021), "Os primeiros anos de existência são fundamentais em matéria de aprendizagem e amadurecimento cerebral". Logo, uma criança estar inserida no mundo digital desde cedo pode atrasar seu desenvolvimento cognitivo e cerebral, tornando-se dependentes do uso de telas a todo momento.

A faixa etária abordada durante este trabalho se trata da primeiríssima infância que ocorre durante os primeiros 3 anos de vida de uma criança, na qual o seu cérebro está se arquitetando. Portanto as suas vivências durante este período são deveras importantes, pois elas podem moldar seu comportamento para o resto da vida. Visto isso a utilização de telas nesse período pode ocasionar problemas no qual se estendam para toda a vida de um indivíduo.

Este trabalho de conclusão de curso tem como objetivo analisar esta situação-problema e utilizar o marketing social, uma ferramenta de marketing que dá

visibilidade a causas sociais, conscientizando pais e educadores infantis sobre como o uso excessivo de multitelas pode ser prejudicial futuramente e mostrando formas saudáveis de brincadeiras e atividades práticas para evitar o uso das multitelas.

2. OBJETIVOS

2.1 OBJETIVO GERAL

O objetivo geral deste trabalho é analisar e pesquisar como o acesso às multitelas, presentes no cotidiano desde a infância, afeta o desenvolvimento saudável das crianças, com ênfase em compreender os impactos cognitivos, sociais e emocionais dessa exposição precoce à tecnologia digital e com isso realizar uma campanha de conscientização para o máximo possível de responsáveis legais estarem cientes sobre os malefícios que as multitelas causam no desenvolvimento infantil.

2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

A) Demonstrar a importância do marketing social neste trabalho para aumentar a conscientização sobre essa problemática, enfatizando a necessidade de campanhas educativas direcionadas aos responsáveis legais, destacando os riscos do uso indiscriminado de tecnologias digitais na infância e promovendo alternativas saudáveis para o desenvolvimento infantil.

B) Identificar os problemas causados no desenvolvimento infantil devido ao uso excessivo de multitelas, abrangendo aspectos como atrasos no desenvolvimento da linguagem, déficits de atenção e hiperatividade, bem como dificuldades de interação social e emocional.

C) Realizar pesquisas de campo com pais e educadores infantis para compreender como lidam com o acesso das crianças a essas multitelas, investigando estratégias de controle de uso, percepções sobre os benefícios e desafios das tecnologias digitais na infância, e a disponibilidade de recursos educativos para promover um uso equilibrado das multitelas.

D) Propor recomendações e práticas educacionais baseadas em evidências científicas que promovam um uso consciente e responsável das tecnologias digitais pelas crianças, visando seu desenvolvimento integral. Isso inclui sugestões para estabelecer limites de tempo de tela, incentivar atividades físicas e de interação social offline, bem como integrar o uso de tecnologia de forma educativa e criativa no ambiente escolar e familiar.

3. METODOLOGIA

A metodologia do trabalho foi desenvolvida através da análise aprofundada das pesquisas feitas durante o desenvolvimento do trabalho para que assim seja idealizada a campanha social digital com foco nos pais e responsáveis da Praia Grande.

O auxílio para ter uma visão correta de quais seriam os tipos de conteúdo mais aceitos pelo público alvo foram obtidos através de uma pesquisa de campo realizada na região, com cerca de 40 pais com filhos na faixa etária específica de 1 a 3 anos, a considerada primeiríssima infância.

4. O QUE SÃO AS MULTITELAS?

As multitelas, ou multiscreen em inglês, referem-se ao uso simultâneo de múltiplos dispositivos eletrônicos, como smartphones, tablets, computadores e televisões. Esse fenômeno emergiu com a proliferação da tecnologia digital e da conectividade, permitindo que as pessoas realizem várias atividades ao mesmo tempo, em diferentes dispositivos.

O uso simultâneo de multitelas pode ocorrer tanto para o mesmo objetivo, como assistir a um filme na televisão enquanto navega em um site pelo smartphone para encontrar informações do mesmo assunto, quanto para desempenhar tarefas distintas, como responder a e-mails em um computador enquanto assiste a um vídeo no tablet.

No contexto brasileiro, dados do "IBOPE Conecta´´ (Instituto Brasileiro de Opinião Pública e Estatística) revelam que 95% dos brasileiros assistem televisão e navegam na internet ao mesmo tempo. Essa estatística reflete a integração cada vez maior da tecnologia em diversas atividades diárias da população brasileira. Além disso, estudos de comportamento do consumidor digital mostram que a prática de multitelas é comum em várias faixas etárias e classes sociais, indicando uma tendência generalizada de uso dessa tecnologia.

4.1 QUAL O EFEITO DAS TELAS NO DESENVOLVIMENTO HUMANO

Desenvolvimento físico: O sedentarismo associado ao uso prolongado de telas está diretamente ligado a uma série de problemas de saúde. Estudos demonstram que o tempo excessivo em frente a dispositivos eletrônicos pode levar a um aumento da obesidade, particularmente em crianças e adolescentes, uma vez que esses grupos tendem a substituir atividades físicas por consumo de mídia. (LIMA, 05 nov. 2024).

A psicóloga do Centro Especializado em Reabilitação José Leonel Ferreira Aquino – CER IV, Marluce Lima, explica como o uso excessivo de celulares, tablets e do próprio computador pode afetar no desenvolvimento das crianças.

> “A partir do momento que a criança precisa de uma interação para o desenvolvimento das habilidades e do próprio relacionamento interpessoal, esse contato mais próximo com as telas pode gerar transtornos como ansiedade, problemas de visão, dificuldades para dormir, problemas de aprendizagem, além de afetar a interação social e ter impactos cognitivos, afetivos e psicomotor” (LIMA, 13 ago. 2024)

A especialista destacou ainda como as atividades e brincadeiras da infância contribuem com o desenvolvimento infantil.

> “As crianças também aprendem brincando como, por exemplo, pulando corda e jogando amarelinha e essas brincadeiras trabalham o movimento, trazem situações que são pertinentes à infância que é o compartilhamento de brinquedos e fazem com que as crianças aprendam a agir em determinadas situações, aprendem a lidar com conflitos e até mesmo a tomar decisões” (LIMA, 13 ago. 2024)

De acordo com a Secretaria De Estado Da Saúde De Sergipe, essa inatividade física pode desencadear não apenas o ganho de peso, mas também complicações associadas, como diabetes tipo 2 e doenças cardiovasculares. Além disso, a postura inadequada adotada durante o uso de dispositivos eletrônicos é uma preocupação crescente. Muitas pessoas tendem a se sentar de maneira incorreta, o que pode resultar em distúrbios musculoesqueléticos, como dores nas costas e no pescoço. O uso de telas móveis, como smartphones e tablets, pode intensificar esses problemas, devido à inclinação do pescoço e à posição dos braços durante o manuseio. Outro aspecto relevante é o impacto da tela na saúde ocular. O esforço visual constante causado pela exposição a telas pode provocar fadiga ocular, ressecamento dos olhos e desconforto. A Secretaria De Estado Da Saúde De Sergipe afirma que a condição, conhecida como síndrome da visão de computador, é caracterizada por sintomas como visão turva, dores de cabeça e dificuldade de concentração, afetando não apenas a qualidade de vida, mas também o desempenho acadêmico e profissional. (LIMA, 13 ago. 2024)

Desenvolvimento cognitivo: A exposição prolongada a telas, especialmente em idades jovens, tem sido objeto de preocupação devido ao seu impacto potencial no desenvolvimento cognitivo. Pesquisas sugerem que o excesso de estímulos visuais proporcionados pelas telas pode prejudicar a capacidade de atenção e concentração,

afetando negativamente o desempenho acadêmico e a aprendizagem. Além disso, a falta de interação real, especialmente em crianças em fase de desenvolvimento, pode comprometer o desenvolvimento de habilidades sociais, linguísticas e emocionais fundamentais. (SANTOS, SILVIA, 05 nov. 2024)

> “O tempo total gasto em tela associa-se a distúrbios comportamentais. Como relatado por Anitha et al (2021), em seu estudo transversal com 613 crianças em que tempo de tela > 2 horas foi associado a problemas de conduta e hiperatividade em crianças maiores de 5 anos e nas crianças menores de 5 anos foi associado a transtorno generalizado do desenvolvimento clinicamente significativo e problemas de TDAH. De forma semelhante, Axelsson et al (2022), constatou que crianças com maior tempo de tela tiveram pontuações baixas de resolução de problemas e pontuações mais altas na subescala de problemas de atenção. (”Axelsson EL, Purcell K, Asis A, Paech G, Metse A, Murphy D, et al, 13 ago.2024)

Desenvolvimento social: De acordo com o site da PubMed, o uso excessivo de telas também pode afetar o desenvolvimento social das pessoas. Estudos indicam que o tempo gasto em frente a telas pode reduzir as interações sociais face a face, essenciais para o desenvolvimento de habilidades sociais, como a empatia, a resolução de conflitos e a construção de relacionamentos interpessoais saudáveis. Além disso, o conteúdo consumido nas telas, como mídias sociais, pode influenciar negativamente a percepção de si mesmo e dos outros, contribuindo para problemas de autoestima e imagem corporal. (PubMed, 13 ago. 2024)

> “Pesquisadores e críticos sociais estão debatendo se a Internet está melhorando ou prejudicando a participação na vida comunitária e nas relações sociais. Esta pesquisa examinou o impacto social e psicológico da Internet em 169 pessoas em 73 domicílios durante seus primeiros 1 a 2 anos on-line. Usamos dados longitudinais para examinar os efeitos da Internet no envolvimento social e no bem-estar psicológico. Nesta amostra, a Internet foi amplamente utilizada para a comunicação. No entanto, o maior uso da Internet foi associado a declínios na comunicação dos participantes com os membros da família no domicílio, declínios no tamanho de seu círculo social e aumento de sua depressão e solidão.” (PubMed, 13 ago. 2024)

Vícios: O uso compulsivo e descontrolado de dispositivos eletrônicos tem sido cada vez mais reconhecido como um problema de saúde mental. Estudos sugerem que a dependência tecnológica, também conhecida como Nomofobia, pode ter efeitos

adversos significativos no bem-estar psicológico e emocional das pessoas, levando a sintomas de ansiedade, depressão e isolamento social.

> “O uso excessivo de telas tem sido um problema entre crianças e adolescentes no Brasil. De acordo com uma pesquisa internacional, da Lenstore, publicada em outubro de 2021, o país é o terceiro do mundo em dependência de telas, ficando atrás somente dos Estados Unidos e dos Emirados Árabes. Além de questões físicas, como riscos à visão e coordenação motora, a exposição alta a telas é viciante e pode trazer consequências ao psicológico de crianças e adolescentes.” (G1-globo, 13 ago. 2024)

> “Sites de Redes Sociais (SNSs) são comunidades virtuais onde os usuários podem criar perfis públicos individuais, interagir com amigos da vida real e conhecer outras pessoas com base em interesses compartilhados. Eles são vistos como um "fenômeno de consumo global", com um aumento exponencial no uso nos últimos anos. Evidências anedóticas de estudos de caso sugerem que o "vício" em redes sociais na Internet pode ser um potencial problema de saúde mental para alguns usuários.”
> “Os correlatos negativos do uso do SNS incluem a diminuição da participação na comunidade social na vida real e no desempenho acadêmico, bem como problemas de relacionamento, cada um dos quais pode ser indicativo de dependência potencial. “(PubMed, 13 ago. 2024)

Transtorno de telas: A dependência excessiva de telas tem sido associada a um conjunto de problemas de saúde mental conhecidos como transtorno de uso de internet (IUD) ou transtorno de jogo pela internet (IGD), dependendo do contexto de uso. Esses transtornos podem resultar em uma variedade de sintomas, incluindo ansiedade, depressão, irritabilidade, dificuldades de sono e prejuízo no funcionamento social e ocupacional. (SILVA, LACERDA**,** G1 PB, 05. nov. 2024)

Segundo a psicopedagoga Rita Cardoso, o medo de ficar longe do celular e o vício em telas de computador, tanto pode gerar problemas psicológicos como o inverso: os problemas psicológicos podem gerar essa dependência.
A profissional critica a atitude de pais que deixam as crianças em frente às telas, “por ser mais fácil”, ao invés de dá-los atenção.

> “Não são só os jovens e/ou as crianças que são reféns das telas. Os pais também são. Frequentemente "negligenciam" os cuidados e a proteção dos filhos em função das telas. Quando querem reverter ou dar limites aos filhos é tarde demais”, (CARDOSO, 13 ago. 2024)

Segundo a psicóloga Kísia Rebeca explica que crianças e adolescentes devem ter períodos limitados e supervisionados de acesso a telas. Até os dois anos de idade, a orientação é zero exposição, inclusive a televisores e tablets. De dois a cinco anos, a recomendação é de no máximo uma hora. Já a partir dos cinco, até os dez anos, o tempo limite é de duas horas por dia. Ela acrescenta que na adolescência esse tempo pode ser maior, mas ainda limitado a três horas. “Deixar virar a noite jogando não é legal”, completa.

4.1.1 Como o uso de telas pode moldar comportamentos sociais

O uso de telas tem um impacto significativo na forma como as pessoas interagem e se relacionam, moldando comportamentos sociais de várias maneiras. Uma das principais maneiras é através da influência na comunicação. Com o advento das redes sociais e aplicativos de mensagens, a comunicação digital tornou-se uma parte central da vida cotidiana de muitas pessoas. Isso podendo afetar a qualidade e a natureza das interações sociais, uma vez que a comunicação mediada por tela pode ser mais impessoal e menos contextual do que a comunicação face a face.

Além disso, o acesso constante a conteúdos digitais pode impactar a capacidade de concentração das pessoas, levando a uma diminuição da atenção plena e da habilidade de se envolver profundamente em uma conversa ou atividade. A constante estimulação visual e auditiva fornecida pelas telas pode levar à distração e à dificuldade em manter o foco em situações sociais.

