

A CONTRIBUIÇÃO DA CULTURA DIGITAL EM PROCESSOS DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE NA ESCOLA

¹Neilia Gomes da Silva Braga, ²Giovanna da Silva & ³Cristina Zukowsky-Tavares

RESUMO

Objetivo: Este estudo visa analisar o impacto dos meios digitais em um projeto de educação em saúde focado em cyberbullying no contexto escolar.

Métodos: A pesquisa utilizou uma abordagem qualitativa, especificamente Pesquisa-Ação, e coletou dados por meio de um questionário diagnóstico aberto, oficinas de intervenção e uma avaliação de grupo focal com estudantes (N=36) de uma turma do sétimo ano selecionada aleatoriamente em uma escola de um centro universitário em São Paulo, Brasil.

Resultados: Os resultados indicam que os meios digitais desempenham um papel crucial no endereçamento da educação em saúde, particularmente em relação ao cyberbullying. Estratégias de aprendizagem ativa empregadas durante as oficinas foram eficazes, melhorando o envolvimento e compreensão dos alunos sobre os problemas.

Conclusões: As tecnologias digitais são significativas no panorama educacional, oferecendo potencial substancial para melhorar a educação em saúde nas escolas. O estudo sugere que a incorporação de ferramentas digitais e estratégias de aprendizagem ativa pode melhorar significativamente a conscientização e o comportamento de saúde dos alunos.

Palavras-chave: Cultura digital. Educação em saúde. Cyberbullying. Mídias digitais. Estratégias de aprendizagem ativa.

Received: 02/04/2024

Approved: 06/10/2024

DOI: <https://doi.org/10.19141/2237-3756.lifestyle.v11.n00.pe1591>

¹Centro Universitário Adventista de São Paulo - UNASP, São Paulo, (Brasil). E-mail: profabraguinha@gmail.com Orcid id: <https://orcid.org/0000-0003-3549-6459>

²Amherst College, Massachusetts, (Estados Unidos). E-mail: gasilva26@amherst.edu Orcid id: <https://orcid.org/0000-0002-2091-0672>

³Centro Universitário Adventista de São Paulo - UNASP, São Paulo, (Brasil). E-mail: cristina.tavares@acad.unasp.edu.br Orcid id: <https://orcid.org/0000-0002-8137-3962>

T HE CONTRIBUTION OF DIGITAL CULTURE TO HEALTH EDUCATION PROCESSES IN SCHOOLS

ABSTRACT

Objective: This study aims to analyze the impact of digital media in a health education project focusing on cyberbullying within a school setting.

Methods: The research used a qualitative approach, specifically Action Research, and collected data through an open diagnostic questionnaire, intervention workshops, and a focus group evaluation with students (N=36) from a randomly selected seventh-grade class in a school at a university center in São Paulo, Brazil.

Results: The findings indicate that digital media play a crucial role in addressing health education, particularly in relation to cyberbullying. Active learning strategies employed during the workshops were found to be effective, enhancing students' engagement and understanding of the issues.

Conclusions: Digital technologies are significant in the educational landscape, offering substantial potential to enhance health education in schools. The study suggests that incorporating digital tools and active learning strategies can significantly improve students' health awareness and behavior.

Keywords: Digital culture. Health education. Cyberbullying. Digital media. Active learning strategies.

L A CONTRIBUCIÓN DE LA CULTURA DIGITAL A LOS PROCESOS DE EDUCACIÓN EN SALUD EN LA ESCUELA

RESUMEN

Objetivo: Este estudio tiene como objetivo analizar el impacto de los medios digitales en un proyecto de educación en salud centrado en el ciberacoso dentro de un contexto escolar.

Métodos: La investigación utilizó un enfoque cualitativo, específicamente Investigación-Acción, y recopiló datos a través de un cuestionario diagnóstico abierto, talleres de intervención y una evaluación de grupo focal con estudiantes (N=36) de una clase de séptimo grado seleccionada al azar en una escuela de un centro universitario en São Paulo, Brasil.

