

A INFLUÊNCIA DAS MÍDIAS SOCIAIS NO DESEMPENHO ESCOLAR: Um Estudo no Instituto Estadual de Educação de Juiz de Fora

Matheus Augusto Pereira Leôncio¹
Centro Universitário Academia, Juiz de Fora, MG
Patrícia Lima de Paula²
Centro Universitário Academia, Juiz de Fora, MG

Linha de Pesquisa: Educação

RESUMO

O uso de redes sociais online tem se tornado uma parte integral da vida dos adolescentes, com evidências sugerindo que essas plataformas podem satisfazer necessidades fundamentais para o desenvolvimento dessa faixa etária. Estudos indicam que o tempo dedicado a redes sociais e aplicativos de mensagens está associado a um desempenho escolar inferior e a problemas de sono. O fenômeno do uso indiscriminado de smartphones entre jovens tem sido amplamente discutido. A pesquisa realizada em uma escola pública em Juiz de Fora-MG investiga a relação entre o tempo gasto online e o desempenho escolar de 105 alunos do ensino médio. Os dados revelam que a maioria dos alunos acessa a internet diariamente, com um uso predominante de redes sociais, enquanto poucos a utilizam para estudos. Os alunos apresentam facilidade em Ciências Humanas, mas enfrentam dificuldades em Matemática, refletindo uma tendência observada em avaliações externas. Embora muitos estudantes reconheçam que o tempo online afeta seu desempenho, uma parte significativa acredita que consegue equilibrar suas responsabilidades escolares com o uso das redes sociais. A pesquisa sugere que o uso excessivo dessas plataformas pode prejudicar a concentração e a produtividade, impactando negativamente o aprendizado e a progressão escolar. A necessidade de compreender essa relação se torna evidente, especialmente em um contexto onde a educação é fundamental para o desenvolvimento dos jovens.

Palavras-chave: Redes sociais. Desempenho escolar. Adolescentes. Internet. Educação.

¹ Discente do Curso de Ciências Biológicas do Centro Universitário Academia – UniAcademia. Endereço: Rua Amadeu Guimarães, 518- Vila ideal. Celular: 32 99121-9084 E-mail: matheusleonio2226@gmail.com

² Docente do Curso de Ciências Biológicas do Centro Universitário Academia – UniAcademia. Orientadora.

1 INTRODUÇÃO

As redes sociais online têm desempenhado um papel significativo na vida cotidiana dos adolescentes. Apesar de alguns estudos destacarem os benefícios dessas plataformas para os jovens, é essencial compreender seu papel, especialmente no contexto escolar (Evers *et al.*, 2020).

Os adolescentes estão cada vez mais imersos em ambientes virtuais, que desempenham um papel essencial em seu desenvolvimento. O uso da internet entre essa faixa etária experimentou um notável aumento ao longo da última década, com as diversas funcionalidades online se tornando parte integrante de suas rotinas diárias. Com a ampliação do acesso digital, surgem evidências que sugerem que a utilização da internet pode suprir várias necessidades cruciais para o crescimento e amadurecimento dos jovens. Os adolescentes adotam as novas tecnologias como ferramentas para estabelecer e manter conexões interpessoais significativas, bem como para explorar aspectos fundamentais de sua identidade, sexualidade e intimidade (Borca *et al.*, 2015).

Investigar se há uma relação entre o tempo dedicado às redes sociais e o desempenho escolar pode oferecer *insights* valiosos para educadores, pais e alunos. Essa análise pode também orientar o desenvolvimento de estratégias que integrem essas ferramentas tecnológicas de maneira eficaz ao processo educativo dos estudantes (Evers *et al.*, 2020).

No âmbito legislativo, o Artigo 208 da Constituição Federal do Brasil estabelece o direito à educação como um dos pilares essenciais da sociedade. Este direito não apenas abrange o acesso ao ensino, mas também a garantia de que esse acesso seja efetivo, o que implica em um ambiente propício para a aprendizagem (Brasil, 1988). Nesse sentido, os pais desempenham um papel fundamental não só na construção de conhecimento, mas também na identificação e mitigação de fatores externos que possam prejudicar a educação dos seus filhos (Lins *et al.*, 2015).

Dados do censo escolar de 2023 revelam que 91,9% da população de 15 a 17 anos frequentam a escola, com um aumento para 94,3% quando considerados os alunos que já concluíram o ensino médio e não estão na educação superior. Além disso, a taxa

de frequência líquida à escola ajustada nessa faixa etária foi de 75,0% em 2023, indicando uma tendência significativa de crescimento na escolaridade entre jovens dessa idade (Inep, 2023).

Estudos conduzidos nos últimos 10 anos, têm mostrado que o extenso tempo dedicado a redes sociais e aplicativos de mensagens instantâneas está associado não apenas a um desempenho escolar inferior (Doleck; Lajoie, 2017), mas também a problemas de sono a esses estudantes (Evers, 2020). O fenômeno do uso indiscriminado de smartphones entre crianças e adolescentes está se tornando cada vez mais comum. Na literatura científica, esse comportamento é descrito de várias maneiras, incluindo vício, uso excessivo, uso compulsivo e uso compensatório (Przepiorka *et al.*, 2021).

O objetivo deste trabalho foi investigar a relação entre o uso de mídias sociais e o desempenho escolar, bem como outras variáveis relevantes, utilizando dados de uma amostra de adolescentes matriculados em uma escola pública em Juiz de Fora. As pesquisas anteriores têm se concentrado principalmente na relação entre mídias sociais, esgotamento escolar e desempenho entre adolescentes, utilizando predominantemente dados transversais. Para agregar esses dados na literatura, este estudo busca contribuir para uma compreensão mais abrangente do impacto das mídias sociais na vida escolar dos jovens.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

A prevalência de adolescentes com mais de 9 anos de idade nas redes sociais vem atraindo o interesse de investigadores educacionais (Hu; Yu, 2021), principalmente nessa era pós pandêmica onde o mundo digital ficou ainda mais difundido na vida humana, se tornando ferramenta normal no cotidiano das pessoas (Oliveira; Santos, 2022).

