

USO PROBLEMÁTICO DE TELAS E SAÚDE MENTAL INFANTOJUVENIL: PERCEPÇÕES DE CUIDADORES NA ATENÇÃO PSICOSSOCIAL

Saúde mental; Criança; Adolescente; Cuidadores; Relações familiares

Introdução

O uso problemático de telas por crianças e adolescentes tem se apresentado como demanda recorrente nos serviços de saúde mental, associado a alterações do sono, irritabilidade, isolamento e dificuldades de convivência comunitária e familiar. Entretanto, sua compreensão exige considerar não apenas o tempo de exposição, mas também os contextos afetivos, sociais e territoriais nos quais os dispositivos são incorporados à vida cotidiana. O estudo teve como objetivo compreender as percepções de cuidadores sobre os padrões de uso de telas nessa faixa etária, sua relação com manifestações emocionais e comportamentais e as estratégias familiares de manejo.

Métodos

Estudo descritivo e exploratório, de abordagem qualitativa, realizado com sete cuidadores de usuários entre 11 e 13 anos acompanhados em um serviço público especializado em saúde mental infantojuvenil. Os participantes foram selecionados por conveniência, considerando registros em prontuário de uso frequente de telas e de sintomas comportamentais ou emocionais manifestos. Os dados foram produzidos por meio de grupo focal, conduzido com roteiro semiestruturado sobre rotina digital, mudanças comportamentais dos usuários atendidos e manejo familiar. As narrativas foram gravadas, transcritas e submetidas à análise de conteúdo temática de Bardin. Como contrapartida, foi oferecido aos participantes material educativo sobre mediação familiar e uso de dispositivos digitais. A pesquisa foi aprovada por Comitê de Ética em Pesquisa, parecer nº 7.863.936 e CAAE 91398825.9.0000.5192.

Resultados / Discussão

A análise originou seis núcleos temáticos: centralidade das telas na rotina; fragilização dos vínculos e isolamento; irritabilidade e desregulação do sono; uso dos dispositivos como recurso de manejo diante da sobrecarga do cuidado; riscos no ambiente digital; e potencialidades de atividades criativas, corporais e territoriais. A “perda do bom dia” emergiu como expressão simbólica do enfraquecimento de rituais cotidianos de reconhecimento e convivência. A retirada do celular foi associada a crises de irritabilidade e agressividade, especialmente em contextos de privação do sono. Observou-se também que as telas funcionavam como estratégia de autorregulação para os jovens, e como recurso de sobrevivência para cuidadoras sobrecarregadas. A predominância materna entre os participantes evidenciou a desigual divisão sexual do trabalho de cuidado e a fragilidade das redes de apoio. Em contraponto, desenho, costura, culinária, esportes e ocupação de espaços públicos mostraram-se capazes de reduzir a centralidade dos dispositivos quando acompanhados de presença, vínculo e oferta de sentido para o público infantojuvenil. O grupo focal também operou como espaço de apoio mútuo e produziu elementos para qualificar práticas coletivas com famílias pelo serviço de saúde.

Considerações Finais

Compreende-se que o uso excessivo de dispositivos digitais não deve ser abordado apenas por recomendações restritivas ou culpabilização familiar. O cuidado em saúde mental infantojuvenil requer ações de literacia digital, fortalecimento de vínculos familiares e comunitários, apoio às cuidadoras, ampliação das redes de convivência e criação de alternativas territoriais de lazer e expressão. Os achados reforçam a potência da residência em saúde na produção de conhecimento situado e na transformação das práticas assistenciais.

Referência Bibliográfica

BARDIN, L. Análise de conteúdo. Lisboa: Edições 70, 2009. COUTO, M. C. V. et al. A saúde mental infantil na Saúde Pública brasileira: situação atual e desafios. Braz. J. Psychiatry, v. 30, n. 4, p. 390-398, 2008. EISENSTEIN, E. et al. Manual de orientação: menos telas, mais saúde – atualização 2024. Rio de Janeiro: SBP, 2024. HADDON, L. The domestication of touchscreen technologies in families with young children. In: GREEN, L. et al. (ed.). The Routledge Companion to Digital Media and Children. Abingdon: Routledge, 2020.