Resultados: Los hallazgos indican que los medios digitales juegan un papel crucial en abordar la educación en salud, particularmente en relación con el ciberacoso. Las estrategias de aprendizaje activo empleadas durante los talleres resultaron efectivas, mejorando el compromiso y la comprensión de los estudiantes sobre los problemas.

Conclusiones: Las tecnologías digitales son significativas en el paisaje educativo, ofreciendo un potencial sustancial para mejorar la educación en salud en las escuelas. El estudio sugiere que la incorporación de herramientas digitales y estrategias de aprendizaje activo puede mejorar significativamente la conciencia y el comportamiento de salud de los estudiantes.

Palabras clave: Cultura digital. Educación en salud. Ciberacoso. Medios digitales. Estrategias de aprendizaje activo.

INTRODUÇÃO

Por si só, as novas tecnologias crescentemente incorporadas no dia a dia não representam risco ou mesmo benefício – seu impacto depende de como são empregadas. Reconhecendo seu poder e inevitabilidade, importa fazer uso delas com consciência. Se utilizada com respeito e atenção, a internet pode tanto oferecer ao adolescente um prisma mais amplo da realidade que o circunda como se tornar uma forte ameaça à saúde, extrapolando limites entre o real e o virtual – com distorção de fatos e imagens – e entre o público e o particular – ferindo a intimidade e identidade do usuário (RICH, 2013; EISENSTEIN; ESTEFENON, 2011).

A adolescência, período de transição entre a infância e a vida adulta, é a etapa representada por uma população jovem delimitada entre 10 e 19 anos de idade, sendo fundamental no desenvolvimento; nessa fase, de acordo com a Organização Mundial da Saúde, ocorrem rápidas alterações biológicas e psicossociais que afetam todos os aspectos da vida dos adolescentes (WHO, 2014). É uma etapa crítica para o desenvolvimento de competências pessoais e interpessoais e de habilidades para agir e tomar decisões. É também período de dúvidas e conflitos, de mudanças e descobertas, o que o faz ser considerado de maior vulnerabilidade a riscos. Como Santos (2023) aponta, “o processo de desenvolvimento desses adolescentes é permeado por experiências que envolvem a cultura, a história e os recursos simbólicoemocionais dos aprendizes produzidos em distintos contextos analógicos e digitais, formais e informais” (p. 108). Isto é, a cultura digital hoje permeia o cotidiano e, portanto, impacta o desenvolvimento sociocultural, emocional e escolar do aluno desde sua menor idade.

Especialmente em relação aos adolescentes em idade escolar, imersos em um mundo digital, a ascensão das novas tecnologias da informação e comunicação impulsiona certas formas veladas de agressividade e violência entre pares no ciberespaço, apoiada por diferentes aparatos tecnológicos. Emerge um novo tipo de bullying, que cresce e se desenvolve no cenário online, denominado cyberbullying. Pesquisas sobre esta temática no Brasil e na América Latina têm sido reforçadas para que se conheça melhor o fenômeno, desenvolvendo intervenções

preventivas e contextualizadas (WENDT e LISBOA, 2014). Qualquer vivência de cyberbullying não só limita a liberdade dos jovens para utilizar e explorar valiosos recursos online, como também pode resultar em modificações funcionais e físicas graves. Neste sentido, têm surgido em vários países uma preocupação crescente em termos de saúde e bem-estar (SEIXAS et al., 2016, p.21).