Analisando dados do censo escolar de 2023 podemos observar possíveis influências nas taxas de repetência. Portanto, é essencial considerar o impacto negativo das redes sociais no ambiente educacional. A análise dessas plataformas pode revelar

padrões de comportamento dos alunos, bem como fatores externos que podem afetar seu desempenho escolar. Portanto, ao avaliar o índice de repetência no ensino fundamental (2,3%) e no ensino médio (3,9%), no Brasil (2020/2021), torna-se relevante explorar como o uso das redes sociais pode estar relacionado a esses números (Inep, 2023).

De acordo com um estudo realizado pela Universidade de Stanford, na Califórnia (2019), a exposição prolongada às redes sociais tem sido associada a um impacto significativo na concentração e na atenção dos estudantes. Os resultados da pesquisa revelaram que a prática generalizada de multitarefa mediática, que envolve alternar entre várias plataformas digitais, está se tornando cada vez mais comum entre os jovens, com aproximadamente 29% do tempo gasto com mídias envolvendo multitarefa. O estudo demonstrou que os estudantes que se envolvem em multitarefa de mídia pesada tendem a apresentar um desempenho cognitivo inferior em tarefas que exigem atenção sustentada, memória de trabalho e controle inibitório (Madore; Wagner, 2019).

As interações nas redes sociais têm um impacto significativo no bem-estar emocional e social dos adolescentes. O uso frequente da internet pode levar a conflitos familiares, relacionamentos superficiais e problemas de saúde mental, como ansiedade e depressão. Os jovens estão cada vez mais envolvidos em um ambiente online onde buscam validação através de likes e comentários, mas também estão sujeitos a formas de **bullying** virtual e agressões verbais que podem ter consequências graves. Dessa forma, as redes sociais estão moldando significativamente a vida dos adolescentes, às vezes à custa de interações sociais reais (Souza; Cunha, 2019).

No contexto pedagógico, a complexidade dessas interações e o processo comunicativo online têm sido objeto de debate quanto ao potencial dessas plataformas como ferramentas educacionais, visando aprimorar seu uso no contexto do ensino-aprendizagem (Lima; Costa; Pinheiro, 2021).

Essa abordagem está alinhada com a Base Nacional Comum Curricular (BNCC), um documento normativo que direciona a elaboração de currículos, estabelecendo um conjunto de aprendizagens que cada aluno deve desenvolver ao longo da Educação

Básica. A imersão na era tecnológica e a promoção de conhecimentos que integrem o aluno a esses recursos são validadas pela BNCC, que estabelece como uma das competências gerais para a Educação Básica a capacidade de utilizar de forma crítica e seletiva as tecnologias digitais e as mídias para comunicação, informação, colaboração e aprendizado (Lima; Silva; Loureiro, 2020).

As redes sociais oferecem diversas oportunidades, delineadas pelos objetivos estabelecidos pelos professores em seus planos de ensino, sendo fundamental considerá-las não apenas como meios de entretenimento, mas também como fontes de conhecimento e espaços para debates educacionais (Araújo, 2018).

Ao analisar as referências apresentadas, é evidente que existe uma necessidade premente de compreender a relação entre o tempo dedicado às redes sociais e o desempenho escolar dos adolescentes. Pesquisas anteriores indicam uma variedade de possíveis efeitos do uso excessivo das mídias sociais, incluindo impactos negativos na concentração, atenção e até mesmo no bem-estar emocional dos adolescentes. Existe uma clara indicação de que o tempo dedicado online pode adversamente afetar o desempenho escolar, suscitando preocupações válidas sobre como essas plataformas estão influenciando a experiência educacional dos adolescentes (Lin; Mastrokoulou; Longbardi, 2023).

Ao planejar e conduzir essa pesquisa, foi crucial considerar as descobertas anteriores e buscar compreender mais profundamente como a utilização da internet, e principalmente de aparelhos móveis podem influenciar o desempenho escolar dos adolescentes em nosso contexto específico.

3 METODOLOGIA

A pesquisa foi realizada no Instituto Estadual de Educação de Juiz de Fora, uma instituição com uma rica história, inaugurada como Colégio Normal em 1930. Este colégio foi pioneiro na formação de professores na região, contribuindo significativamente para a educação pública ao longo dos anos. A escolha do Instituto se deu por ser uma escola

pública que recebe alunos de diversos bairros, devido à sua localização central, facilitando o acesso para estudantes de diferentes contextos sociais. Essa diversidade na população estudantil proporciona um panorama abrangente para a pesquisa.

Para investigar a relação entre o tempo gasto online e o desempenho escolar, foi obtida a aprovação ética (CAAE n. 80829224.4.0000.5089) do comitê de ética da universidade vinculada ao pesquisador. A escola foi contatada por meio de informações públicas e pela rede social pessoal do pesquisador e da orientadora.

A amostra foi composta por 105 alunos do ensino médio, sendo 56% do sexo masculino e 44% do sexo feminino, distribuídos em 6 turmas: duas de 1º ano (44 alunos), duas de 2º ano (31 alunos) e duas de 3º ano (30 alunos). O pesquisador não interferiu na escolha das turmas, deixando essa decisão a critério das supervisoras, o que reflete o universo de uma escola pública.

