



## A dependência digital: Como o celular está influenciando o comportamento dos estudantes



<https://doi.org/10.56238/levv15n40-061>

**Walaci Magnago**

**Nicolas Krugel Siqueira**

**Állan Stieg Candeia**

**Larissa Valfré Baiôcco**

**Elbert Iesus Veloso Nery da Silva**

**Rafael Barbosa Pinheiro**

**Leomar Vanderlei Rodrigues dos Santos**

**Helicy Loss Pires**

**Aline Marques Ramos**

**Sabrina Ciríaco Saith Bravim**

---

### RESUMO

O presente estudo aborda a dependência digital entre estudantes, com foco no impacto do uso excessivo de celulares em seu comportamento e desempenho acadêmico. O objetivo foi investigar como o uso prolongado de dispositivos móveis influencia a concentração, socialização e saúde mental dos jovens. A pesquisa utilizou uma combinação de revisão bibliográfica e aplicação de questionários a 150 estudantes de uma escola pública, além de entrevistas com 10 professores. Os resultados indicaram que 72% dos alunos utilizam o celular por mais de quatro horas diárias, o que afeta diretamente sua concentração em sala de aula e seu rendimento escolar. Além disso, 58% dos estudantes relataram ansiedade quando privados do uso do celular, enquanto 40% preferem interações virtuais às presenciais, prejudicando suas habilidades sociais. A pesquisa conclui que é essencial promover um uso mais consciente das tecnologias no ambiente escolar para evitar os impactos negativos associados à dependência digital.

**Palavras-chave:** Dependência digital, Comportamento estudantil, Uso de celulares, Desempenho acadêmico, Socialização.



## 1 INTRODUÇÃO

O avanço tecnológico trouxe inúmeras facilidades, sendo o celular uma das principais ferramentas de comunicação e interação social. Contudo, seu uso excessivo pelos estudantes tem levantado preocupações acerca de seus impactos no comportamento e no desenvolvimento educacional. De acordo com Santos (2020), o uso prolongado de dispositivos móveis pode gerar dependência digital, que afeta tanto a saúde mental quanto o desempenho acadêmico dos jovens.

Estudantes são particularmente vulneráveis a essa dependência devido à facilidade de acesso às redes sociais e aplicativos. A "hiperconectividade", termo descrito por Castells (2012), se refere ao constante estado de conexão, levando ao surgimento de novos padrões de comportamento, muitas vezes prejudiciais ao desenvolvimento cognitivo e emocional dos jovens.

Além de prejudicar o rendimento acadêmico, a dependência digital pode comprometer as habilidades de interação social dos estudantes. Estudos indicam que, em muitos casos, os jovens preferem interações virtuais às presenciais, o que pode levar ao isolamento social e à dificuldade de formar relacionamentos interpessoais significativos (Silva, 2019).

Outro fator importante é a dificuldade dos jovens em se desconectar, o que contribui para o aumento dos níveis de ansiedade e estresse. Como alerta Oliveira (2021), "a desconexão do mundo virtual tem se tornado um desafio para muitos adolescentes, que veem no celular uma forma de alívio momentâneo".

Diante desse contexto, torna-se essencial investigar como o comportamento dos estudantes está sendo moldado pela dependência digital e quais são os impactos diretos em seu desempenho acadêmico e socialização. A pandemia da Covid-19, esse cenário se intensificou, com o aumento do uso das tecnologias para fins educacionais e de entretenimento (Barbosa, 2020).

Portanto, compreender o fenômeno da dependência digital entre os estudantes é fundamental para o desenvolvimento de políticas educativas que promovam o uso consciente da tecnologia, prevenindo seus efeitos nocivos no ambiente escolar e na vida social.

## 2 OBJETIVO

Analisar os impactos da dependência digital no comportamento dos estudantes, com foco no uso excessivo de celulares e suas consequências no desempenho escolar, saúde mental e habilidades de socialização. Pretende-se também propor estratégias para mitigar os efeitos negativos associados ao uso exagerado de dispositivos móveis.

## 3 METODOLOGIA

A pesquisa foi conduzida em duas etapas: revisão bibliográfica e aplicação de questionários em escolas de ensino médio. A revisão bibliográfica foi baseada em estudos publicados nos últimos dez



anos, com foco nas consequências do uso excessivo de celulares entre jovens. De acordo com a ABNT (NBR 6023:2018), as referências foram selecionadas com base em sua relevância para o tema estudado.

Na segunda etapa, foram aplicados questionários anônimos a 150 estudantes entre 14 e 18 anos em uma escola pública de Linhares/ES do Brasil. Os questionários contavam com perguntas fechadas sobre hábitos de uso do celular, impacto no rendimento escolar e percepção sobre a dependência digital. O método quantitativo foi utilizado para identificar padrões de comportamento e sua correlação com o uso excessivo de celulares.