Outro aspecto importante é a habilidade de empatia. A interação por meio de telas muitas vezes carece de sinais não verbais e de nuances emocionais presentes na comunicação face a face. Isso pode dificultar a capacidade de entender e responder às emoções dos outros, o que é essencial para o desenvolvimento de relacionamentos empáticos e saudáveis.

Além disso, o uso excessivo de telas pode levar à isolamento social, à medida que as pessoas passam mais tempo interagindo com dispositivos eletrônicos do que com outros indivíduos em situações reais. Isso pode resultar em uma diminuição da

qualidade e da quantidade de interações sociais face a face, o que pode ter consequências negativas para o bem-estar emocional e mental das pessoas.

4.2 COMO O USO DE TELAS AFETA O DESENVOLVIMENTO INFANTIL

Diante do uso de telas na fase da infância é perceptível notar os malefícios que essa utilização traz para as crianças. De acordo com Michel Desmurget, autor do livro "A fábrica de cretinos digitais: os perigos das telas para nossas crianças", ele destaca que: "Nós nos limitaremos ao essencial e nos concentraremos em três problemáticas seriamente estudadas, relativas ao impacto sobre a saúde, transtornos do sono, sedentarismo e conteúdo 'perigoso' (sexo, violência, tabagismo etc.)".

Com isso, é evidente que o uso das telas acarreta diversos problemas, como transtornos do sono, sedentarismo e atrasos no desenvolvimento cognitivo e físico, prejudicando a saúde das crianças e interferindo em seu desenvolvimento saudável. Esses impactos podem comprometer não apenas o bem-estar das crianças no presente, mas também afetar seu futuro.

Diante de diversos malefícios que as telas trazem foi descoberto pelo pesquisador Marius Teodor Zamfir quem desenvolveu uma pesquisa sobre o Autismo de telas que:

> “A pesquisa foi realizada longitudinalmente, acompanhando o progresso no processo terapêutico, medindo o QD/QI em 62 crianças com autismo, na Romênia. A análise comparou dois grupos que apresentavam ou não consumo superior a 4 horas/dia de ambiente virtual em seu histórico de anamnese, entre 0-3 anos. Os resultados da pesquisa são os seguintes: crianças com diagnóstico de TEA que tinham histórico de anamnese de consumo excessivo de ambiente virtual, entre 0 e 3 anos registraram QD/QI superior em 37%, entre a primeira e a segunda avaliação psicológica complexa, enquanto os recursos utilizados foram três vezes menores em comparação ao grupo controle. Isso sugere que a privação sensório-motora e socioafetiva causada pelo consumo de mais de 4 horas/dia de ambiente virtual pode ativar comportamentos e elementos semelhantes aos encontrados em crianças com diagnóstico de TEA. Seguindo nossa pesquisa, definimos esta forma de autismo: Autismo Virtual.”

O consumo excessivo de telas na infância desencadeia não apenas os problemas mencionados anteriormente, mas também pode causar questões como o "autismo de

tela". Esse termo se refere à dependência criada pelo uso excessivo de telas, levando a dificuldades no desenvolvimento da fala, na socialização, no aprendizado a andar, entre outras habilidades importantes. Além disso, o uso excessivo de telas pode levar à Nomofobia, uma condição caracterizada pelo medo ou estresse gerado pela ideia de ficar sem acesso às telas, principalmente celulares.

Com o uso cada vez mais frequente e normalizado das telas em nosso cotidiano, é provável que problemas como o autismo de tela, transtornos do sono, sedentarismo, obesidade e outros terão uma tendência maior para que se tornem cada vez mais comuns na sociedade contemporânea, tornando-a menos saudável tanto física quanto psicologicamente. A professora da Escola de Enfermagem da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG), Delma Simão, ressalta que "uma criança exposta precocemente e em excesso às telas pode apresentar atrasos no desenvolvimento da fala, na interação social e na coordenação motora"

4.3 O QUE A OMS (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE) FALA SOBRE O USO EXCESSIVO DE TELAS

A OMS (Organização Mundial da Saúde) estabeleceu diretrizes com o objetivo de fornecer recomendações aos pais sobre o uso adequado de telas, enfatizando a importância de limitar o tempo de exposição e promover atividades físicas para crianças, bem como garantir um sono adequado.

É citado que a GDE (Grupo de Desenvolvimento das Diretrizes) enfatiza que atividades não sedentárias, como quebra-cabeças, recortes, desenho e construção de blocos, proporcionam benefícios significativos para a saúde das crianças, em comparação com atividades sedentárias, como assistir TV, jogar videogame, assistir a vídeos e usar dispositivos móveis. Essas últimas podem contribuir para problemas de saúde física e psicológica, incluindo adiposidade e desenvolvimento motor e cognitivo prejudicado.

Além disso, a OMS destaca a importância de os adultos reduzirem o uso de telas, uma vez que são modelos para as crianças. Segundo o psicoterapeuta Larodi Bezerra, "Ao

ver os adultos cada vez mais dependentes de dispositivos tecnológicos, as crianças tendem a seguir o mesmo caminho, tornando-se presas aos jogos virtuais".

As recomendações da OMS incluem evitar a exposição de crianças com menos de 1 ano a telas e limitar o tempo de tela para crianças de 3 a 5 anos a no máximo 1 hora por dia. É recomendado que essas crianças dediquem a maior parte de seu tempo a atividades não sedentárias e tenham um sono de 10 a 12 horas por dia.

5. NEUROTRANSMISSORES ATIVADOS A PARTIR DO USO EXCESSIVO DAS MULTITELAS

Sabemos que as multitelas são de extrema importância nos dias atuais, e trazem muita praticidade para o cotidiano da sociedade, entretanto, também sabemos que uso dessas telas podem trazer diversos malefícios e principalmente para as crianças pois além de ocasionar no atraso do desenvolvimento infantil, as multitelas são fontes inesgotáveis de estímulos rápidos que provocam a liberação do neurotransmissor dopamina (substância que libera hormônios de felicidade e provoca sensação de prazer) no cérebro, e apesar da dopamina ser de extrema importância para os seres humanos, em um uso exagerado pode ocasionar o vício na liberação dessa substância causada pelo uso das multitelas.

> "No contexto das redes sociais e da tecnologia, a dopamina também desempenha um papel importante. Quando recebemos uma notificação, como um novo e-mail, uma curtida ou um comentário em uma postagem nas redes sociais, isso pode estimular a liberação de dopamina em nosso cérebro. Essa sensação de gratificação e satisfação nos motiva a continuar usando as redes sociais e buscando mais interações e recompensas sociais" (FELICIANO, 05 nov. 2024).

Portanto, quanto mais uma pessoa utilizar de forma excessiva as multitelas ela terá uma tendência maior a se viciar cada vez mais se para um adulto com o cérebro completamente formado já é difícil se policiar e ainda assim acaba trazendo diversos malefícios para ele, ou seja, para uma criança que não tem a compreensão de o quanto aquilo poderá se tornar prejudicial para ela é muito pior principalmente por ela estar em sua principal fase de desenvolvimento.

> "Além de a pessoa ter o prazer imediato, ela aumenta a impulsividade e faz com que dificulte a estratégia de controle de uso. Essa alteração no nosso cérebro pode acontecer e não se reverter." (KHOURY, 05 nov. 2024).

Tudo isso enfatiza o quanto é importante utilizar as multitelas de forma correta, tentando policiar ao máximo o tempo excessivo em telas, e principalmente, para as crianças que estão na sua fase mais importante que é o desenvolvimento cognitivo e físico onde o uso excessivo e o vício nas telas podem ser totalmente negativos pelos malefício causados pelo uso de telas. Portanto nesta fase, a tentativa de optar por atividades sem telas e que estimulam o desenvolvimento delas é de extrema importância.

5.1 O QUE SÃO NEUROTRANSMISSORES

De acordo com a Dra. Angélica Pimenta ela explica que:

> "Neurotransmissores são substâncias químicas presentes no sistema nervoso que desempenham um papel fundamental na comunicação entre os neurônios. Eles são responsáveis por transmitir sinais elétricos de um neurônio para outro, permitindo a comunicação eficiente entre as células nervosas. Essas substâncias são essenciais para o funcionamento adequado do cérebro e do sistema nervoso como um todo." (PIMENTA, 05 nov. 2024).

Á diversos tipos de neurotransmissores, alguns deles ajudam na melhoria do humor, da sensação de prazer e felicidade, alguns ajudam até mesmo a regular o sono e com a falta ou excesso de alguns neurotransmissores podem ocasionar a aparição de futuros problemas como TDHA (transtorno de déficit de atenção e hiperatividade), insônia, Depressão, epilepsia, esquizofrenia ou até mesmo a doença de Alzheimer.

> "Os níveis de neurotransmissores normalmente variam de acordo com os estímulos que o cérebro recebe de diferentes partes do corpo, no entanto, existe um equilíbrio que permite o funcionamento adequado do organismo." (DR. RAMIREZ, 05 nov. 2024)

Existem dois tipos de neurotransmissores os excitatórios e os Inibitórios. De acordo com dados tirados de um artigo realizado pela Khan Academy “Alguns neurotransmissores são considerados excitatórios, provocando a deflagração de um potencial de ação no neurônio alvo. Outros são considerados inibitórios, dificultando a deflagração de algum potencial de ação no neurônio alvo. “

5.2 DOPAMINA

Segundo o artigo feito por Amanda Perez, ela diz que:

> “A dopamina é um neurotransmissor, ou seja, uma substância química produzida pelo cérebro que atua na transmissão de sinais entre as células nervosas. Ela desempenha um papel vital no sistema de recompensa e no controle do movimento, entre outras funções.” (PEREZ, 05 nov. 2024)

A dopamina desempenha um papel importante no controle dos movimentos e até suas respostas emocionais, quando em equilíbrio, traz bem-estar físico e mental a saúde, gerando um melhor estilo de vida. A substância obtém um importante papel na vida do ser humano, sendo um gerador de motivação e recompensa, onde é liberada em nosso cérebro quando há envolvimento de atividades gratificantes, esta sensação de recompensa levando o indivíduo a superar diversos desafios. (PEREZ, 06 jun. 2024)

Esta substância é produzida por neurônios dopaminérgicos, a partir do aminoácido tirosina, onde a tirosina é invertida em L-DOPA, e com a ação da enzima tirosina hidroxilase (TH) é descarboxilada, formando a dopamina. (FERNANDES, 06 jun. 2024). A dopamina está diretamente ligada ao bem-estar e humor, quando, seus níveis de felicidade e prazer estão adequados, gera sensação de satisfação e contentamento. Além disso, ela serve para o controle motor, onde auxilia na coordenação dos movimentos e a comunicação entre as células nervosas, sendo as responsáveis pelo controle motor. (PEREZ, 06 jun. 2024).

Em concordância com o artigo de Célia Ford,

> “Existem dois tipos principais de sinalização de dopamina; a dopamina é liberada quando um neurônio dispara em resposta a alguns estímulos específicos. Mas esses neurônios também disparam continuamente em segundo plano o tempo todo, mantendo um nível basal de dopamina que flutua ao longo do dia.” (FORD, 05 nov.)

Portanto, a substância obtém um importante papel na vida do ser humano, sendo, um gerador de motivação e recompensa, onde é liberada em nosso cérebro quando há envolvimento de atividades gratificantes, gerando a sensação de recompensa. Em seu funcionamento, os neurônios dopaminérgicos enviam sinais ao córtex pré-frontal que parecem ajudá-lo a descobrir no que devemos prestar atenção. A dopamina também influencia em alguns hábitos e comportamentos que geram a motivação, como verificar o Instagram, ver vídeos no YouTube e rolar a tela no TikTok por exemplo. A deficiência de dopamina ocorre quando a queda na quantidade produzida no corpo ou há um problema nos receptores no cérebro, podendo causar diversos males como depressão; esquizofrenia; psicose, incluindo alucinações ou delírios; doença de Parkinson, afetando em seus movimentos, quando há menor quantidade de dopamina sendo produzida, certas partes do cérebro não funcionam corretamente. (FREITAS, 06 jun. 2024.) De acordo com o estudo feito pela Sociedade Brasileira de Química, os sintomas começam a surgir quando 80% da síntese de dopamina está sendo reduzidas nas células.

5.3 ACETILCOLINA

A acetilcolina, é um importante neurotransmissor que se encontra em nosso sistema nervoso, além de atuar nas junções neuromusculares. Segundo estudo de Augustine, a acetilcolina é um neurotransmissor que está nas junções neuromusculares, nas sinapses, nos gânglios do sistema motor visceral e em diversos locais no sistema nervoso central. E, para Sam e Bordoni,

> “O nome ‘acetilcolina’ deriva de sua estrutura química, pois é um éster de ácido acético e colina. Os tecidos do corpo que utilizam esse mensageiro químico ou respondem a ele são chamados de colinérgicos. Existe uma classe de produtos químicos chamados anticolinérgicos que também interferem na ação da acetilcolina nos tecidos.” (BORDONI 05 nov. 2024)

Segundo a afirmação de Joyce Fernandes, A Ach é produzida de um neurônio colinérgico, onde ocorre a ligação de uma molécula de acetil-Coa e colina. Ela é sintetizada, e armazenada em vesículas dentro do neurônio. Quando é liberada, ocorre o processo de exocitose de vesículas, o qual envolve entre outras diversas substâncias. Quando liberada por completo pela exocitose, a acetilcolina interage com os receptores colinérgicos. Joyce afirma que dentre seus receptores, estão os receptores nicotínicos, que são receptores ionotrópicos, localizados em canais iônicos e quando ativados, promovem abertura. Existem dois tipos de receptores nicotínicos, do tipo 1 (N1), localizados nos gânglios autônomos, que levam estímulos a medula adrenal, gerando a liberação de catecolaminas, já nicotínicos do tipo 2 (N2), se localizam na placa motora, que quando ativados pela acetilcolina, resultam na contração muscular. Os receptores muscarínicos são acoplados da proteína G, dentre estes estão os receptores 1,3 e 5, onde acoplam a proteína Gq, uma subunidade excitatória, atiçando uma casca onde leva ao alimento do cálcio intracelular, diferentemente dos receptores 2 e 4, onde acoplam a proteína Gi, subunidade inibitória, pois aumenta a permeabilidade ao potássio. Cada um desses receptores está localizado em diferentes partes. O M1 se localiza no sistema nervoso central, nas células parietais gástricas e gânglios autônomos; o M2 localizado no coração, fazendo modulação pré-sináptica da liberação de neurotransmissores; já a M3 se situa em músculo liso e glândulas; diferentemente da M4 e da M5, onde está presente no sistema nervoso central. (FERNANDES, 08 jun. 2024.)