Antes da coleta de dados, os alunos assinaram o Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE) para participação. A coleta foi realizada em sala de aula, conduzida pelo pesquisador, no mês de outubro de 2024, com instruções padrões fornecidas. Os participantes foram informados de que poderiam optar por não participar do estudo e que suas respostas seriam utilizadas apenas para fins de pesquisa, garantindo a privacidade das informações pessoais. Todos os princípios éticos aplicáveis foram rigorosamente seguidos.

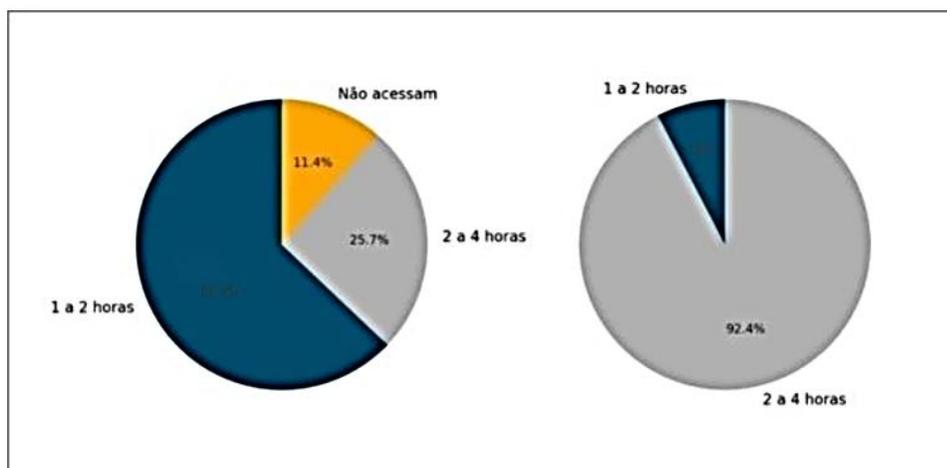
A metodologia adotada incluiu análise qualitativa, relacionando os dados obtidos para verificar se existia uma relação entre o tempo gasto online e o rendimento escolar a partir da percepção dos alunos.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Após análises qualitativas realizadas, percebeu-se que todos os alunos acessam a internet diariamente. Entre eles, 66 alunos (62,9%) dedicam de 1 a 2 horas de acesso durante o horário escolar, enquanto 27 alunos (25,7%) acessam por 2 a 4 horas. Apenas 12 alunos (11,4%) afirmam não acessar a internet nesse período. Fora do horário escolar,

a situação se agrava, com 97 alunos (92,4%) acessando a internet por 2 a 4 horas, podendo indicar uma forte dependência da internet, conforme apontado por Schmidek (2018). Os 8 alunos restantes (7,6%) alegam acessar a internet fora da escola apenas 1 a 2 horas por dia (GRÁFICO 1).

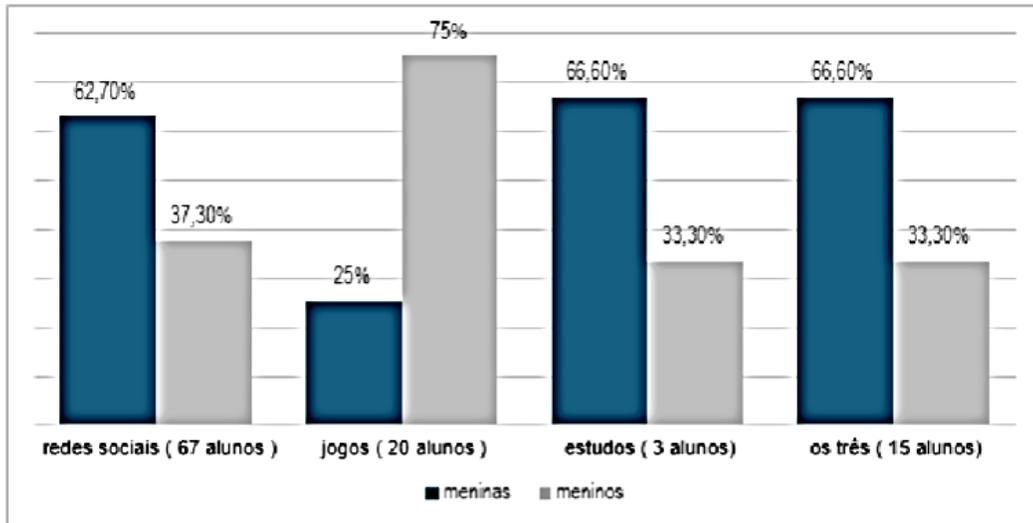
GRÁFICO 1: Tempo gasto online dentro (esquerda) e fora (direita) do horário escolar.



Fonte: Do autor, 2024

Observa-se a predominância do uso das redes sociais, com 67 alunos (63,8%) afirmando que acessam mais essas plataformas ao realizarem atividades online. Essa prática é mais comum entre as meninas, que totalizam 42 desse grupo (62,7%). Somente 20 alunos (19,0%) dedicam mais seu tempo online com jogos, a maioria sendo meninos (75%). No ensino médio, apenas 3 alunos (2,9%) utilizam a internet principalmente para estudar, o que sugere uma relação preocupante entre o tempo gasto online e a produtividade escolar. 15 alunos (14,2%) alegaram conseguir dividir bem o tempo online em jogos, redes sociais e estudos (GRÁFICO 2).

GRÁFICO 2: Atividades online frequentes entre os alunos.