O cyberbullying ainda é um conceito novo na literatura científica e há uma variedade de termos que têm sido utilizados para designá-lo, como "bullying online", "bullying eletrônico", "assédio na internet", "bullying digital", "bullying virtual" e "cyberbullying". Pesquisas apontam que o bullying é uma sistemática e repetida ameaça com danos, humilhação e rejeição dos mais fracos, havendo três componentes nessa insidiosa composição: o agressor, a vítima e a plateia digital (RICH, 2013). O cyberbullying pode ser conceituado como "assédio, ameaça, rejeição ou criação de boato sobre alguém por um ou mais indivíduos usando meios eletrônicos como mensagens de texto ou a internet" (RICH, 2013, p.40). Como o cyberbullying pode ocultar o agressor, torna-se mais prevalente que o bullying tradicional. O diferencial de poder é menos claro online do que é no pátio ou sala de aula, onde os garotos maiores e as meninas socialmente poderosas ficam muito em evidência (RICH, 2013). Essa questão da desigualdade de poder é ressaltada por Seixas et al. (2016) ao sintetizar o conceito de cyberbullying a partir de diferentes pesquisadores e seus estudos. Os autores ressaltam a presença de três principais fatores—intenção, repetição e desequilíbrio de poder. Assim, definem o cyberbullying como "o uso indevido das tecnologias digitais para, deliberada e repetidamente, agir de forma hostil com o intuito de causar dano a outro(s)" (p. 35 e 36).

Em um estudo de revisão sobre o cyberbullying por Guilherme Wendt e Carolina Lisboa (2013), discutiu-se que o cyberbullying tem sido considerado uma categoria singular e específica, sem precedentes de violência e agressão, que pode ser mais ampla e devastadora que o bullying por ocorrer em qualquer momento e sem um espaço físico delimitado ou restrito. Concluíram pelos estudos que as vítimas podem estar mais vulneráveis à tentativa de suicídio e outros problemas emocionais, com risco aumentado para o consumo de substâncias psicoativas para os sintomas de ansiedade e depressão, e problemas sociais e educacionais como evasão escolar ou queda no rendimento acadêmico (WENDT e LISBOA, 2013). Conclusões semelhantes foram também ressaltadas em revisão sistemática da literatura por Bottino et al. (2015). Os descritores combinavam termos como cyberbullying, adolescentes e saúde mental em alunos do 6º ao 12º ano ou jovens de 10 a 17 anos foram a amostra selecionada. As conclusões também associaram sintomas depressivos, uso de drogas e tentativas suicidas ao cyberbullying. Cybervítimas tiveram mais problemas emocionais e psicopatológicos,

dificuldades no relacionamento social e não se sentiram seguros na escola (BOTTINO et al., 2015).

No entendimento de Moran et al. (2013) as Tecnologias de Informação e Comunicação (TICs) “desafiam as instituições a sair do ensino tradicional em que o professor é o centro, para uma aprendizagem mais participativa e integrada” (p. 30). Por mais que os documentos oficiais anunciem a relevância e a necessidade de métodos participativos no entendimento, ensino e orientação dos que procuram recuperar e promover a saúde, qual é a realidade do ensino em saúde nesses cenários incluindo temáticas voltadas à saúde mental, emocional e outras mais? Novamente, torna-se necessário trazer para a pauta de discussões a relevância do binômio saúde e educação, da construção de estratégias de ensino presenciais e uso das mídias digitais na promoção da saúde e qualidade de vida da população e dos educandos. Tendo em vista a crise de saúde global que culminou na pandemia de Covid-19 entre os anos de 2020 e 2023, a temática torna-se ainda mais relevante, uma vez que as escolas tiveram que recorrer à inserção da cultura digital dentro do ambiente de ensino-aprendizagem. De acordo com Grossi (2021), o fenômeno da “[...] pandemia da COVID-19 atropelou esse processo [de inserção das tecnologias na sala de aula] e acelerou o futuro da educação” (p. 1). Como Boell e de Arruda (2021) argumentam, esse fenômeno desencadeou uma mudança radical, na qual “a relação com o saber estende-se para além dos muros escolares e as salas de aula tradicionais presenciais deram espaço às digitais” (p. 9964). Assim, urge ainda mais a reconsideração da Educação em Saúde e da saúde na escola nos desdobramentos da inserção da cultura digital dentro da escola, principalmente após a pandemia.

Dito isso, a presente pesquisa teve como objetivo analisar no contexto escolar a repercussão do uso de mídias digitais em um projeto de educação em saúde. Mais especificamente, desejou-se (1) caracterizar o adolescente quanto ao uso das mídias digitais no cotidiano, (2) avaliar como o adolescente entende e se envolve com o cyberbullying e (3) discutir estratégias em educação e saúde criadas pelos alunos por meio de ferramentas digitais.

