



# IMPACTO DAS REDES SOCIAIS E TELAS NA SAÚDE MENTAL DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES.

GT - PROTEÇÃO DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES EM AMBIENTE DIGITAL.  
CÂMARA DOS DEPUTADOS.

CARLOS NASCIMENTO  
COORDENADOR DE NORMATIZAÇÃO  
COORDENAÇÃO-GERAL DE NORMATIZAÇÃO  
AGÊNCIA NACIONAL DE PROTEÇÃO DE DADOS - ANPD



# Uso problemático de redes sociais e telas.

Diferenças na avaliação do uso de redes sociais e telas.



- ✓ Promove a conexão social.
- ✓ Facilita o acesso a conteúdos educativos.
- ✓ Amplia oportunidades de engajamento e exercício da cidadania.
- ✓ Aumento da comparação social e da pressão por validação.
- ✓ Exposição a riscos, conteúdo inadequado e cyberbullying.
- ✓ Uso compulsivo, com afetação das relações sociais e familiares.



*Problematic use of internet:* o que é feito online importa mais do que o tempo online.

# Uso problemático de redes sociais e telas.

O que é feito online importa mais do que o tempo online?

*Unicef: evidências sobre o uso da Internet por crianças.*

- Quanto mais tempo uma criança ou adolescente frequenta o ambiente digital, mais habilidades desenvolve e mais atividades realiza, ampliando a exposição ao *risco*.
- Uma melhor *educação digital* e melhores habilidades de segurança podem ser associadas a um maior engajamento criança ou adolescente em atividades online arriscadas.
- Crianças e adolescentes que têm maior consciência do perigo se preocupam mais com sua privacidade e adotam um *comportamento* mais protetivo e seguro.

# Educação digital

O paradoxo da educação digital como fator para uma maior proteção.

- *EU Kids Online*: crianças e adolescentes com maior educação digital exploram melhor os recursos online, mas também se expõem mais a situações de risco, como compartilhar dados pessoais ou interagir com desconhecidos.
- *WHO Europe*: mesmo adolescentes habilidosos digitalmente estão expostos a riscos e frequentemente optam por estratégias individuais ou entre os amigos em vez de buscar apoio adulto, potencializando o risco.
- *European Comission*: competência digital  $\neq$  competência socioemocional. Mesmo com habilidades técnicas para se proteger, crianças e adolescentes podem continuar vulneráveis a conteúdos nocivos.

# Risco.

Baixa percepção do risco associada à maior exposição do risco.

- BRASIL: novos contextos de vulnerabilidade para crianças e adolescentes exigem uma maior percepção de risco relacionada ao contato com conteúdos nocivos e às interações online que afetam diretamente a saúde mental.
- *EU Kids Online*: crianças e adolescentes com menor percepção de risco são justamente os que mais relatam exposição a conteúdos nocivos, contatos online arriscados e compartilhamento de informações pessoais.

# Conclusões.

- Paradoxo da educação digital: mais habilidades técnicas favorecem exploração e podem elevar a exposição; competência digital não é sinônimo de competência socioemocional ou proteção automática.
- Percepção de risco  $\neq$  Alteração de conduta: consciência abstrata sozinha não induz comportamento protetivo; mediação (família/escola/serviços) e monitoramento dos contextos de uso são determinantes.
- Proteção no desenho dos serviços: reduzir mecanismos aditivos, reforçar privacidade por padrão para menores e controles de exposição a conteúdo nocivo, com transparência.

# OBRIGADO!

**CARLOS NASCIMENTO**

**COORDENADOR DE NORMATIZAÇÃO**

**COORDENAÇÃO-GERAL DE NORMATIZAÇÃO**

**AGÊNCIA NACIONAL DE PROTEÇÃO DE DADOS – ANPD**

‘

**GT – PROTEÇÃO DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES EM AMBIENTE DIGITAL.**

**CÂMARA DOS DEPUTADOS.**

**IMPACTO DAS REDES SOCIAIS E TELAS NA SAÚDE  
MENTAL DE CRIANÇAS  
E ADOLESCENTES.**



# Referências

UNITED NATIONS CHILDREN'S FUND (UNICEF). Investigating risks and opportunities for children in a digital world. Florence: UNICEF Office of Research - Innocenti, 2021. Disponível em: <https://www.unicef.org/innocenti/media/5621/file/UNICEF-Investigating-Risks-Opportunities-Children-Digital-World-2021.pdf>. Acesso em: 1 out. 2025.

SHANNON, Holly; BUSH, Katie; VILLENEUVE, Paul J.; HELLEMANS, Kim G. C.; GUIMOND, Synthia. *Problematic social media use in adolescents and young adults: systematic review and meta-analysis*. JMIR Mental Health, [S. l.], v. 9, n. 4, e33450, 14 abr. 2022. DOI: <https://doi.org/10.2196/33450>. Disponível em: <https://mental.jmir.org/2022/4/e33450>. Acesso em: 1 out. 2025.

LIVINGSTONE, Sonia; HADDON, Leslie; GÖRZIG, Anke; ÓLAFSSON, Kjartan. *Risks and safety on the internet: the perspective of European children. Full findings and policy implications from the EU Kids Online survey of 9-16 year olds and their parents in 25 countries*. London: EU Kids Online, LSE, 2011. Disponível em: <https://eprints.lse.ac.uk/45490/1/EU%20Kids%20Online%20final%20report%202011%28lsero%29.pdf>. Acesso em: 1 out. 2025.

EUROPEAN COMMISSION. Joint Research Centre. *Social media use and adolescents' mental health and well-being: An umbrella review*. Luxembourg: Publications Office of the European Union, 2023. Disponível em: <https://pdf.sciencedirectassets.com/776616/1-s2.0-S2451958824X00020/1-s2.0-S245195882400037X/main.pdf>. Acesso em: 1 out. 2025.

# Referências

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Regional Office for Europe. Spotlight on adolescent health and well-being: Findings from the 2017/2018 Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) survey in Europe and Canada – International report. Volume 2: Key data. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe, 2022. Disponível em: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/332091/9789289055000-eng.pdf>. Acesso em: 1 out. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde; ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE (OPAS); FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ (Fiocruz). Relatório final — Seminário Internacional de Saúde Mental: Crianças, adolescentes e jovens: Saúde mental, redes e desafios atuais. Brasília: Ministério da Saúde, 2025. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/relatorios/2025/relatorio-final-seminario-internacional-de-saude-mental.pdf>. Acesso em: 1 out. 2025.