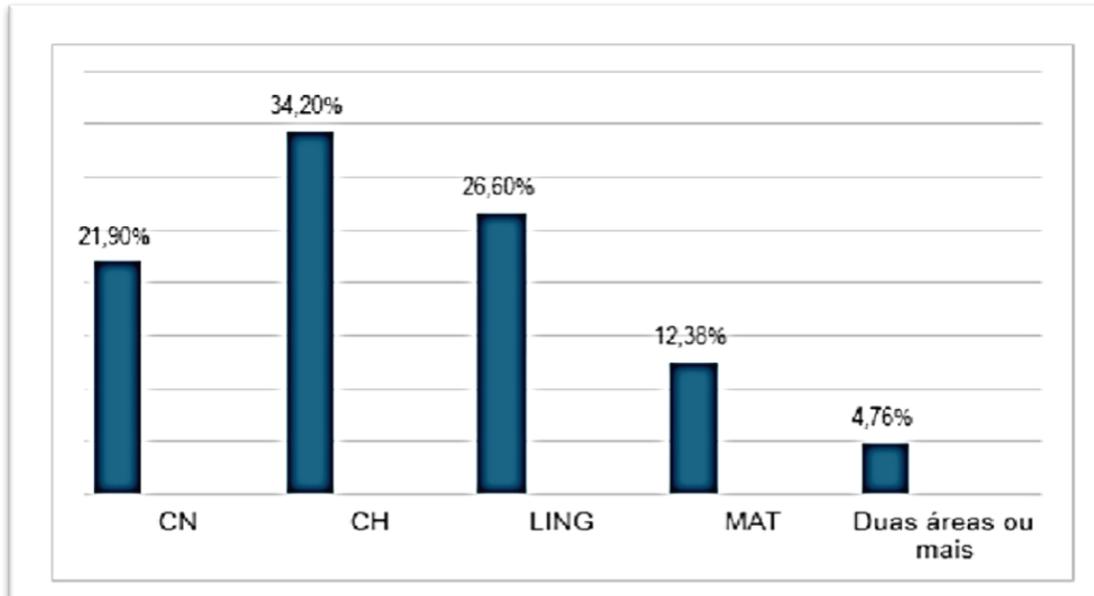


Fonte: Do autor, 2024

Os alunos apresentam percepções variadas sobre suas facilidades e dificuldades nas disciplinas. A maioria relata maior facilidade em Ciências Humanas e suas Tecnologias (36 alunos, 34,2%) (GRÁFICO 3), e dificuldades significativas em Matemática e suas Tecnologias, com 67 alunos (67,7%), o que impõem essa área como a mais desafiadora (GRÁFICO 4). No gráfico abaixo, a disciplina de Ciências da Natureza e suas Tecnologias foi referida como CN, a disciplina de Matemática e suas Tecnologias foi abreviada como MAT, Ciências humanas e suas Tecnologias como CH, enquanto Linguagens e suas Tecnologias foi abreviada como LING.

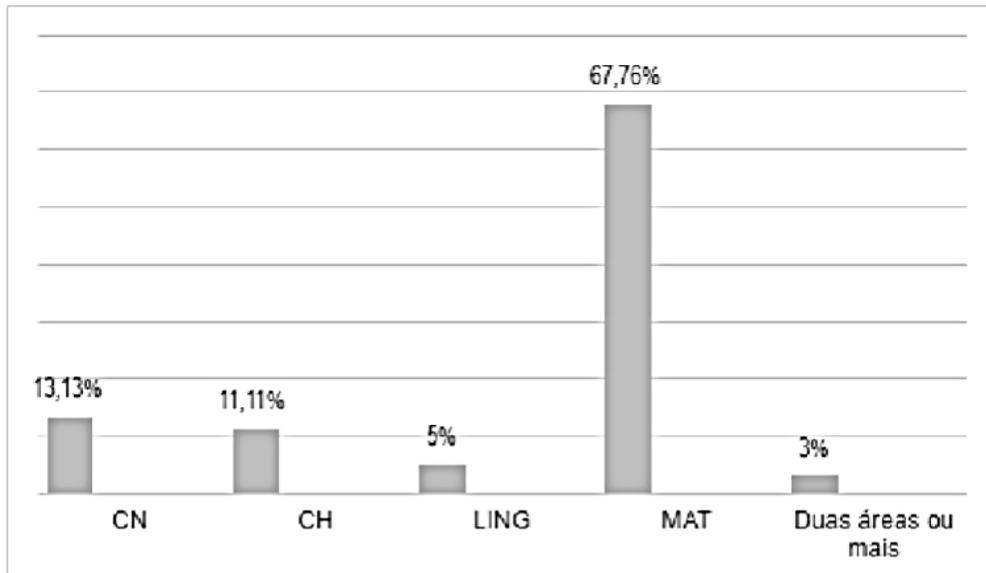


GRÁFICO 3: Áreas de maior facilidade de aprendizado entre os alunos.



Fonte: Do autor, 2024

GRÁFICO 4: Áreas de maior dificuldade de aprendizado entre os alunos.