Além disso, entrevistas semiestruturadas foram realizadas com 10 professores, para compreender sua visão sobre o comportamento dos alunos em sala de aula e como a dependência digital tem afetado o ambiente escolar. Segundo Lakatos e Marconi (2010), a combinação de métodos qualitativos e quantitativos permite uma análise mais profunda dos fenômenos sociais.

#### **4 RESULTADOS**

Os resultados apontam que 72% dos estudantes entrevistados utilizam o celular por mais de quatro horas diárias, fora do horário escolar. Desses, 45% relataram dificuldades em se concentrar nas aulas devido à constante verificação de redes sociais e aplicativos de mensagens. Esses dados corroboram com a pesquisa de Pereira (2020), que afirma que "o uso prolongado de dispositivos móveis está diretamente relacionado à diminuição da concentração no ambiente escolar".

No que diz respeito à saúde mental, 58% dos estudantes indicaram sentir ansiedade quando ficam sem acesso ao celular por períodos prolongados, reforçando a ideia de que a dependência digital gera um ciclo de necessidade constante de conexão. Como aponta Souza (2021), "a ausência de acesso à tecnologia pode causar desconforto psicológico, refletindo em sintomas de abstinência digital".

Em termos de socialização, 40% dos jovens afirmaram que preferem interagir virtualmente a participar de encontros presenciais. Esse dado reflete o impacto da dependência digital nas habilidades sociais dos estudantes, que cada vez mais optam por relações mediadas pela tecnologia. Segundo Santos (2019), "a substituição das interações face a face pelas virtuais pode comprometer o desenvolvimento de habilidades interpessoais".

Tabela 1: Impactos do Uso Excessivo de Celular no Comportamento dos Estudantes

Resultados	Percentual (%)	Descrição
Uso diário de celular (mais de 4 horas)	72%	Estudantes que utilizam o celular por mais de quatro horas diárias fora do horário escolar.
Dificuldade de concentração	45%	Estudantes que relataram dificuldades em se concentrar nas aulas devido ao uso constante do celular.
Ansiedade sem acesso ao celular	58%	Estudantes que indicaram sentir ansiedade ao ficarem sem o celular por períodos prolongados.
Preferência por interações virtuais	40%	Estudantes que preferem interagir virtualmente ao invés de encontros presenciais.
Queda no rendimento escolar	-	Professores relataram queda no rendimento dos alunos mais dependentes de dispositivos móveis.

Fonte: Autoria Própria

Finalmente, os professores entrevistados relataram uma queda significativa no rendimento escolar dos alunos mais dependentes de dispositivos móveis. Eles afirmaram que, além de prejudicar o foco nas aulas, o uso excessivo de celulares está afetando a participação dos estudantes em atividades em grupo e projetos colaborativos.

## 5 CONCLUSÕES

Com base nos resultados obtidos, conclui-se que a dependência digital está impactando negativamente o comportamento dos estudantes, especialmente em termos de desempenho acadêmico e socialização. A constante necessidade de estar conectado prejudica a capacidade de concentração e a interação social, fatores cruciais para o desenvolvimento educacional e emocional dos jovens.

Assim, é fundamental que pais, professores e escolas promovam a conscientização sobre o uso adequado dos celulares, criando estratégias para mitigar os efeitos negativos associados ao uso exagerado de dispositivos móveis. Algumas sugestões incluem a implementação de horários específicos para o uso do celular durante o dia escolar, atividades que incentivem a interação presencial e programas educativos que abordem os riscos da dependência digital. A tecnologia, quando utilizada de forma equilibrada, pode ser uma aliada no processo educacional, mas seu uso desmedido pode gerar consequências prejudiciais.

Por fim, este estudo contribui para o debate sobre os impactos da dependência digital entre estudantes, abrindo caminho para novas pesquisas que explorem possíveis soluções e estratégias de prevenção desse comportamento.



## REFERÊNCIAS

- BARBOSA, A. S. O impacto da pandemia no uso de tecnologias entre jovens. São Paulo: Editora Nova Era, 2020.
- CASTELLS, M. A sociedade em rede. 7. ed. São Paulo: Paz e Terra, 2012.
- LAKATOS, E. M.; MARCONI, M. A. Fundamentos de metodologia científica. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2010.
- OLIVEIRA, J. A. Ansiedade e dependência digital em adolescentes. Rio de Janeiro: Editora Ciência Moderna, 2021.
- PEREIRA, M. F. A influência das tecnologias no ambiente escolar. Porto Alegre: Editora Livre, 2020.
- SANTOS, M. R. Juventude e hiperconectividade: Desafios da era digital. Curitiba: Editora Sábia, 2020.
- SILVA, R. T. Tecnologia e comportamento: A nova geração. São Paulo: Editora Consciente, 2019.
- SOUZA, A. P. Dependência digital: Um estudo sobre a influência da tecnologia na saúde mental dos jovens. Brasília: Editora Saber, 2021.