Conforme citado por Bordoni e Christian, A acetilcolina tem um papel muito importante, realizando suas ações através aos receptores colinérgicos (muscarínicos e nicotínicos), a partir disso, a Ach desempenha diversas funções através dos receptores mucarínicos colinérgicos. Dentre entre eles, no sistema cardiovascular, é determinado diversos fatores como a diminuição da frequência cardíaca; a redução da força da contração cardíaca, a nível ventricular, sendo um efeito menos destacado; a determinação da vasodilatação generalizada; a redução da velocidade de condução no tecido dos nódulos sinoatrial e atrioventricular. Além de outros fatores como no sistema gastrointestinal, quando ocorre a estimulação do nervo vago, aumenta o tônus e as contrações do intestino e do estômago, e são liberados os esfíncteres.

No sistema respiratório, é gerado broncoconstrição e estimulação dos quimiorreceptores, como consequência a hiperpneia reflexa (aumento da respiração).

No sistema urinário, a estimulação sacral parassimpática causando a contração da bexiga levando ao aumento da pressão de esvaziamento, resultando na liberação dos esfíncteres. Nas glândulas exócrinas, estimula a secreção, incluindo as lágrimas, a saliva, o suor e as secreções digestivas. Na área dos olhos, induz a contração do músculo esfincteriano da pupila e do músculo ciliar, além do ajuste do cristalino para visão de perto. No sistema reprodutor masculino, gera a ereção. Porém, na ação dos receptores colinérgicos nicotínicos, a acetilcolina possibilita a contração do músculo esquelético; a liberação de adrenalina e norepinefrina nas glândulas suprarrenais, e através dos gânglios simpáticos periféricos, o aumento da atividade do sistema simpático com a liberação da norepinefrina. (SAM, BORDONI, 08 jun. 2024.)

5.4 ADRENALINA

A adrenalina, também conhecida como epinefrina, é um hormônio e neurotransmissor que prepara o corpo para a resposta de "luta ou fuga" em situações de estresse ou excitação. Quando se trata do uso excessivo de multitelas, a constante exposição a estímulos visuais e auditivos pode ativar o sistema nervoso simpático, levando à liberação de adrenalina. Isso resulta em aumento da frequência cardíaca, pressão arterial e níveis de energia, o que pode causar um estado contínuo de alerta e dificuldade para relaxar. A exposição prolongada a esse estado pode contribuir para problemas de saúde mental, como ansiedade e insônia.

A epinefrina, também conhecida como epinefrina, é um hormônio e neurotransmissor que prepara o corpo para uma resposta de “lutar ou fugir” durante situações estressantes ou excitantes. Quando múltiplas telas são usadas excessivamente, a exposição contínua à estimulação visual e auditiva ativa o sistema nervoso simpático, resultando na liberação de adrenalina. Isso resulta em aumento da frequência cardíaca, pressão arterial e níveis de energia, resultando em um estado constante de alerta e dificuldade de relaxamento. Ficar nesse estado por um longo período pode levar a problemas de saúde mental, como ansiedade e insônia.

A exposição excessiva a multitelas em crianças de 1 a 3 anos pode aumentar os níveis de adrenalina devido à estimulação constante e intensa. Isso pode levar a um estado de hiperatividade e dificuldade de concentração. A elevação crônica dos níveis de

adrenalina também pode causar problemas de sono, irritabilidade e ansiedade. Além disso, a falta de interações humanas e atividades físicas, essenciais para o desenvolvimento saudável nessa faixa etária, pode agravar esses efeitos negativos, afetando o desenvolvimento cognitivo e emocional das crianças.

A exposição excessiva a múltiplas telas em crianças de 1 a 3 anos pode aumentar os níveis de adrenalina devido à estimulação constante e intensa. Isso pode levar à hiperatividade e dificuldade de concentração. Níveis de adrenalina cronicamente elevados também podem causar problemas de sono, irritabilidade e ansiedade. Além disso, a falta de interação humana e de atividade física, que são essenciais para o desenvolvimento saudável nesta idade, pode exacerbar estes efeitos negativos, afetando o desenvolvimento cognitivo e emocional das crianças.

Estímulos visuais e auditivos intensos, comuns em ambientes de multitelas, podem levar ao aumento de adrenalina, colocando o corpo em estado de alerta.

6. IMPORTÂNCIA DO MONITORAMENTO DOS PAIS NO PROCESSO DE UTILIZAÇÃO DAS MULTITELAS

Segundo a afirmação de Sandra Andrade Scapin, “É preciso que as famílias assumam o compromisso de controlar o tempo de uso de tela desde cedo a fim de ajudar a estabelecer hábitos saudáveis que podem perdurar por toda a vida. É preciso ensinar as crianças a equilibrarem o tempo de tela com outras atividades, como a leitura, o exercício e o tempo em família, para promover um estilo de vida equilibrado e saudável.” É perceptível que o uso excessivo das multitelas trazem diversos males ao desenvolvimento infantil. Por conseguinte, há importância do monitoramento dos pais diante desse uso e a necessidade da atenção destes para o estabelecimento de regras do tempo de uso das telas é crucial, visto que, as crianças não têm a compreensão de limite de uso e dos prejuízos que isso podem afetar em seu desenvolvimento. (SCAPIN, 05 nov. 2024)

De acordo com o Departamento Científico Pediatria do Desenvolvimento e Comportamento, os familiares têm por missão o incentivo às práticas de atividades que o desenvolvam na coordenação motora e intelectual, como atividades ao ar livre,

jogos interativos que esteja relacionada ao uso corporal de forma consciente, jogos de tabuleiro, ademais, maior interação entre as famílias, onde se criam laços afetivos e os desenvolvam emocionalmente, além da interação que se tem socialmente.

É responsabilidade dos pais supervisionar o uso de telas, para que seja uma ferramenta que auxilie em seu desenvolvimento e crescimento de forma gradual, gerando melhores condições para um futuro saudável.

6.1 A INFLUÊNCIA DO AMBIENTE ESCOLAR NO USO ADMINISTRADO DAS MULTITELAS

De acordo com os dados retirados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) e que foram divulgados pela organização Todos pela Educação (TPE) afirma que atualmente, 4,7 milhões de crianças frequentam creches, o que representa 40% do total de até 3 anos no país. Isso mostra que aproximadamente quase metade de crianças de até 3 anos frequentam as creches no Brasil, e sendo algumas delas integrais assim tornando que o ambiente escolar seja grande parte de sua rotina, com isso, transformando a creche em uma grande influência nos comportamentos das crianças.

Diante dos dias atuais sendo cada vez mais comum o uso de telas no nosso cotidiano, e as creches tendo grande controle das atividades que essas crianças iram realizar durante sua rotina escolar, elas necessitam saber controlar e evitar ao máximo a utilização dessas telas no ambiente escolar para evitar a normalização do uso das multitelas no ambiente escolar e até mesmo fora da creche, de acordo com o Currículo da Cidade – Educação Infantil “Nessa idade, o entretenimento acontece com a atividade lúdica de exploração do mundo e expressão do vivido por meio das diferentes linguagens, e essencialmente com a atividade do corpo e da mente, articuladas com a vontade. Não é saudável que a criança fique sentada por longos períodos e nem apenas observando. (…) Além disso, as famílias/responsáveis já fazem bastante uso da televisão em casa: o papel da escola de oferecer diversidade de experiências cresce em responsabilidade frente a isso”.

A Sociedade Brasileira de Pediatria afirma que "O uso de dispositivos móveis, como smartphones e tablets por lactentes e pré-escolares aumentou dramaticamente nos

últimos anos. (...) Este estudo também mostrou que quase todas as crianças de dois anos usavam dispositivos móveis diariamente e que 92,2% das que tinham um ano de idade também já havia usado um dispositivo móvel mais de uma vez", com isso percebemos que apesar de termos a OMS e outros órgãos importantes alertando e orientando sobre o uso das multitelas para o desenvolvimento das crianças e os malefícios que poderão ser acarretados no futuro delas, a porcentagem de crianças usando essas telas continua altíssima e tende a aumentar cada vez mais.

7. ASPECTOS INTRODUTÓRIOS DE MARKETING

Neste trabalho será abordada a problemática causada pelo uso excessivo de multitelas através do marketing social, partindo disso é necessária a compreensão clara e objetiva do que é marketing sem os estigmas nos quais a sociedade em geral tem costume de o relacionar.

7.1 O QUE É MARKETING

Cada vez mais a palavra ´´Marketing´´ se torna parte do vocabulário popular, pois grande parte da sociedade tem uma visão superficial do que se trata este conceito. Esta palavra vem se tornando um vício de linguagem como é dito no artigo ´´Desmistificando o marketing´´ na qual o autor apresenta diversas situações em que indivíduos demonstram falas atrelando o conceito de marketing apenas a venda. Diante isso o autor relata ´´Muitas vezes essa palavra, ou conceito, é utilizada de forma equivocada e, até certo ponto, errada por grande parte das pessoas que acreditam conhecer´´ (Oliveira, Sérgio. p.20).

Em contraponto o autor esclarece:

> “Marketing é um sistema complexo, por excelência, que compreende toda uma organização e seus participantes, rico em conceitos e ferramentas e com uma visão estratégica dos relacionamentos que englobam uma organização e seu mercado. É útil tanto para empresas como para pessoas, que também podem, e devem, usar estratégias mercadológicas para atingir objetivos em âmbito pessoal. “

Entretanto o marketing vai muito além das vendas, na qual ele é atrelado por grande parte da população. Segundo Philip Kotler em seu livro ´´Administração de Marketing ´´ o teórico afirma que ´´O marketing envolve a identificação e a satisfação de necessidades humanas e sociais. Uma das mais sucintas e melhores definições de marketing é `suprir necessidades gerando lucro´. ´´ (Kotler, Philip. 2019, p. 03) No mesmo livro o teórico Peter Drucker afirma:

> “Pode-se considerar que sempre haverá a necessidade de vender. Porém, o objetivo do marketing é tornar supérfluo o esforço de venda. O objetivo do marketing é conhecer e entender tão bem o cliente de modo que um bem ou um serviço possa se adequar a ele e se vender sozinho. De maneira ideal, o marketing deveria resultar em um cliente disposto a comprar. A única coisa necessária, então, seria tornar o produto disponível.” (Drucker, Peter. 2019, p. 03)

Portanto, é visto que o marketing vai muito além de vender para um cliente, é sobre entender suas necessidades e desejos que muitas vezes são impulsionados pelo contexto social em que se habitam.

O marketing como uma ferramenta com diversas vertentes é possível explorar certas estratégias para melhor atender às demandas e expectativas dos consumidores, criando assim um relacionamento de fidelidade com seus clientes. E isto vem se tronando cada vez mais possível com o advento da internet na qual vem se tornando uma realidade as marcas tendo um relacionamento mais próximo com seus clientes. Através das mídias digitais e redes sociais na qual as marcas e empresas tem um alto poder de comunicação com seus clientes e consumidores, alavancando também a propagação de causas sociais.

7.2 COMO A MÍDIA UTILIZA ESTRATÉGIAS PARA CHAMAR ATENÇÃO DO PÚBLICO INFANTIL.

A mídia é um ambiente muito acessível a todos e de fácil acesso, onde na grande maioria do tempo contenha uma propaganda sobre algum produto ou serviço no meio de vídeos curtos, nas redes sociais, na TV em anúncios ou até mesmo estando dentro da programação da TV (séries, filmes, novelas, documentários...) que eram voltadas

especialmente para o público adulto, entretanto, com as crianças cada vez mais inseridas na era digital e com a liberdade que os responsáveis dão para que elas utilizem as telas, a mídia achou um novo público alvo, as crianças.

> “As crianças são seres humanos em peculiar processo de desenvolvimento emocional, psicológico e social, fato que as tornam mais vulneráveis. Por essa razão, não têm condições de compreender a intenção da publicidade, tampouco de avaliar a credibilidade e a adequação às suas necessidades como indivíduo. [...] Vale ressaltar que, quando analisamos a criança no papel de consumidora e destinatária de mensagens publicitárias, sua vulnerabilidade e hipossuficiência são majoradas.” (FREITAS, 2015, pág. 3)

Com esse novo público definido as empresas utilizam estratégias para atrair elas de uma forma quase “invisível” utilizando cores chamativas, desenhos ´´fofos´´, super-heróis e até mesmo as músicas especialmente selecionadas para isso. E as crianças por serem muito ingênuas quando elas assistem aquela propaganda que tem um personagem que ela tem um apreço vai sentir uma necessidade de querer adquirir aquele determinado produto ou serviço. Juliana Barbosa, psicóloga infantil e coordenadora da clínica Espaço Dialógico, diz que a publicidade afeta o desenvolvimento das crianças em diversos aspectos, a psicóloga também menciona que as crianças passam a atrelar felicidade ao comportamento de comprar e possuir algo. (BARBOSA, 05 nov. 2024)

E, portanto, a partir de todos esses aspectos foram criados artigos e leis que proíbem publicidades direcionadas especificamente para o público infantil, as crianças.