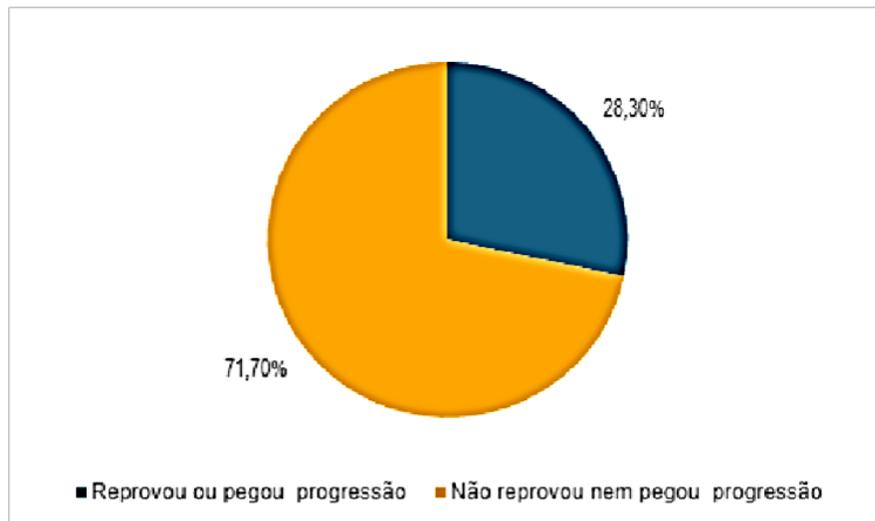
Fonte: Do autor, 2024

Essas percepções estão alinhadas com os últimos resultados das avaliações

externas do Programa de Avaliação da Rede Pública de Educação Básica (Proeb), que destacam uma estagnação na proficiência média dos alunos do 3º ano, mantendo-se entre 246 nos anos de 2021 e 2023 e caindo para 237 em 2022. Esse desempenho, que permanece abaixo do nível básico, evidencia uma recuperação insuficiente após a queda de 2022 e reforça a necessidade de atenção pedagógica, especialmente em Matemática. Os alunos do Ensino Fundamental e Médio do Instituto Estadual de Educação de Juiz de Fora, em particular, apresentaram dificuldades nas competências matemáticas em relação às demais disciplinas, o que enfatiza a importância de intervenções focadas nessa área para o aprimoramento do rendimento acadêmico (Minas Gerais, 2023).

Em relação à progressão escolar, 71 alunos (71,7%) não enfrentaram problemas, enquanto 28 alunos (28,3%) relataram reprovação ou progressão. Esses dados sugerem uma hipótese sobre o impacto do uso excessivo das mídias sociais no desempenho escolar, especialmente (GRÁFICO 5).

GRÁFICO 5: Situação da progressão escolar dos alunos.

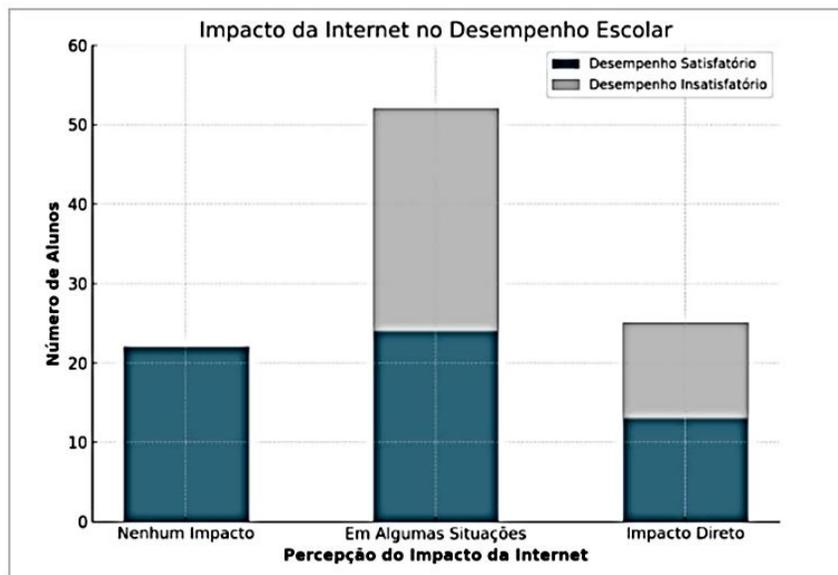


Fonte: Do autor, 2024

A percepção sobre o impacto do tempo online no rendimento escolar é ambígua. Embora 52 alunos (52,5%) acreditem que o tempo gasto online afeta seu desempenho

em algumas ocasiões, 25 alunos (25,2%) afirmam que isso ocorre de maneira mais direta. Relacionando esses dados, 40 alunos dentro desses 77 que acreditam que o tempo online impacta seu rendimento escolar pelo menos em algumas circunstâncias, avaliaram seu desempenho no ano passado como baixo ou que poderia ter sido melhor. O restante dos alunos (22,2%) alegou que o tempo gasto online por eles não afeta seu rendimento escolar (GRÁFICO 6).

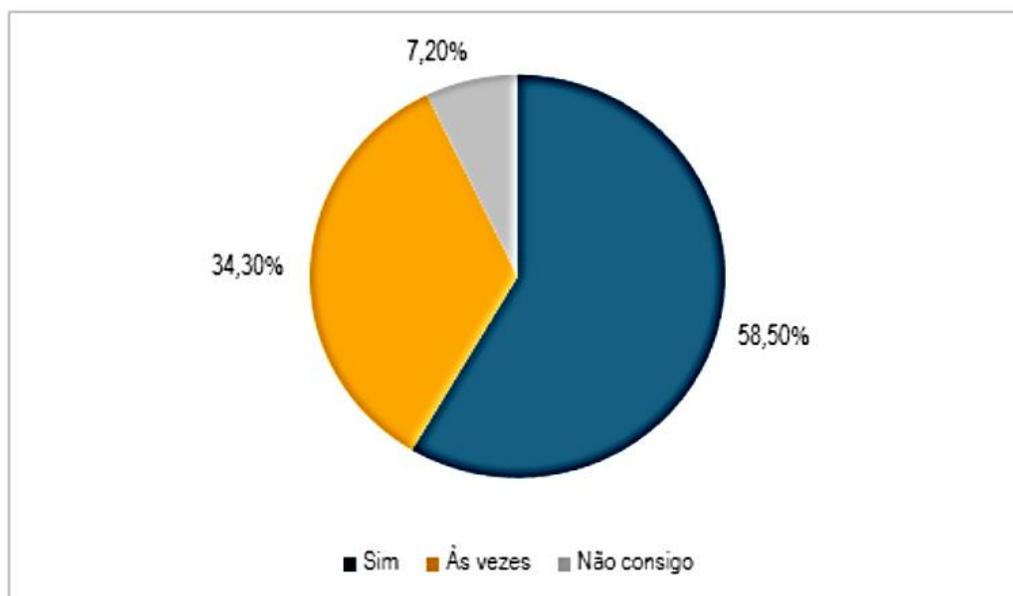
GRÁFICO 6: Impacto da internet no desempenho escolar.



Fonte: O autor

Um aspecto positivo é que 58 alunos (58,5%) acreditam conseguir equilibrar seu tempo online com suas responsabilidades, já 34 alunos (34,3%) afirmam que às vezes têm alguma dificuldade, enquanto 7 alunos (7,2%) indicam dificuldades significantes nesse equilíbrio (GRÁFICO 7).

GRÁFICO 7: Equilíbrio entre tempo e responsabilidade dos alunos.



Fonte: Do autor, 2024

Os resultados dessa presente pesquisa destacam o impacto significativo do uso de redes sociais no desempenho escolar dos adolescentes, corroborando achados anteriores da literatura. Em um cenário onde 63,8% dos alunos afirmam acessar mais redes sociais durante suas atividades online, há uma relação clara entre o tempo gasto nessas plataformas e o desempenho escolar, como abordado por Doleck e Lajoie (2017). Entre os estudantes que reconhecem o impacto do acesso à internet no seu rendimento, 40 indicaram que seu desempenho poderia ter sido melhor no ano anterior. Isso vai ao encontro dos estudos que mostram que o uso excessivo da internet, particularmente em atividades não relacionadas aos estudos, pode afetar a concentração e a produtividade dos jovens (Madore; Wagner, 2019).

Estudos relatam que a fadiga das mídias sociais vem servindo como um gatilho significativo não só para ansiedade e depressão em usuários, mas também para um desempenho escolar e profissional mais baixo. Durante a pandemia da COVID-19, a fadiga das mídias sociais atraiu bastante a atenção de acadêmicos (Li *et al.*, 2024). Esse fenômeno, amplamente observado durante a pandemia, pode ter contribuído para o

aumento das dificuldades relatadas pelos estudantes, uma vez que o uso prolongado e intensivo dessas plataformas passou a ser a principal forma de interação e lazer.

A pesquisa revelou que 67,7% dos alunos enfrentam dificuldades em disciplinas como Matemática, o que é preocupante, especialmente quando relacionado ao uso excessivo das mídias sociais. Estudos, como o de Madore e Wagner (2019), indicam que a multitarefa digital, prática comum entre adolescentes que alternam entre várias plataformas ao longo do dia, prejudica funções cognitivas importantes, como a memória de trabalho e a atenção sustentada. Isso pode, ao menos em parte, explicar as dificuldades dos alunos em acompanhar matérias que exigem maior concentração, como a Matemática.

Pesquisas realizadas na Polônia por Pawłowska e Potembska indicam que 3% dos adolescentes entre 13 e 24 anos atendiam aos critérios de dependência de celular, enquanto 35% dos jovens avaliados estavam em um grupo de risco para desenvolver essa dependência (Pawłowska; Potembska, 2011 *apud* Przepiorka *et al.*, 2021). Esses dados são alarmantes, pois sugerem que uma parcela considerável de jovens pode estar vulnerável a problemas decorrentes do uso excessivo de dispositivos móveis, o que pode interferir em suas rotinas diárias, incluindo o desempenho escolar.

Os dados do Proeb mostram que a proficiência média dos alunos do 3º ano permanece estagnada entre 246 (2021 e 2023) e 237 (2022), ainda abaixo do nível básico. Mesmo com uma leve recuperação após 2022, o desempenho escolar não apresenta evolução significativa (Minas Gerais, 2023).

Com base na pesquisa realizada, no qual 28,3% dos alunos relataram dificuldades de progressão escolar e a maioria usa a internet predominantemente para lazer, pode-se levantar a hipótese de que o tempo excessivo em redes sociais e outras atividades online de entretenimento está afetando o aprendizado, contribuindo para os baixos índices de proficiência observados.

Embora os alunos demonstrem uma forte presença nas redes sociais, a maioria relata uma percepção de equilíbrio entre o tempo gasto online e suas responsabilidades escolares. Dos alunos pesquisados, 58,5% afirmam conseguir gerenciar bem seu tempo

online em relação aos estudos, enquanto uma parcela menor (7%) indicou dificuldades significantes. Esses dados sugerem que, para a maioria, o uso das mídias sociais e de outros meios tecnológicos online não é percebido como um obstáculo direto ao desempenho escolar, mas a relação entre o uso excessivo de redes sociais e o desempenho escolar inferior merece atenção.

Ainda que os impactos emocionais e de saúde mental não tenham sido explorados em profundidade nesta pesquisa, conforme apontado por Souza e Cunha (2019), os resultados indicam que o tempo online pode influenciar, de forma indireta, a produtividade e o foco dos alunos. Isso reforça a importância de investigações futuras sobre como o equilíbrio entre o tempo online e as demandas pode afetar o sucesso escolar dos jovens.

Embora o acesso à internet seja presente entre os alunos, com 92,4% deles utilizando-a por pelo menos 2 a 4 horas fora do horário escolar, o uso predominante ainda está voltado para atividades de lazer, como redes sociais e jogos. Apenas 2,9% dos alunos afirmaram utilizar a internet principalmente para estudar, evidenciando uma lacuna significativa entre o potencial educativo da tecnologia e seu uso real. Isso reforça a necessidade de explorar maneiras de integrar as mídias digitais ao processo educativo, conforme propõem Lima, Costa e Pinheiro (2021) e os princípios estabelecidos na BNCC. A utilização das tecnologias digitais no contexto escolar deve ser mais do que um meio de entretenimento, sendo necessário que os professores e gestores escolares criem estratégias pedagógicas que incentivem o uso crítico e produtivo dessas ferramentas.