> “O Estatuto da Criança e do Adolescente – ECA (Lei nº 8.069/1990) reconhece a criança como pessoa em especial fase de desenvolvimento físico, social e emocional e busca garantir o seu melhor interesse em qualquer tipo de relação. O Código de Defesa do Consumidor (CDC) já define que a publicidade dirigida a crianças se aproveita da deficiência de julgamento e experiência desse público e, portanto, é abusiva e ilegal. O Marco Legal da Primeira Infância (Lei nº 13.257/2016) determina a proteção da criança contra toda forma de violência e pressão consumista e a adoção de medidas que evitem a exposição precoce à comunicação mercadológica. A Resolução nº 163 de 2014 do Conselho Nacional dos Direitos da Criança e do Adolescente (Conanda) reforça o CDC ao detalhar o conceito de abusividade de toda e qualquer e qualquer publicidade dirigida ao público infantil, com o intuito de persuadi-lo ao consumo de produtos e serviços.” (PUBLICIDADE INFANTIL NÂO, 05 nov. 2024)

7.3 O QUE É MARKETING SOCIAL

O Marketing social foi implementado a sociedade muito antes da década de 1970, quando a sociedade já lutava para influenciar as causas sociais (como o fim da escravidão e o direito das mulheres de votar) e tem como objetivo o uso de técnicas para motivar comportamentos que irão melhorar não só a saúde como contribuir para as comunidades em geral.

> “Marketing social é um processo que aplica princípios e técnicas de marketing para criar, comunicar e proporcionar valor a fim de influenciar comportamentos de públicos-alvo que beneficiam tanto a sociedade (saúde pública, segurança, meio ambiente e comunidades) como públicos-alvo propriamente ditos.” (KOTLER, LEE E ROTHSCHILD, 2006).

Essa estratégia envolve criar campanhas que visam educar e motivar as pessoas a adotarem comportamentos que irão beneficiar a sociedade, como por exemplo, parar de fumar, reciclar ou adotar hábitos saudáveis.

Essas campanhas geralmente são organizadas sem fins lucrativos e podem utilizar diversos canais de comunicação diferentes incluindo as relações públicas e mídias sociais.

7.4 PAPEL DO MARKETING SOCIAL NA CONSCIENTIZAÇÃO PÚBLICA

O Marketing social tem um grande papel na conscientização publica ao utilizar tais estratégias de comunicação que irão influenciar e educar sobre questões importantes.

Contribui para a educação fornecendo informações acessíveis sobre questões sociais, utiliza técnicas para motivar as pessoas a adotar comportamentos que irão ser benéficos a saúde, como a prática de exercícios físicos, encoraja a comunidade a participar de ações criando um senso de responsabilidade, além de influenciar a formulação e implementação de políticas públicas sensibilizando tanto o público quanto os formuladores de políticas para a necessidade de mudanças. OBJ

O marketing social pode contribuir também para reduzir estigmas e preconceitos presentes na nossa sociedade, influenciando as pessoas a pensarem de forma diferente e mais empática sobre assuntos como pessoas com deficiência ou de diferentes culturas.

7.5 MARKETING SOCIAL E SEU PAPEL NA EDUCAÇÃO DO USO DE MULTITELAS NA INFÂNCIA

Com o avanço da tecnologia, o seu emprego no ensino, vem cada dia mais sendo usada com objetivo de ganho no aprendizado escolar, hoje não mais pode se pensar em usar os métodos do século passado para ensinar a nova geração de alunos que já nasceram a era digital, sendo que hoje o aluno que entra no sistema de ensino, em sua maioria já teve contato com smartphone, computador, tablet, ou outra sistema de tecnologia em sua vida, com isso a empolgação e curiosidade, tem que ser aguçada pelo professor com sua didática, mais também com o uso da tecnologia.

> “Atualmente a tecnologia está em alta na educação. Antigamente era tudo diferente. Hoje em dia, nós dependemos cada vez mais da tecnologia, para podermos realizar as tarefas que garantem a nossa sobrevivência. Os avanços tecnológicos, foram criados pelos homens, para poder ter mais conhecimento, aprender mais e ir em busca de melhores condições de vida. As novas tecnologias, avançaram muito depressa e trouxeram muitas informações, alterando a nossa forma de viver e aprender, facilitando o nosso trabalho diário.” (DAMASIO, 2007, p.03).

Com a evolução nos métodos didáticos, busca-se equilibrar as abordagens tradicionais e as novas tecnologias educacionais. A exclusão de qualquer uma pode comprometer o foco dos alunos, enquanto o uso inadequado também pode ser prejudicial. Determinar esse equilíbrio é um desafio, pois há diversas opiniões de

estudiosos sobre a aplicação da tecnologia na educação. Além disso, há o receio dos educadores de serem substituídos ou desvalorizados.

> “Não há por que negar, entretanto, que, hoje em dia, quando a expressão “Tecnologia na Educação” é empregada, dificilmente se pensa em giz e quadro-negro ou mesmo de livros e revistas, muito menos em entidades abstratas como currículos e programas. Normalmente, quando se usa a expressão, a atenção se concentra no computador, que se tornou o ponto de convergência de todas as tecnologias mais recentes (e de algumas antigas). E especialmente depois do enorme sucesso comercial da Internet, computadores raramente são vistos como máquinas isoladas, sendo sempre imaginados em rede – a rede, na realidade, se tornando o computador. Faz sentido lembrar aos educadores o fato de que a fala humana, a escrita, e, consequentemente, aulas, livros e revistas, para não mencionar currículos e programas, são tecnologia, e que, portanto, educadores vêm usando tecnologia na educação há muito tempo. É apenas a sua familiaridade com essas tecnologias que as torna transparentes (i.e., invisíveis) a eles.” (CHAVES, 1999, p.02)

Em um contexto voltado para o futuro da educação, os profissionais do ensino são desafiados a integrar as novas tecnologias, explorar métodos inovadores de engajamento com os alunos e adotar estratégias que combinem efetivamente a pedagogia tradicional com ferramentas tecnológicas. A evolução do ensino visa a preparar os futuros profissionais para o mercado de trabalho de maneira mais ágil e abrangente, proporcionando-lhes um conhecimento mais diversificado e aprofundado. Isso resulta em profissionais mais versáteis, capazes de desempenhar múltiplas funções e atender às demandas dos empregadores. Essa capacidade de flexibilidade também permite que esses profissionais preencham lacunas temporárias no ambiente de trabalho sem comprometer o fluxo operacional da empresa. No entanto, surge o questionamento sobre até que ponto esse processo é verdadeiramente benéfico. É fundamental considerar se a simples transmissão de conteúdos extensos e complexos, sem a interação direta com os educadores, promove uma aprendizagem efetiva.

8. FORMATO QUE SERÁ APLICADO O MARKETING SOCIAL NA PROBLEMÁTICA ´´ANÁLISE E PESQUISA DO IMPACTO DAS MULTITELAS DIANTE DO DESENVOLVIMENTO INFANTIL NA PRAIA GRANDE´´

Diante de toda análise realizada no documento sobre os malefícios que o uso de multitelas acarretam no desenvolvimento infantil podendo ser desde dificuldades para socializar, ansiedade, dificuldade em concentração e problema no sono até mesmo malefícios mais alarmantes como transtornos, depressão, vícios, problemas de saúde, problemas na visão. Além de pesquisas cientificas também foi trabalhado o método de pesquisa de campo que foi realizada com os responsáveis de crianças na faixa etária de 1 a 3 anos de idade na região de Praia Grande, a partir disso foi possível concluir que 95,5% dos filhos dos responsáveis que participaram da pesquisa, utilizam alguma multitela.

Portanto após a exploração de pesquisa feita pesquisa com duas psicólogas da região de Praia Grande, Gabriella Militão e a Renata Caroline enfatizam a importância da conscientização dos pais diante de toda essa problemática, portanto, depois de toda a análise feita foi idealizado que o formato que será aplicado o marketing social diante da problemática do tema, será através de uma campanha de conscientização.

8.1 CAMPANHA SOCIAL DIGITAL: CONEXÕES SAUDÁVEIS

Conexões saudáveis é o nome da campanha social que será/foi desenvolvida com o objetivo de conscientizar os responsáveis legais de crianças que estejam na faixa etária de 1 a 3 anos de idade, sobre os diversos malefícios que os efeitos das multitelas ocasionam no desenvolvimento infantil e com isso das inspirações de atividades práticas e acessíveis para o cotidiano da vida desses responsáveis, que estimulam o desenvolvimento cognitivo e físico das crianças para assim ajudar no processo de evitar ao máximo o uso de telas na infância.

8.2 ESTRUTURA DA CAMPANHA SOCIAL DIGITAL

Diante de todas as informações recolhidas no processo de desenvolvimento deste trabalho é possível elaborar o seu fruto, a campanha. Contudo esta campanha tem estabelecido como público-alvo os responsáveis legais por alguma criança na faixa etária de 1 a 3 anos na região da Praia Grande.

8.3 QUAL O OBJETIVO DA CAMPANHA SOCIAL DIGITAL?

Promover a conscientização para os responsáveis legais sobre os impactos das tecnologias digitais no desenvolvimento infantil, destacando os riscos de exposição excessiva a telas na primeira infância, utilizando estratégias de marketing social na região de Praia Grande.

O principal meio utilizado, será o Instagram, por serem as principais plataformas disponíveis de forma gratuita para poder ter o principal alcance do público alvo e é onde será possível ter o maior alcance de responsáveis. A partir dessas redes será criada uma página para campanha para divulgar conteúdos e conscientizar o máximo de pais possíveis, fazer parcerias com profissionais da área de Psicologia ou Pediatri para colaborar com a campanha e realizar vídeos para passar mais informações e incentivar os pais para que eles tentem aderir por atividades que não necessitem de telas através de ideias para prática de atividades lúdicas e educativas que promovam o desenvolvimento físico, cognitivo, emocional e social das crianças de forma prática para rotinas agitadas, e para aquelas famílias que não conseguem tirar as telas de sua rotina indicar práticas saudáveis de uso de tecnologia em casa, promovendo períodos de desconexão e estabelecendo limites claros para o tempo de tela.

Queremos alcançar o máximo de responsáveis possíveis para que eles tenham o máximo de conhecimento sobre os malefícios das multitelas e indicar ideias práticas para seu cotidiano de como trazer outras atividades além das telas para suas crianças, para assim trazer um uso mais saudável da tecnologia para evitar problemas futuros na vida das crianças e da família.

8.4 IDENTIDADE VISUAL DA CAMPANHA / COMUNICAÇÃO VISUAL

No âmbito do marketing é possível afirmar que a identidade visual é indispensável para a formulação de uma campanha. Visto isso foi desenvolvida a identidade visual da campanha ´´Conexões Saudáveis´´ na qual está demonstrada a seguir:

Figura 1 - Logotipo da campanha Conexões Saudáveis

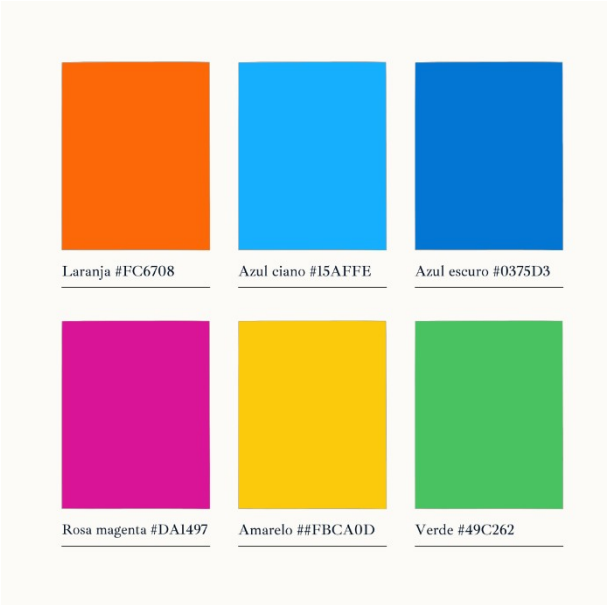
Fonte – Acervo pessoal

A logo da campanha "Conexões Saudáveis" é uma representação visual que une a imagem de uma criança com as conexões neurais que traz o conceito de desenvolvimento cerebral. A silhueta da criança é desenhada de forma que as linhas que conectam sua cabeça formam a silhueta de um cérebro. Esse design simboliza a importância das conexões saudáveis para o desenvolvimento cognitivo infantil.

O objetivo da logo é destacar como o uso excessivo de multitelas podem gerar o efeito adverso do desenvolvimento cerebral das crianças. As "conexões" no cérebro, representadas pelos contornos que formam a silhueta cerebral, simbolizam as ligações neurais que são essenciais para o crescimento e a aprendizagem. O design indica que essas conexões precisam ser nutritivas e balanceadas, assim como a interação com o ambiente e com outras pessoas.

As cores desempenham um papel crucial na comunicação visual e na percepção da mensagem do logo. Como demonstrado na Figura 2.

Figura 2 -Tons utilizados no logo.



Fonte: Acervo pessoal

Como é possível visualizar, foi selecionado o uso de tons terciários para a confecção do logo, pois esses tons são resultado da junção de cores primárias com secundárias na qual resultam em tons equilibrados, que proporcionam em uma harmonia visual. São tons que atraem atenção facilmente e frequentemente utilizados no ramo do marketing como a cor laranja. Contudo é possível se entender a relação das cores utilizadas e o conceito do logo.

Azul ciano e azul marinho: O azul é frequentemente associado a confiança e estabilidade. No contexto do logo, ele representa a estabilidade emocional e a importância de um ambiente seguro e equilibrado para o desenvolvimento infantil. Também transmite clareza e comunicação, aspectos essenciais para conscientizar os pais.

Amarelo alaranjado: O amarelo traz a sensação de despertar, otimismo e alerta. Reflete a ideia de um desenvolvimento infantil positivo e a importância de interações enriquecedoras que estimulam o crescimento saudável. (LEMOS, 13 ago. 2024).

Verde: Está associado a saúde e natureza. Ele representa a ideia de promover um ambiente saudável para o cérebro da criança. (LEMOS, 13 ago. 2024).

Laranja avermelhado: O laranja combina a energia do vermelho com a alegria do amarelo, representando humor, energia e equilíbrio. Na logo, sugere uma abordagem positiva e encorajadora para a conscientização sobre o uso equilibrado de tecnologias. (CARDOSO, 13 ago. 2024).

Roxo magenta: O roxo é associado à sensibilidade e intimidade. Na logo, simboliza a importância do conhecimento e da compreensão sobre os efeitos das multitelas no desenvolvimento cognitivo. (CARDOSO, 13 ago. 2024).