Os dados do Censo Escolar de 2023 indicam que 91,9% dos adolescentes entre 15 e 17 anos estão regularmente matriculados na escola, porém, a taxa de reprovação no ensino médio permanece significativa em 3,9% (Inep, 2023). No presente estudo, observamos que 71,7% dos alunos não relataram dificuldades de progressão escolar, enquanto 28,3% indicaram problemas de reprovação ou progressão parcial. Esses dados revelam que, apesar de uma maioria esteja conseguindo manter seu desempenho, uma parcela significativa ainda enfrenta desafios.

Embora o acesso à internet tenha crescido consideravelmente nos últimos anos, há uma necessidade urgente de compreender como esse acesso influencia o

desempenho escolar e quais estratégias podem ser implementadas para mitigar os efeitos negativos, conforme sugerido por Evers *et al.*, (2020).

Uma hipótese a ser considerada é que o uso excessivo das redes sociais e de outras ferramentas online e a baixa dedicação ao estudo podem estar contribuindo para os índices de reprovação e as dificuldades de progressão relatadas por alguns alunos. Essa relação sugere a importância de investigar mais a fundo como o tempo gasto em atividades de lazer digital pode impactar o desempenho escolar e repetência.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante dos dados apresentados, sugere-se que o uso internet, principalmente das redes sociais, pode estar exercendo uma influência significativa sobre o desempenho escolar dos adolescentes. Embora as mídias digitais ofereçam oportunidades valiosas para o aprendizado e a comunicação, é necessário um equilíbrio cuidadoso entre o tempo online e as responsabilidades escolares. A presente pesquisa contribui para o sustento da hipótese de uma possível dependência crescente da internet, com a maioria dos alunos gastando mais tempo em atividades de lazer do que em estudos.

Essa realidade ressalta a importância de os educadores e pais estarem atentos ao uso das mídias digitais pelos adolescentes. Estratégias que promovam o uso consciente e produtivo da internet no contexto educacional, como sugere a BNCC, são fundamentais para reverter essa tendência e garantir que as redes sociais possam ser usadas de forma a beneficiar, e não prejudicar, o desempenho escolar dos jovens.

ABSTRACT

The use of online social media has become an integral part of adolescents' lives, with evidence suggesting that these platforms can fulfill fundamental needs for the development of this age group. Studies indicate that the time dedicated to social media and messaging apps is associated with lower academic performance and sleep problems. The phenomenon of problematic smartphone use among young people has been widely discussed. Research conducted at a public school in Juiz de Fora-MG investigates the relation between time spent online and the academic performance of 105 high school students. The data reveal that most students access

the internet daily, with a predominant use of social media, while few use it for studying. Students show an aptitude in Humanities but face difficulties in Mathematics, reflecting a trend observed in external assessments. Although many students acknowledge that online time affects their performance, a significant portion believes they can balance their academic responsibilities with social media use. The research suggests that excessive use of these platforms may impair concentration and productivity, negatively impacting learning and academic progression. The need to understand this relationship becomes evident, especially in a context where education is fundamental for youth development.

Keywords: Social networks. School performance. Adolescents. Internet. Education.

REFERÊNCIAS

ARAUJO, Robson Victor. O uso de redes sociais como prática no ensino de história. **Jamaxi**, São Paulo v. 2, n. 1, Mar. 2018. Disponível em: <https://periodicos.ufac.br/index.php/jamaxi/article/view/1721>. Acesso em: 27 jul. 2024.

BORCA, Gabriella *et al.* Internet use and developmental tasks: Adolescents' point of view. **Computers in Human Behavior**, Amsterdã, v. 52, p. 49-58, Nov. 2015. DOI 10.1016/j.chb.2015.05.029. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0747563215004008>. Acesso em 10 jun. 2024.

BRASIL. Constituição (1988). **Constituição da República Federativa do Brasil**. Brasília, DF: Senado Federal, 1988. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/Constituicao/Constituicao.htm. Acesso em: 02 nov. 2024.

DOLECK, Tenzin; LAJOIE, Susanne. Social networking and academic performance: A review. **Education and Information Technologies**, Nova York, v. 23, p. 435-465, Jan. 2018. DOI 10.1007/s10639-017-9612-3. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.1007/s10639-017-9612-3#citeas>. Acesso em: 10 mar. 2024.

EVERS, Katerina *et al.* Investigating the relation among disturbed sleep due to social media use, school burnout, and academic performance. **Journal of Adolescence**, Hoboken, v. 84, n.1, p. 156-164, Set. 2020. DOI 10.1016/j.adolescence.2020.08.011. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0140197120301391>. Acesso em: 3 mar. 2024.

HU, Jie; YU, Rushi. The effects of ICT-based social media on adolescents' digital reading performance: A longitudinal study of PISA 2009, PISA 2012, PISA 2015 and PISA 2018. **Computers & Education**, Amsterdã, v. 175, p. 104342, Dez. 2021. DOI 10.1016/j.compedu.2021.104342. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0360131521002190>. Acesso em: 6 mar. 2024.

INSTITUTO NACIONAL DE ESTUDOS E PESQUISAS EDUCACIONAIS ANÍSIO TEIXEIRA (INEP). **Censo Escolar, 2023**. Brasília: MEC, 2023.

LI, Kai *et al.* Mechanism study of social media overload on health self-efficacy and anxiety. **Heliyon**, Amsterdã, v. 10, n. 1, Jan. 2024. DOI 10.1016/j.heliyon. 2023.e23326. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2405844023105342>. Acesso em: 6 mar. 2024.

LIMA, Luciana de; SILVA, Danielle Gonzaga da; LOUREIRO, Robson Carlos. Redes sociais e docência: um estudo sobre a integração da rede social Instagram no contexto escolar. **Humanidades e Tecnologia (FINOM)**, Minas Gerais, v. 26, n. 1, p. 128-148, Jul/Set. 2020. Disponível em: https://revistas.icesp.br/index.php/FINOM_Humanidade_Tecnologia/article/view/1324/968. Acesso em: 27 jul. 2024.

LIMA, Simone Gabriely da Silva; COSTA, Arlene Santos; PINHEIRO, Marcus Túlio de Freitas. Redes sociais na educação: desdobramentos contemporâneos diante de contextos tecnológicos. **Brazilian Journal of Development**, São Paulo, v. 7, n. 4, p. 42341-42357, Set. 2021. DOI 10.34117/bjdv7n4-616. Disponível em: <https://doi.org/10.34117/bjdv7n4-616>. Acesso em: 26 ago. 2024.

LIN, Shanyan; MASTROKOUKOU, Sofia; LONGOBARDI, Claudio. Social relationships and social media addiction among adolescents: Variable-centered and person-centered approaches. **Computers in Human Behavior**, Amsterdã, v. 147, p. 107840, Out. 2023. DOI 10.1016/j.heliyon. 2023.e23326. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2405844023105342>. Acesso em: 6 mar. 2024.

LINS, Zoraide Margaret Bezerra *et al.* O papel dos pais e as influências externas na educação dos filhos. **Revista da SPAGESP**, Ribeirão Preto, v. 16, n. 1, p. 43-59, Jan. 2015. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-29702015000100005. Acesso em: 25 set. 2024.

MADORE, Kevin P.; WAGNER, Anthony D. Multicosts of multitasking. **Cerebrum: the Dana forum on brain science**. Dana Foundation, Nova York, Abr. 2019. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7075496/>. Acesso em: 25 set. 2024.

MINAS GERAIS. Secretaria de Estado de Educação. **Resultados do Programa de Avaliação da Educação Básica (PROEB)**. Belo Horizonte, 2023. Disponível em: <https://simave.educacao.mg.gov.br/#!/pagina-inicial>. Acesso em: 20 Out. 2024.

OLIVEIRA, Mário Eduardo Coutinho de; SANTOS, Sônia Regina Mendes dos. Uso das tecnologias digitais na educação em tempos de pandemia: consequências de uma interação forçada com o mundo digital. **Humanidades & Inovação**, v. 9, n. 10, p. 230-242, Ago. 2022. Disponível em: <https://revista.unitins.br/index.php/humanidadesinovacao/article/view/6582>. Acesso em: 13 Set. 2024.

PRZEPIORKA, Aneta *et al.* Social anxiety and social skills via problematic smartphone use for predicting somatic symptoms and academic performance at primary school. **Computers & Education**, Amsterdã, v.173, p.104286, Jul. 2021. DOI 10.1016/j.compedu.2021.104286. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0360131521001639>. Acesso em 3 mar. 2024.

SCHMIDEK, Helena Cristina Medeiros Vieira *et al.* Dependência de internet e transtorno de déficit de atenção com hiperatividade (TDAH): revisão integrativa. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, São Paulo, v. 67, p. 126-134, Abr/Jun 2018. DOI 10.1590/0047-2085000000195. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000195>. Acesso em: 14 out. 2024.

SOUZA, Karlla; CUNHA, Mônica Ximenes Carneiro da. Impactos do uso das redes sociais virtuais na saúde mental dos adolescentes: uma revisão sistemática da literatura. **Revista Educação, Psicologia e Interfaces**, Vitória v. 3, n. 3, p. 204-2017, Set/Dez. 2019. DOI 10.37444/issn-2594-5343.v3i3.156. Disponível em: <https://educacaoepsicologia.emnuvens.com.br/edupsi/article/view/156>. Acesso em: 10 jun. 2024.



APÊNDICES

A influência da mídia social no desempenho escolar

Questionário:

Nome: _____

Sexo: Masculino Feminino Outro

1. Com que frequência você acessa a internet?

Todos os dias 2 a 5 dias na semana Menos de dois dias na semana

2. Quanto tempo você gasta online dentro do horário escolar?

1 ou 2 horas 2 a 4 horas Nenhuma hora

3. Quanto tempo você gasta online fora do horário escolar?

1 ou 2 horas 2 a 4 horas Nenhuma hora

4. Quais atividades online você mais realiza?

Redes sociais Jogos Estudos Nenhuma

5. Quais áreas você tem mais facilidade de aprendizagem?

Ciências da Natureza e suas Tecnologias
 Ciências Humanas e Sociais Aplicadas
 Linguagens e suas Tecnologias (artes, educação física e LP)
 Matemática e suas Tecnologias

6. E em quais tem mais dificuldade de aprendizagem?

Ciências da Natureza e suas Tecnologias
 Ciências Humanas e Sociais Aplicadas
 Linguagens e suas Tecnologias (artes, educação física e LP)
 Matemática e suas Tecnologias

7. Reprovou ou pegou progressão (dependência) no ano passado?

Sim Não

Quais disciplinas?

8. Como você avalia seu desempenho acadêmico no ano passado?

Bom Podia ser melhor Baixo

9. Você acredita que o tempo gasto online afeta seu rendimento escolar?

Sim Às vezes Não afeta

10. Você consegue equilibrar seu tempo online com suas responsabilidades?

Sim Às vezes Não consigo