Rosa brilhante: O rosa simboliza a inocência, saúde e felicidade. Pode-se relacionar com a logotipo para estimular o desejo de iniciar ações e despertar a atenção do público-alvo para o que a identidade visual transmite. (CLEMENTE, 13 ago. 2024).

Essas cores juntas criam uma paleta que comunica tanto a seriedade da mensagem quanto a esperança e a possibilidade de um desenvolvimento saudável através de práticas equilibradas, juntas, visam captar a atenção, transmitir a mensagem de forma clara e promover um sentimento de urgência e esperança na campanha.

9. JUSTIFICATIVA

9.1 AUMENTO NA PORCENTAGEM DE CRIANÇAS QUE ESTÃO CONECTADAS NA INTERNET

O uso de crianças tendo acesso às multitelas está crescendo cada vez mais e a tendência é continuar a aumentar. A diversas pesquisas mostrando esse aumento. Essa pesquisa foi realizada pelo Centro Regional de Estudos para o Desenvolvimento da Sociedade da Informação (Cetic.br), do Núcleo de Informação e Coordenação do Ponto BR (NIC.br), ligado ao Comitê Gestor da Internet no Brasil (CGI.br)

> “A idade do primeiro acesso à Internet por crianças brasileiras vem se antecipando nos últimos anos. A TIC Kids Online Brasil 2023, lançada nesta quarta-feira (25), mostrou que 24% dos entrevistados relataram ter começado a se conectar à rede na primeira infância, ou seja, até os seis anos de vida. A

> título de comparação, na edição de 2015, essa proporção era de 11%.” (CENTRO REGIONAL DE ESTUDOS PARA O DESENVOLVIMENTO DA SOCIEDADE DA INFORMAÇÃO, 05 nov. 2024)

Com esse estudo é possível notar que realmente a porcentagem está aumentando e que cada vez mais é normalizado a utilização de telas, entretanto, tem outras pesquisas além dessa. Uma outra pesquisa que também podemos analisar é o estudo realizado pela residência pediátrica

> “Foram realizadas 102 entrevistas e todos os resultados foram incluídos no estudo. Constatou-se que todas as crianças pesquisadas utilizavam dispositivos de mídia diariamente. Aproximadamente 83% delas iniciaram o uso antes de 1 ano de idade e 17% entre 1 e 2 anos. 28,4% possuíam seus próprios aparelhos de mídia. O perfil em redes sociais foi prevalente em 13% das crianças. 93,1% dos entrevistados declararam nunca ter recebido orientação do pediatra sobre os riscos à saúde pelo uso excessivo de dispositivo de mídia.” (MORAIS, 05 nov. 2024)

E além desta pesquisa, a outra pesquisa realizada pela Panorama Mobile Time/Opinion Box - Crianças e smartphones no Brasil, que comprova também o aumento do uso das telas e como os pais influenciam nas ações de seus filhos.

> “Em famílias cujos pais têm smartphone, praticamente metade (49%) das crianças brasileiras de 0 a 12 anos têm um smartphone próprio. Um ano atrás eram 44%. O maior crescimento foi na faixa de 7 a 9 anos: subiu de 52% para 59%o percentual com smartphone próprio. Caiu de 72% para 65%a proporção de pais que estipulam um limite máximo de tempo de uso por dia do smartphone para os filhos.” (PAIVA, 05 nov. 2024)

Todos esses estudos comprovam que as crianças está cada vez mais inseridas na era da tecnologia, e que os responsáveis estão normalizando cada vez mais cedo elas utilizarem as telas, sem pensar nos malefícios que iram acarretar no futuro de suas crianças.

9.2 PERDA DA COORDENAÇÃO MOTORA FINA CAUSADA PELO USO DE SMARTPHONES

Como foi visto ao longo deste trabalho, as telas trazem diversos malefícios para o desenvolvimento físico e cognitivo das crianças, mas também para os adultos.

Entretanto, sabemos que existem diversos de outros problemas que podem ser acarretados pelo uso das telas, e um desses outros problemas seria a perda da coordenação motora fina nas crianças. Com as crianças utilizando telas e essas telas serem um bombardeio de informações “mastigadas” de fácil acesso e pôr as crianças ficarem horas na mesma posição apenas absorvendo esse bombardeio de informações que o cérebro delas não está preparado para receber e ficar apenas deslizando o dedo na tela para ter essas informações rápidas, começa a afetar a sua coordenação motora fina. A médica Isadora diz "Há prejuízo e retardo de socialização, desenvolvimento de mecanismos de comunicação e linguagem, além de alterações no desenvolvimento motor, principalmente motricidade fina (características relacionadas a movimentos mais precisos das mãos, como movimento de pinça, abrir garrafas, pegar pequenos objetos, encaixe de objetos). Além disso, há prejuízo cognitivo, com tendência a ter uma inteligência inferior aos genitores." E para a psicóloga clínica Roberta Lima, “A superexposição reduz o tempo de interação social e familiar e favorece a exposição a conteúdos impróprios. Alguns autores associam a alta exposição à tela a atrasos nos domínios de linguagem e habilidade motora fina. Isto tem sido alvo de uma demanda crescente nos consultórios de pediatria e psicologia clínica”, explica ela.

> “Um novo estudo publicado na revista Pediatrics descobriu que o tempo de tela está ligado a atrasos no desenvolvimento em crianças pequenas. O levantamento, que analisou dados de mais de 10 mil crianças, descobriu que aquelas que passavam mais tempo em frente à tela tinham maior probabilidade de apresentar atrasos no desenvolvimento da linguagem, coordenação motora e habilidades sociais.” (FORBES, 05 nov. 2024)

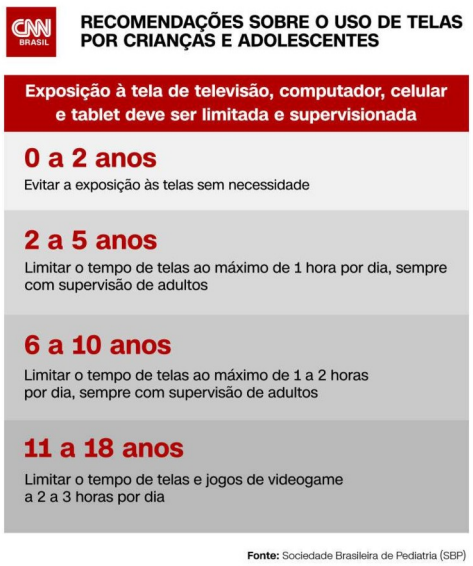
9.3 RECOMENDAÇÕES DA SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA (SBP) SOBRE O TEMPO ADEQUADO DE TELAS

“Dada a urgência do tema, decidimos atualizar as orientações da SBP para auxiliar pediatras, pais, responsáveis e educadores a evitar os principais agravos advindos da utilização inadequada das tecnologias digitais e, ao mesmo tempo, estimular práticas saudáveis nessas novas ferramentas”, destacam os especialistas do GT da SBP.

- Entre as principais orientações atualizadas pelo novo Manual de Orientação da SBP, destacam-se:
- Evitar a exposição de crianças menores de dois anos às telas, mesmo que passivamente;
- Limitar o tempo de telas ao máximo de uma hora por dia, sempre com supervisão para crianças com idades entre dois e cinco anos;
- Limitar o tempo de telas ao máximo de uma ou duas horas por dia, sempre com supervisão para crianças com idades entre seis e 10 anos;
- Limitar o tempo de telas e jogos de videogames a duas ou três horas por dia, sempre com supervisão; nunca “virar a noite” jogando para adolescentes com idades entre 11 e 18 anos;
- Para todas as idades: nada de telas durante as refeições e desconectar uma a duas horas antes de dormir;
- Oferecer como alternativas: atividades esportivas, exercícios ao ar livre ou em contato direto com a natureza, sempre com supervisão responsável;
- Criar regras saudáveis para o uso de equipamentos e aplicativos digitais, além das regras de segurança, senhas e filtros apropriados para toda família, incluindo momentos de desconexão e mais convivência familiar;
- Encontros com desconhecidos online ou off-line devem ser evitados; saber com quem e onde seu filho está, e o que está jogando ou sobre conteúdos de risco transmitidos (mensagens, vídeos ou webcam), é responsabilidade legal dos pais/cuidadores;
- Conteúdo ou vídeos com teor de violência, abusos, exploração sexual, nudez, pornografia ou produções inadequadas e danosas ao desenvolvimento cerebral e mental de crianças e adolescentes, postados por cyber criminosos devem ser denunciados e retirados pelas empresas de entretenimento ou publicidade responsáveis. (SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA, 05 nov. 2024)

- Todas estas informações são exemplificadas na Figura 3.

Figura 3 - Recomendações da SBP a respeito do uso infantil de telas



Fonte – CNN BRASIL

9.4 PESQUISA DE CAMPO

Para maior entendimento da visão do público-alvo diante da problemática abordada no trabalho, foi identificada a necessidade de desenvolver uma etapa de coleta de dados, uma fase imprescindível na elaboração de uma campanha de marketing, pois somente dessa forma é possível saber como abordar a temática em questão. Dito isso, foram executadas pesquisas de campo com pais e também com especialistas da área da psicologia, como pode ser vista a seguir suas respectivas respostas e uma visão geral delas.

Primeira pesquisa quantitativa realizada com pais e responsáveis.

Início da pesquisa 14/05/24

Fim da pesquisa 10/06/24

1- Qual o bairro que você mora?

Ocian –1

Mirim - 1

Ribeirópolis -1

Imperador -1

Balneário Florida -1

Jardim Anhanguera - 2

Caiçara – 3

Balneário florida -1

Jardim Anhanguera - 2

Caiçara – 3

Maracanã – 3

Quietude- 3

Guilhermina – 5

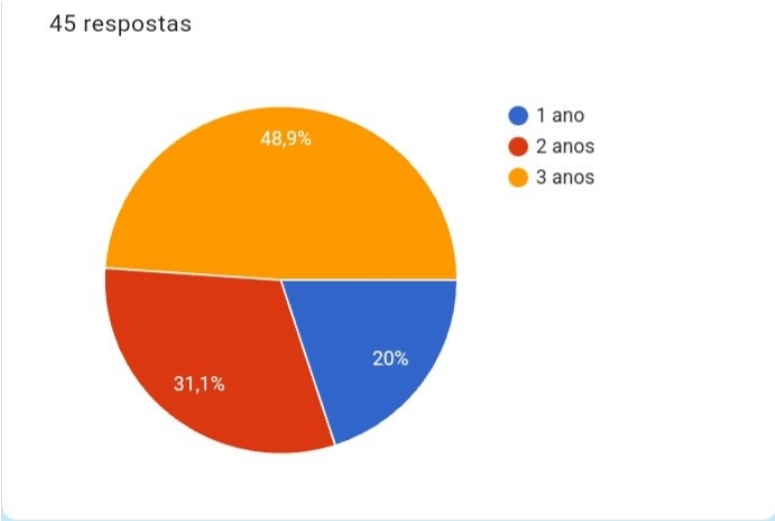
Boqueirão – 5

Canto do Forte -5

Tude Bastos- 6

Tupy- 7

Figura 4 - Gráfico pesquisa 1



Fonte: Acervo pessoal.

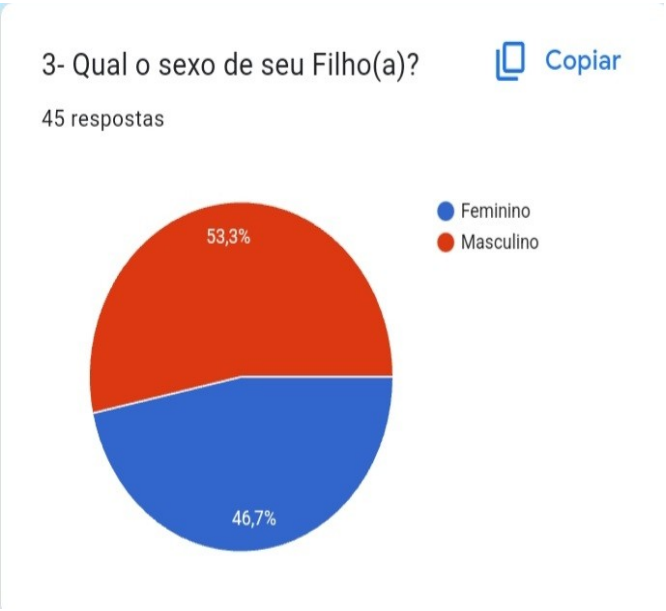
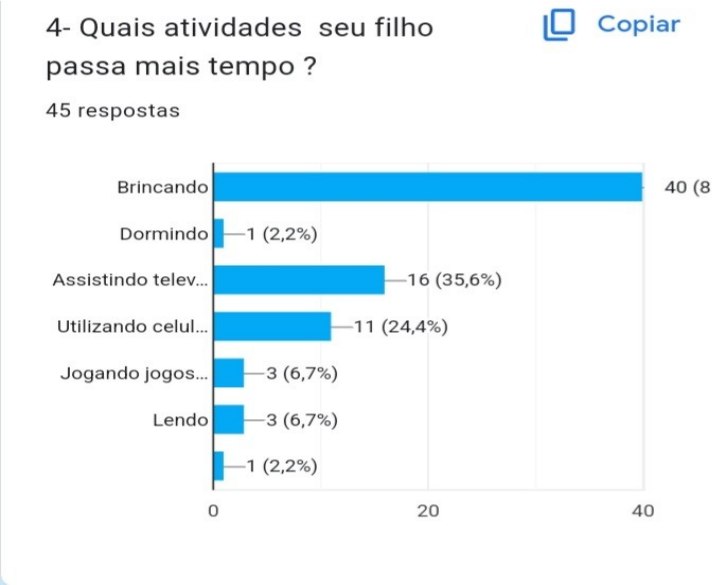


Figura 5 – Gráfico pesquisa

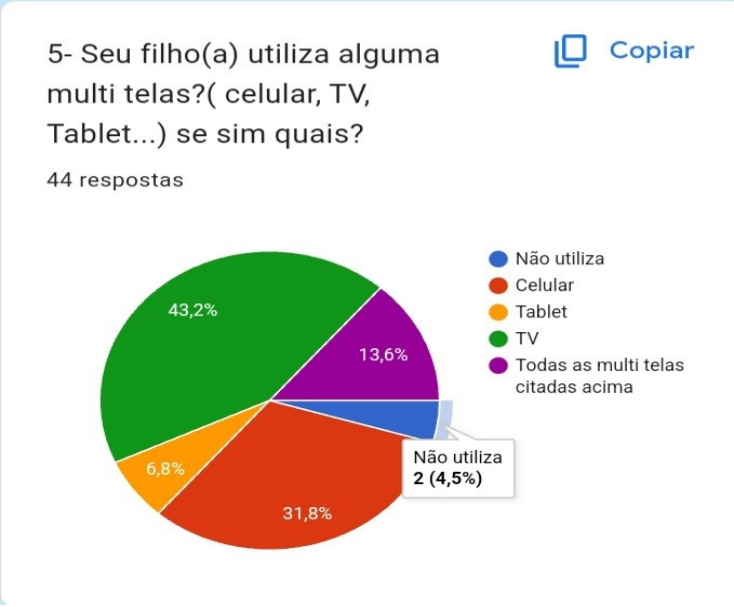
Fonte: Acervo pessoal.

Figura 6 - Gráfico pesquisa 1.



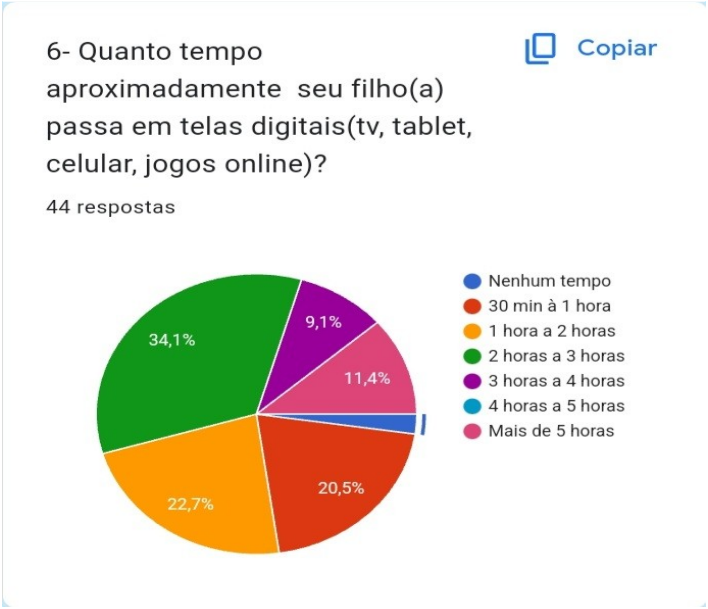
Fonte: Acervo pessoal.

Figura 7 – Gráfico pesquisa 1.



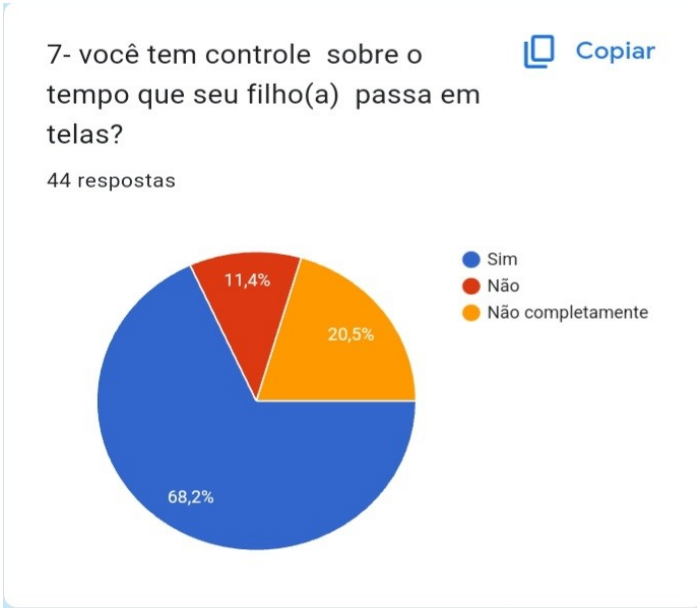
Fonte: Acervo pessoal.

Figura 8 – Gráfico pesquisa 1.



Fonte: Acervo pessoal.

Figura 9 – Gráfico pesquisa 1.



.

Fonte: Acervo pessoal.

8- Você já teve acesso a informações sobre os possíveis impactos negativos do uso excessivo de telas em crianças pequenas? Se sim aonde?

Sim, na Internet- 16

Sim, na TV ou em Jornais- 10

Sim, com especialistas (pediatra, fonóloga, psicóloga) - 8

Sim, em livros - 5

Não tive acesso- 6

ANÁLISE DE PESQUISA

Diante dos dados levantados com as 44 respostas obtidas, foi observada uma mescla de pais vindos de diversos bairros da região da Praia Grande, o que agregou à pesquisa, pois isso permite um maior conhecimento sobre a utilização de telas entre pessoas com realidades completamente distintas. Dessa forma, foi observado que apenas 4,5% dos responsáveis não permitem que seus filhos tenham contato com as telas, e grande parte dessas crianças, especificamente 34,1%, passa de 2 a 3 horas em frente às telas, contradizendo o indicado pela OMS (Organização Mundial da Saúde).

Este fenômeno pode ser fomentado pela desinformação acerca da problemática, pois, embora uma certa quantia de pais tenha tido acesso a conteúdos que indicam o tempo ideal de tela, tiveram um aprofundamento raso sobre o assunto, descredibilizando esse problema.

DATA DA PESQUISA QUALITATIVA COM A PSICÓLOGA GABRIELA MILITÃO- 13/05/24

1-Quais são os possíveis efeitos do uso excessivo de telas na cognição e no desenvolvimento emocional das crianças de 1 a 3 anos?

Gabriela - ´´Quando a gente fala sobre o uso de telas para crianças, já temos estudos dizendo que o uso de telas na primeira infância até os 7 anos pode ser muito prejudicial principalmente para crianças de até 2 anos que é recomendável o uso 0 de telas. O primeiro ponto de prejuízo é a capacidade de lidar com a frustração diminuída, a Capacidade de aprimorar a imaginação, pois a criança com acesso corriqueiro a tecnologia não tem tempo para desenvolver as sinapses do cérebro. E prejudica a memória, a tecnologia prejudicou a memória. A atenção prejudicada e todos esses outros pontos podem resultar em uma ansiedade.´´

2- Como os dispositivos eletrônicos podem influenciar a capacidade de atenção e concentração nessa faixa etária?

Gabriela - ´´Criação dos neurotransmissores, capacidade de memória e atenção, o acesso a telas não dá espaço para a criança tem a capacidade de esperar. O cérebro da criança entra em uma espécie de transe pois quando damos o celular para ela, aquilo cria uma espécie de hipnose, pois ela só recebe muita informação e não consegue digerir aquilo.´´

3- Quais estratégias os pais podem adotar para equilibrar o uso de telas e promover atividades mais interativas e estimulantes para seus filhos?

Gabriela- ´´Toda casa no contexto atual tem acesso a tv, de início são necessários que os pais conscientizarem que criança faz bagunça! Isso é necessário para a criança passar pelo processo de maturação. É sobre lidar com a capacidade da criança ter emoções negativas e positivas.´´

4- Qual é a relação entre o tempo de tela e o desenvolvimento da linguagem e da interação social em crianças pequenas?

Gabriela - ´´A criança começa a desenvolver a parte verbal a partir de 9 meses. Uma criança pode até ter estímulos online, mas o melhor é o estímulo pessoal pois o estímulo humano é mais eficaz para a desenvoltura da fala.´´

5- Como identificar sinais de que uma criança pode estar sofrendo impactos negativos do uso excessivo de telas e como os pais podem ajudar nesses casos?

Gabriela - ´´A criança de até 2 anos está passando pelo período de desenvolvimento do cérebro (a adolescência dos 2 anos), a Criança fica mais introspectiva, Baixa tolerância a frustração - nível de sofrimento por abstinência, Criança tenta lidar com o sofrimento de forma agressiva. Criança em desenvolvimento quando se dá as telas ela não desenvolve a socialização.´´

6- Qual é a importância do tempo de qualidade em família e como as telas podem interferir nesse aspecto para crianças pequenas?

Gabriela - ´´Vivemos em um período que se esqueceram que criança vale tempo, dinheiro e esforço. Uma criança com um vínculo saudável cria coragem, segurança etc. O uso infantil de telas pode ser algo benéfico aos pais a curto prazo, mas futuramente isso se torna um problema para toda a família´´.

7-Quais são as recomendações atuais sobre o tempo de tela para crianças de 1 a 3 anos e como os pais podem implementá-las de forma eficaz?

Gabriela - ´´Até os 2 anos de idade é recomendado que o ideal é o uso 0 de tela, a partir dos 2 anos ir implementando a tela até 30 min por dia.

Dopamina é o hormônio do prazer. Quando uma criança está imposta a aquela dopamina excessiva imagina a reação dela a receber um ‘não’ futuramente? ´´

8- Como as telas podem influenciar o sono e os padrões de descanso das crianças nessa faixa etária?

Gabriela - ´´Criança tem que saber a lidar com o tédio, se uma criança não consegue parar pra dormir por sua cabeça estar cheia de informações imagina o prejuízo futuramente. Criança não deve ter acesso a telas nem quando ela acorda e nem na hora de dormir.´´

9- Existem diferenças significativas no impacto das telas entre diferentes tipos de conteúdo (por exemplo, educativo versus entretenimento) para crianças pequenas?

Gabriela - ´´Criança aprende pelo que fazemos e não pelo que dizemos, então desenhos como Peppa Pig ela pode começar a responder os pais. Criança não tem que jogar joguinho de guerra nem ver BBB por ela não entender.´´

10- Quais estratégias eficazes os pais podem adotar para estabelecer limites saudáveis e supervisionar o uso de telas por crianças pequenas?

Gabriela- ´´Para muitos pais a tecnologia é um apoio pois muitos não tem uma rede de apoio. Mas é vista a necessidade de evitar ao máximo o uso de telas, e deixar a criança viver no mundo real.

Partindo do princípio de que o uso de telas deveria ser 0. O ideal seria a criança assistir apenas assistir a tv por um tempo pequeno. Pois o autismo de tela vem desse abuso de tela. ´´

DATA DA PESQUISA QUALITATIVA COM A PSICÓLOGA RENATA- 14/05/24

1-Quais são os possíveis efeitos do uso excessivo de telas na cognição e no desenvolvimento emocional das crianças de 1 a 3 anos?

Renata- ´´ A causa do excesso do uso de telas pode ter diversos fatores: Vícios, Impacto na atenção, desenvolvimento na rotina da criança a exposição feita desde muito cedo pode ser nociva. ´´

2- Como os dispositivos eletrônicos podem influenciar a capacidade de atenção e concentração nessa faixa etária?

Renata- ´´A longa duração seria a diminuição da sua atenção, principalmente por você ter a disposição diversos recursos em um mesmo aparelho. ´´

3- Quais estratégias os pais podem adotar para equilibrar o uso de telas e promover atividades mais interativas e estimulantes para seus filhos?

Renata- ´´Pensar na rotina que a família tem e pensar em uma forma de estimular uma rotina onde as telas só entram quando é realmente necessário e não seja de livre acesso a criança. ´´

4- Qual é a relação entre o tempo de tela e o desenvolvimento da linguagem e da interação social em crianças pequenas?

Renata- ´´A criança só recebe os estímulos, mas não necessariamente desenvolve essa interação, ou seja, é muito cômodo então a criança não vê necessidade de desenvolveram a fala etc. ´´

5- Como identificar sinais de que uma criança pode estar sofrendo impactos negativos do uso excessivo de telas e como os pais podem ajudar nesses casos?

Renata- ´´Primeiros sinais - Não conseguir tirar isso do ambiente, não conseguir ir para a escola, não fazer lições, não almoçar sem as telas.

Se está em um nível em que os pais conseguem reestimular, ok, mas caso o contrário é necessário procurar um especialista. ´´

6- Qual é a importância do tempo de qualidade em família e como as telas podem interferir nesse aspecto para crianças pequenas?

Renata- ´´O ambiente familiar é o primeiro lugar de socialização de uma criança, atualmente isso não ocorre, pois, a família toda já está imersa no mundo digital, perdendo momentos importantes da infância. ´´

7-Quais são as recomendações atuais sobre o tempo de tela para crianças de 1 a 3 anos e como os pais podem implementá-las de forma eficaz?

Renata- ´´Implementar de forma eficaz seria pensar que o pai iria usar esse recurso para ele, com pequenos espaços. Em torno de 15 a 30 minutos para ver um vídeo, música algo assim. ´´

8- Como as telas podem influenciar o sono e os padrões de descanso das crianças nessa faixa etária?

Renata- ´´Os estímulos visuais podem afetar o sono da criança. Por isso é necessário a criança ter uma boa rotina, pois a criança utilizar essas multitelas antes de dormir pode causar essa hiperexposição. ´´

9-Existem diferenças significativas no impacto das telas entre diferentes tipos de conteúdo (por exemplo, educativo versus entretenimento) para crianças pequenas?

Renata- ´´Sim, alguns conteúdos atípicos podem ajudar diversas crianças a desenvolver principalmente psicólogas etc.

As telas podem ser utilizadas como um complemento para o desenvolvimento infantil. ´´

10- Quais estratégias eficazes os pais podem adotar para estabelecer limites saudáveis e supervisionar o uso de telas por crianças pequenas?

Renata- ´´Acredito que seja estabelecer regra e limites para a criança usar telas, tomar banho, janta etc. Para a criança criar bons hábitos pois esses limites são criados primeiramente pela família.´´

ANÁLISE DE PESQUISA

Referente as pesquisas realizadas com as psicólogas.

Foram realizadas as mesmas perguntas para as psicólogas Renata Caroline e Gabriela Militão com o intuito de entender as perspectivas de ambas sobre o mesmo questionamento.

Com base nas respostas obtidas, é possível ter uma visão profissional acerca dos malefícios que as multitelas podem acarretar no desenvolvimento infantil, tanto no quesito emocional, cognitivo quanto físico. Dito isso, ambas as especialistas destacam os prejuízos à capacidade de atenção, à socialização e ao desenvolvimento da linguagem, que são fundamentais nessa fase. Além disso, o uso excessivo de telas pode gerar dificuldades emocionais, como baixa tolerância à frustração e ansiedade. Por fim, foram recomendadas estratégias para minimizar a utilização precoce de multitelas, incluindo estabelecer limites quanto ao tempo de tela e promover interações mais diretas e atividades estimulantes que favoreçam o desenvolvimento saudável.

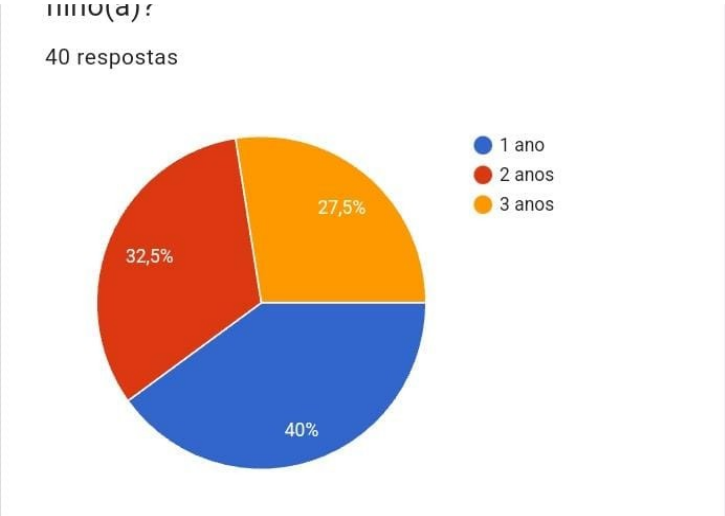
Informações como as resgatadas nesta pesquisa foram de extrema importância para a criação da campanha social midiática e o desenvolvimento de materiais para ela.

Segunda pesquisa quantitativa realizada com pais e responsáveis.

Início da pesquisa 22/08/24

Fim da pesquisa 26/08/24

Figura 10 - Gráfico pesquisa 2.



Fonte: Acervo pessoal.

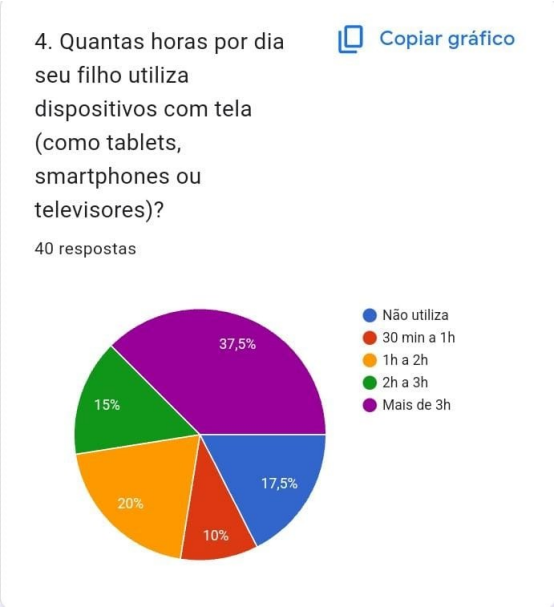
Figura 11 – Gráfico pesquisa 2.

Fonte: Acervo pessoal

Figura 12 – Gráfico pesquisa 2.

Fonte: Acervo pessoal.

Figura 13 – Gráfico pesquisa 2.



Fonte: Acervo pessoal.

Figura 14 – Gráfico pesquisa 2.

Fonte: Acervo pessoal.

Figura 15 – Gráfico pesquisa 2.

Fonte: Acervo pessoal.

7- Você percebe alguma mudança no comportamento de seu filho quando ele passa muito tempo em frente às telas? Se sim, quais mudanças?

(Pergunta aberta)

4 responderam: Não

4 responderam: Ansioso(a)

7 responderam: Irritado (a)

25 responderam: Teimoso(a)

8-Quais são os principais motivos que levam seu filho a usar dispositivos com tela? (ex: educação, entretenimento, comunicação, etc.)

(Pergunta aberta)

9 responderam: Entretenimento

16 responderam: Falta de tempo na rotina

10 responderam: Distração

5 responderam: Outros motivos

9-Você tem um horário específico do dia em que seu filho não tem acesso a telas? Se sim, qual é esse horário e por quê?

(Pergunta aberta)

6- responderam: Não utiliza telas

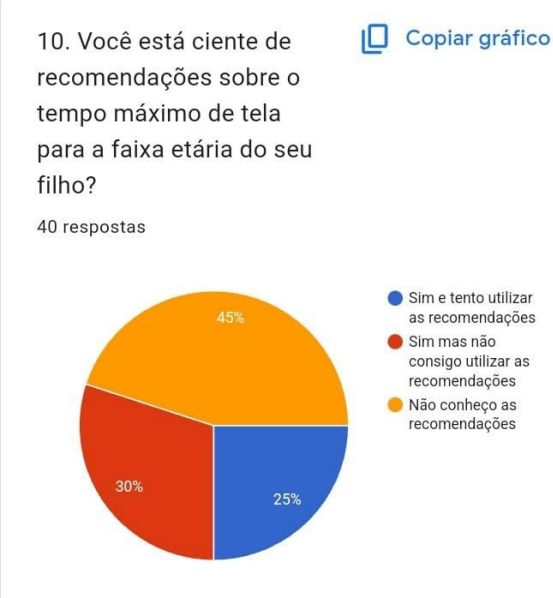
3 responderam: Manhã

2 responderam: Noite

15 responderam: O dia todo

14 pessoas preferiram não responder.

Figura 16 – Gráfico pesquisa 2.

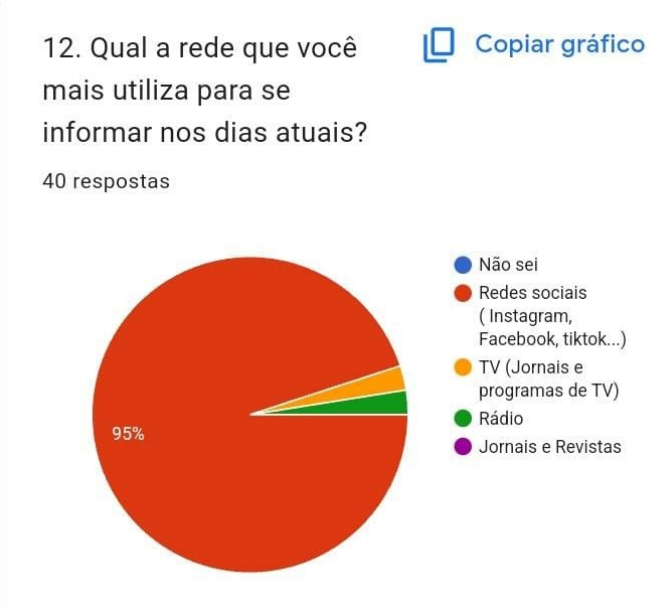


Fonte: Acervo pessoal.

Figura 17 – Gráfico pesquisa 2.

Fonte: Acervo pessoal.

Figura 18 – Gráfico pesquisa 2.



Fonte: Acervo pessoal.

ANÁLISE DE PESQUISA

Diante da pesquisa anterior realizada com nosso público-alvo e com a opinião das psicólogas, foi realizada uma nova pesquisa com o mesmo público-alvo, com perguntas adicionais, com o objetivo de entender mais a fundo o conhecimento dos pais sobre o assunto em questão e a pertinência da nossa campanha social "Conexões Saudáveis".

Diante dos dados recolhidos dessa nova pesquisa realizada com 40 pessoas, foi perceptível, de acordo com as respostas, que 85% dos entrevistados deixam seus filhos utilizarem algum tipo de multitelas, mesmo essas crianças estando em uma faixa etária em que a OMS não indica nenhum tipo de uso de telas. Entretanto, a pesquisa também mostrou que a maioria dos entrevistados não tinha conhecimento sobre essas recomendações ou que as conheciam, mas não conseguiam colocá-las em prática. Por fim, ao longo da pesquisa, foi notável também que 75% do nosso público-alvo que participou da pesquisa mostrou interesse em um meio que forneça esse tipo de informação e que 95% afirmaram que o meio que mais utilizam para se informar nos dias atuais são redes sociais, como o Instagram. Mostrando assim a relevância e a

pertinência da nossa campanha na região da Praia Grande e do nosso trabalho de conclusão de curso.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com base nas pesquisas desenvolvidas no decorrer do trabalho de conclusão de curso, foi visto que a melhor maneira de abordar o marketing social na temática "Análise e pesquisa do impacto das multitelas diante do desenvolvimento infantil na faixa etária de 1 a 3 anos" seria através de uma campanha social midiática. Para se certificar disso, o grupo realizou pesquisas de campo presenciais com pais de crianças da faixa etária escolhida na região da Praia Grande, e foram obtidas 50 respostas que possibilitaram o desenvolvimento da campanha midiática. Em meio às pesquisas, foi visto que a desinformação acerca das problemáticas ligadas ao uso excessivo e precoce das telas é um problema real, pois grande parte dos pais não tem acesso a esse tipo de informação.

Dito isso, foi necessária a visita a uma especialista para que fosse possível uma orientação correta do que poderia ser abordado nessa campanha midiática. E através dessa visita, foi desenvolvida uma parceria, pois o intuito de disseminar informações que podem agregar valor no corpo social era um objetivo comum do grupo e da psicóloga especialista Renata Caroline. Ela auxiliou o desenvolvimento da campanha a cada passo dado. Sua parceria foi imprescindível até para a criação da identidade visual, elemento de extrema importância em uma campanha de marketing. A criação do logo foi pensada com o intuito de atingir o público-alvo escolhido - pais e responsáveis - desenvolvido com cores chamativas e conexões neurais. Estas conexões fazem referência ao nome escolhido para a campanha midiática, que foi nomeada de "Conexões Saudáveis". A campanha foi nomeada desta forma para transparecer o ideal do que é necessário ser criado durante a infância, que são as conexões feitas longe das telas.

Contudo, após todas estas etapas concluídas, a campanha midiática foi desenvolvida através de uma página no Instagram. Esta rede, em específico, foi escolhida pois, na atualidade, é uma das maiores fontes de informação em tempo real que existe. É uma rede social que pode ser utilizada para disseminar informações e permite que seus espectadores compartilhem com pessoas de interesse em comum. E, dessa forma, foi possível cumprir a missão de informar, na região da PG, a respeito de como as multitelas podem afetar no pleno desenvolvimento infantil. Esta conscientização só foi

possível de ser alcançada pela utilização do marketing social, pois, com a utilização de seus métodos, é possível promover a educação e instigar a mudança comportamental.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

[AUTOR NÃO IDENTIFICADO]. (s.d.). **Como o uso excessivo das telas afeta o cérebro**. National Geographic Brasil. Recuperado de https://www.nationalgeographicbrasil.com/ciencia/2023/02/como-o-uso-excessivo-das-telas-afeta-o-cerebro. Último acesso 9 de abril de 2024

[AUTOR NÃO IDENTIFICADO]; **Como pais e professores podem, juntos, gerenciar o tempo de tela das crianças. Brittanica Education**, 2023. Disponível em: https://britannica.com.br/noticias/uncategorized/como-pais-e-professores-podem-juntos-gerenciar-o-tempo-de-tela-das-criancas/. Último Acesso em: 30 mai. 2024.

[AUTOR NÃO IDENTIFICADO]; **Como pais e professores podem, juntos, gerenciar o tempo de tela das crianças? Brittanica Education,** 2023. Disponível em: https://britannica.com.br/noticias/uncategorized/como-pais-e-professores-podem-juntos-gerenciar-o-tempo-de-tela-das-criancas/. Último Acesso em: 30 mai. 2024.

[AUTOR NÃO IDENTIFICADO]; **Dopamina**, C8H11NO2. **PubliSBQ**. Disponível em https://search.app/W25p61AcCKYGQuLL7. Último Acesso em 09 jun. 2024.

[AUTOR NÃO IDENTIFICADO]; **Dopamina: o que é, para que serve e como aumentar. Essentia**, 2022. Disponível em: https://search.app/a8W5e9yy4zcx6wo37. Último Acesso em 07 jun. 2024.

[AUTOR NÃO INDENTIFICADO] **Guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep for children under 5 years of age**. Disponível em: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/311664/9789241550536-eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y . Último Acesso em 20 de Abril de 2024

[AUTOR NÃO INDENTIFICADO]; **Cientistas: tela atrasa desenvolvimento das crianças; veja como gerenciar o uso.** Publicado em: 13 de setembro de 2023.

Disponível em: https://forbes.com.br/forbes-tech/2023/09/cientistas-tela-atrasa-desenvolvimento-das-criancas-veja-como-gerenciar-o-uso/ Último Acesso: 8 de junho de 2024.

[AUTOR NÃO INDENTIFICADO]; **Dopamina: o que é, para que serve e como aumentar**, publicado em: 13/06/2022. Disponível em: https://essentia.com.br/conteudos/dopamina/#:~:text=A%20dopamina%20%C3%A9%20um%20neurotransmissor,satisfa%C3%A7%C3%A3o%20e%20aumenta%20a%20motiva%C3%A7%C3%A3o. Último Acesso: 4 de junho 2024

[AUTOR NÃO INDENTIFICADO]; **Era da Dopamina: impacto do uso excessivo de tecnologia nas redes sociais**, publicado em: 24/10/2023. Disponível em: https://www.em.com.br/app/noticia/saude-e-bem-viver/2023/10/24/interna_bem_viver,1581203/era-da-dopamina-impacto-do-uso-excessivo-de-tecnologia-nas-redes-sociais.shtml. Último Acesso: 4 de junho de 2024

[AUTOR NÃO INDENTIFICADO]; **Manual de Orientação Departamentos Científicos de Pediatria do Desenvolvimento e Comportamento e de Saúde Escolar, (Uso saudável de telas, tecnologias e mídias nas creches, berçários e escolas)**, Nº 06, junho de 2019. Disponível em:https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/21511d-MO_-_UsoSaudavel_TelasTecnolMidias_na_SaudeEscolar.pdf . Último Acesso: 28 de maio de 2024.

[AUTOR NÃO INDENTIFICADO]; **Neurotransmissores e receptores**, publicado em [Data não identificada]. Disponível em: https://pt.khanacademy.org/science/biology/human-biology/neuron-nervous-system/a/neurotransmitters-their-receptors#:~:text=Os%20efeitos%20do%20neurotransmissor%20dependem,de%20a

%C3%A7%C3%A3o%20no%20neur%C3%B4nio%20alvo . Último acesso: 4 de junho de 2024.

[AUTOR NÃO INDENTIFICADO]; **O Centro Regional de Estudos para o Desenvolvimento da Sociedade da Informação (Cetic.br)**. Publicado em: 24 de outubro de 2023. Disponível em: https://cetic.br/pt/noticia/tic-kids-online-brasil-2023-criancas-estao-se-conectando-a-internet-mais-cedo-no-pais/ . Último acesso: 8 de junho de 2024.

[AUTOR NÃO INDENTIFICADO]; **Porque a publicidade infantil é proibida.** Publicado em: [data não identificada]. Disponível em https://publicidadeinfantilnao.org.br/secao/10-motivos-para-nao-expor-as-criancas-a-publicidade/
#:~:text=A%20Resolu%C3%A7%C3%A3o%20n%C2%BA%20163%20de,consumo%20de%20produtos%20e%20servi%C3%A7os.. Último acesso: 6 de junho de 2024.

AMARE ACOLHER. (s.d.). **Consequências do uso de telas**. Recuperado de https://amareacolher.com/consequencias-do-uso-de-telas/ Último Acesso em 09 de abril de 2024.

AZEVEDO, KANANDA e DINIZ, KAREN – **estudantes do curso de direito da UNDB**, publicado em: 2020. Disponível em:https://www.google.com/amp/s/www.jusbrasil.com.br/artigos/a-influencia-da-midia-na-formacao-de-criancas-consumidoras/817484767/amp . Último acesso: 6 de junho de 2024.

BRAGA, Iara da Silva; SOARES, Maria Rosa Pereira; SILVA, Samuel Reis e. (s.d.). **As implicações da exposição excessiva às telas ao neurodesenvolvimento e à saúde global de indivíduos pediátricos: uma revisão literária.** Revista FT. Recuperado de https://revistaft.com.br/as-implicacoes-da-exposicao-excessiva-as-

telas-ao-neurodesenvolvimento-e-a-saude-global-de-individuos-pediatricos-uma-revisao-literaria/ Último Acesso em 09 de abril 2024

CARDOSO, João. **Psicologia das Cores: Como elas podem afetar no marketing e nas vendas.** Conube blog, Ano da Publicação. Disponível em: https://conube.com.br/blog/psicologia-das-cores/. Acesso em: 13 ago. 2024.

CHAVES, EDUARDO O. C.; **Tecnologia e Educação Technology-Mediated Learning: A Brief Discussion," Invited Paper, Proceedings of the International Conference on Engineering and Computing Education (ICECE),** Rio de Janeiro, Agosto de 1999. Ultimo Acesso: 03 Jun. 2024

CLEMENTE, Matheus. **Psicologia das cores: descubra o significado (e o poder) de cada cor no marketing.** Rockcontent, 2024. Disponível em: https://rockcontent.com/br/blog/psicologia-das-cores/. Acesso em: 13 ago. 2024.

Consumidor multitelas: **95% dos internautas brasileiros assistem TV enquanto usam internet** – Recuperado de https://digitalks.com.br/indicadores-do-mercado/consumidor-multitelas-95-dos-internautas-brasileiros-assistem-tv-enquanto-usam-internet/. Último Acesso em 20 De abril 2024

DAMÁSIO, M.L. – **As tecnologias da informação e da educação,** 2007 – nte-estrela.pbworks.com. último Acesso: 03 de jun.2024

DESMURGET, M. (Entrevistado). (Ano). **Os livros nos tornam mais humanos, diz neurocientista Michel Desmurget** [Entrevista]. Veja, Páginas Amarelas. Recuperado de https://veja.abril.com.br/paginas-amarelas/os-livros-nos-tornam-mais-humanos-diz-neurocientista-michel-desmurget/ Último Acesso em 21 de abril de 2024

DESMURGET, Michel. **A fábrica de cretinos digitais: Os perigos das telas para nossas crianças.** Vestígio editora, 2021. Último Acesso em 26 de março 2024

DO CARMO, MARIA e ALBERTO, EDUARDO; **Exposição do uso de dispositivos de mídia na primeira infância.** Publicado em: 2022. Disponível em: https://residenciapediatrica.com.br/detalhes/1211/exposicao%20e%20uso%20de%20dispositivo%20de%20midia%20na%20primeira%20infanciahttps://residenciapediatrica.com.br/detalhes/1211/exposicao%20e%20uso%20de%20dispositivo%20de%20midia%20na%20primeira%20infancia Último Acesso: 8 de junho de 2024.

ESSENTIA. **Hormônios da felicidade: quais são e como podem ser estimulados.** Disponível em: https://essentia.com.br/conteudos/hormonios-da-felicidade/. Acesso em: 9 jun. 2024.

FERNANDES, Joyce. **Dopamina: Tudo o que você precisa saber. Jakelo artmed**, 2020. Disponível em: https://search.app/9yuJ3DcL1gawtY738. Último Acesso em: 06 jun. 2024.

FERNANDES, Joyce. **Sistema Nervoso Parassimpático: a atuação da acetilcolina. Jakelo artmed,** 2019. Disponível em: https://search.app/4YvQ9QFWzGeFdhCJ7. Último Acesso em: 09 jun. 2024.

FORD, Celia. **Dopamine explained: Dopamine detoxing, hacking, and fasting: is any of it real? Vox, 2024.** Disponível em: https://search.app/jo9Qiipx8eBerztU6. Último Acesso em: 06 jun. 2024.

FREITAS, Danielli Xavier. **Os limites legais da publicidade infantil no direito brasileiro**. Campo Grande: Jus Brasil, 2015. Disponível em:

https://www.jusbrasil.com.br/artigos/os-limites-legais-da-publicidade-infantil-no-direito-brasileiro/138708616 . Último acesso: 6 de junho de 2024.

G1. **Psicólogas explicam como identificar dependência de telas em crianças e adolescentes.** Disponível em: https://g1.globo.com/pb/paraiba/noticia/2022/03/22/psicologas-explicam-como-identificar-dependencia-de-telas-em-criancas-e-adolescentes.ghtml. Acesso em: 9 jun. 2024.

GOVERNO DO ESTADO DE SERGIPE. **Psicóloga alerta sobre uso excessivo das telas por crianças.** Disponível em: https://saude.se.gov.br/psicologa-alertasobreusoexcessivodastelasporcriancas/ #:~:text=%E2%80%9CA%20partir%20do%20momento%20que,al%C3%A9m%20de%20afetar%20a%20intera%C3%A7%C3%A3o. Acesso em: 13 ago. 2024.

GUIA DO FUTURO. (s.d.). **Uso de telas na infância: o que você precisa saber**. Recuperado de https://guiadofuturo.com.br/uso-de-telas-na-infancia-o-que-voceprecisasaber/ #:~:text=De%20acordo%20com%20a%20pesquisa%2C%20os%20sentimentos%20provocados,s%C3%B3%20para%20as%20partes%20que%20eu%20mais%20gosto.%E2%80%9D . Último Acesso em 09 de abril 2024

Kraut, R., Patterson, M., Lundmark, V., Kiesler, S., Mukophadhyay, T., & Scherlis, W. (1998). **Internet paradox: A social technology that reduces social involvement and psychological well-being? American psychologist**, 53(9), 1017. Último acesso: 09 junho de 2024

Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2011). **Online social networking and addiction—a review of psychological literature. International Journal of Environmental Research and Public Health**, 8(9), 3528-3552. Ultimo acesso: 09 junho de 2024

LEMOS, Rodrigo. **Psicologia das cores: Entenda o impacto visual.** Netlinks, 2024.

Disponível em: Explore a psicologia das cores e seu impacto visual no nosso dia a dia. Descubra como as cores influenciam emoções e comportamentos. Fonte: Netlinks https://search.app/2nAJNhoTcLRRZrPy5. Acesso em: 13 ago. 2024.

LIMA, Tamires. **Marketing social: o que é e como fazer**. Bússola social, 2024. Recuperado em https://www.bussolasocial.com.br/marketing-social-o-que-e-e-como-fazer/ último Acesso em: 21 de maio de 2024

OLIVEIRA, Cristiane Ferreira de; SANTOS, Daiana Batista dos; SILVA, Elessandra Alves do Prado Da; MOREIRA, Lucimar Mota; CARVALHO, Sonia Maria de. **Uso excessivo de telas: O impacto das telas sobre o desenvolvimento psicossocial da criança e adolescente.** Revista Científica de Alto Impacto, v. 27, n. 120, p. 1-10, 2023. Disponível em: https://revistaft.com.br/uso-excessivo-de-telas-o-impacto-das-telas-sobre-o-desenvolvimento-psicossocial-da-crianca-e-adolescente/. Último Acesso em: 03 jun. 2024.

OLIVEIRA, Sérgio. **Desmistificando o marketing,** Novatec, 2007. Recuperado de capitulo-9788575221136.pdf (novatec.com.br) Último Acesso em 30 De maio de 2024

PAGNO, MARIANA - g1, **Noticia: "Crianças e adolescentes no celular: uso exagerado afeta o cérebro e a concentração; veja o que fazer"**, publicado em 14/02/2023. Disponível em: https://g1.globo.com/saude/noticia/2023/02/14/criancas-e-adolescentes-no-celular-uso-exagerado-afeta-o-cerebro-e-a-concentracao-veja-o-que-fazer.ghtml. Último Acesso: 4 de junho de 2024

PAIVA, FERNANDO – **editor da Mobile Time; Panorama Mobile Time/Opinion Box - Crianças e smartphones no Brasil.** Publicado em: ooutubro de 2021. Disponível em https://criancaeconsumo.org.br/wp-content/uploads/2022/06/panorama-criancassmart-out21-ok.pdf Último Acesso: 8 de junho de 2024.

PEREZ, Amanda. **O que é dopamina e qual o seu papel em nossa vida**. **Reservatório de dopamina**, 2023. Disponível em: https://search.app/Z2xh6WAGKHbYMAWp6. Último Acesso em: 06 jun. 2024.

PIMENTA, ANGÉLICA; **O que é: Neurotransmissores**, publicado em: [data não identificada]. Disponível em: https://angelicapimenta.com.br/glossario/o-que-e-neurotransmissores/ . Último acesso: 4 de junho de 2024.

Purves D, Augustine GJ, Fitzpatrick D, et al., editores. Neurociência. 2ª edição. Sunderland (MA): **Sinauer Associates**; 2001. **Acetilcolina.** Disponível em: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK11143/. Último Acesso em: 09 jun. 2024.

RAMIREZ, GONÇALO – **Psicólogo e Clínico Geral; Neurotransmissores: o que são, principais tipos e funções**, publicado em: dezembro de 2022. Disponível em: https://www.tuasaude.com/neurotransmissores/#:~:text=Embora%20os%20n%C3%ADveis%20de%20neurotransmissores,epilepsia%20e%20doen%C3%A7a%20de%20Parkinson . Último acesso: 4 de junho 2024.

Sam C, Bordoni B. Fisiologia, **Acetilcolina.** [Atualizado em 10 de abril de 2023]. In: StatPearls [Internet]. Ilha do Tesouro (FL): Publicação **StatPearls**; 2024 janeiro-. Disponível em: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK557825/. Último Acesso em: 09 jun. 2024.

SANTOS, Marcos Vinícius. **Resumo de acetilcolina: metabolismo, importância clínica e mais. Estratégia med,** 2023. Disponível em: https://search.app/NBgoGcMUnvM8F7Yz5. Último Acesso em: 09 jun. 2024.

SBP – SOCIEDADE BRASILEIRA DA PEDIATRIA; **SBP atualiza recomendações sobre saúde de crianças e adolescentes na era digital**. Publicado em: 11 de fevereiro de 2020. Disponível em: https://www.sbp.com.br/imprensa/detalhe/nid/sbp-atualiza-recomendacoes-sobre-saude-de-criancas-e-adolescentes-na-era-digital/ Último Acesso: 8 de junho de 2024.

SCARPIN, Sandra Andrade. **A importância de controlar o tempo de uso de tela para crianças e adolescentes. Bett blog**, 2023. Disponível em: https://brasil.bettshow.com/bett-blog/importancia-de-controlar-o-tempo-de-uso-de-tela-para-criancas-e-adolescentes. Último Acesso em: 30 mai.2024.

TOKARNIA, MARIANA - **Repórter da Agência Brasil, Notícia: "De 2 milhões de crianças no país estão sem vagas em creches - Dados do IBGE foram divulgados pela organização Todos pela Educação"**, publicado em 08/04/2024. Disponível em: https://agenciabrasil.ebc.com.br/educacao/noticia/2024-04/mais-de-2-milhoes-de-criancas-no-pais-estao-sem-vagas-em-creches Último Acesso: 28 de maio de 2024

Utilização da imagem: https://www.cnnbrasil.com.br/saude/aumento-da-exposicao-as-telas-durante-a-pandemia-pode-prejudicar-a-visao/ .Último Acesso em 20 de abril de 2024

ZAMFIR, M. T. **The consumption of virtual environment more than 4 hours/day, in the children between 0-3 years old, can cause a syndrome similar with Autism Spectrum Disorder**. Journal os Romanian Literacy Studies. Issue n. 13, page 953-968, page 13, 2018. Disponível em: https://www.ceeol.com/search/article-detail?id=742946. Último Acesso em 09 de abril de 2024