MÉTODOS

Foi realizada uma investigação de natureza qualitativa e participativa. Metodologias de natureza ativa e participativa têm sido cada vez mais utilizadas, em especial na educação, saúde e meio ambiente. Dentre essas metodologias, optamos pelo método da pesquisa-ação, caracterizado não apenas pela participação, mas de forma paralela e concomitante pelo

desenvolvimento da intervenção, no qual ocorrerá uma construção e produção de saberes ao longo do processo educativo, participativo e interventivo (TOLEDO, 2012).

O pesquisador e professor francês Michel Thiollent estudou durante toda a sua vida essa vertente da pesquisa qualitativa e atua no Brasil, há vários anos, no encaminhamento de pesquisas ativas. Na 18ª reedição de seu livro em 2011 sobre a metodologia da pesquisa-ação, ele reforça que essa linha de pesquisa, de ação coletiva, é orientada na resolução de problemas com objetivo de desencadear pequenas mudanças com objetivo de transformação (THIOLLENT, 2011; BARBIER, 2002).

No caso específico da investigação em foco, a ação coletiva foi realizada pelos estudantes do sétimo ano, em conjunto com a professora pesquisadora e especialistas convidados para auxiliar com ferramentas e mídias digitais sobre os perigos e benefícios da internet e cyberbullying. O método da pesquisa-ação pressupõe que os diferentes participantes estejam envolvidos com a temática a ser desenvolvida e compreendida, para que possam juntos montar propostas de conscientização, de melhoria e de ação, na direção de relacionamentos mais saudáveis e felizes na adolescência nos ambientes online e offline. Na fase exploratória e de delimitação da problemática em foco foram aplicados dois questionários aos alunos do sétimo ano, que preencheram junto aos seus pais e responsáveis o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), bem como o Termo de Assentimento Livre e Esclarecido para os adolescentes participantes da pesquisa. O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa do Centro Universitário Adventista de São Paulo sob o parecer de número 1.542.129.

Instrumentos de pesquisa no método da pesquisa-ação

Questionário (pré e pós intervenção)

Os questionários tiveram o objetivo de caracterizar os respondentes e levantar alguns conceitos introdutórios que possuam a respeito de cyberbullying e uso da internet, ou mesmo detectar alguma problemática concreta nessa direção por meio das respostas dadas. Parte dessas perguntas foram realizadas novamente com alunos após o período de intervenção de dois bimestres: quatro meses para constatar e avaliar possíveis ganhos na aprendizagem em foco.

Oficinas de Intervenção

As oficinas de intervenção fizeram parte da pesquisa e funcionaram como técnicas de pesquisa-ação, permitindo o alcance dos objetivos específicos sobre o conceito e envolvimento

com o cyberbullying, reflexões de natureza atitudinais e criação de estratégias de enfrentamento à problemática. A partir do levantamento realizado com o questionário introdutório, parte do plano de intervenção pode também ser aprimorado e ampliado de acordo com a demanda e a problemática apontada pelos alunos. Os dados qualitativos foram analisados e discutidos por meio de análise de conteúdo do tipo temática (MINAYO, 2004).

Grupo focal de avaliação

O grupo focal foi utilizado nessa investigação como técnica auxiliar de coleta de dados após a intervenção com os participantes da pesquisa. Tendo a intenção de abordar as temáticas contempladas pelo objetivo dessa pesquisa em maior profundidade, o grupo focal permite uma interação grupal ajudando na obtenção de diferentes pontos de vista sobre uma mesma questão, permitindo a compreensão de uma ideia de forma mais abrangente. Esse grupo não pode ser grande nem excessivamente pequeno, ficando sua quantidade ideal entre 6 a 12 adolescentes participantes. Dessa forma a participação não é limitada e todos têm oportunidade de trocar ideias e opiniões, aprofundando o tratamento de um tema (GATTI, 2005).

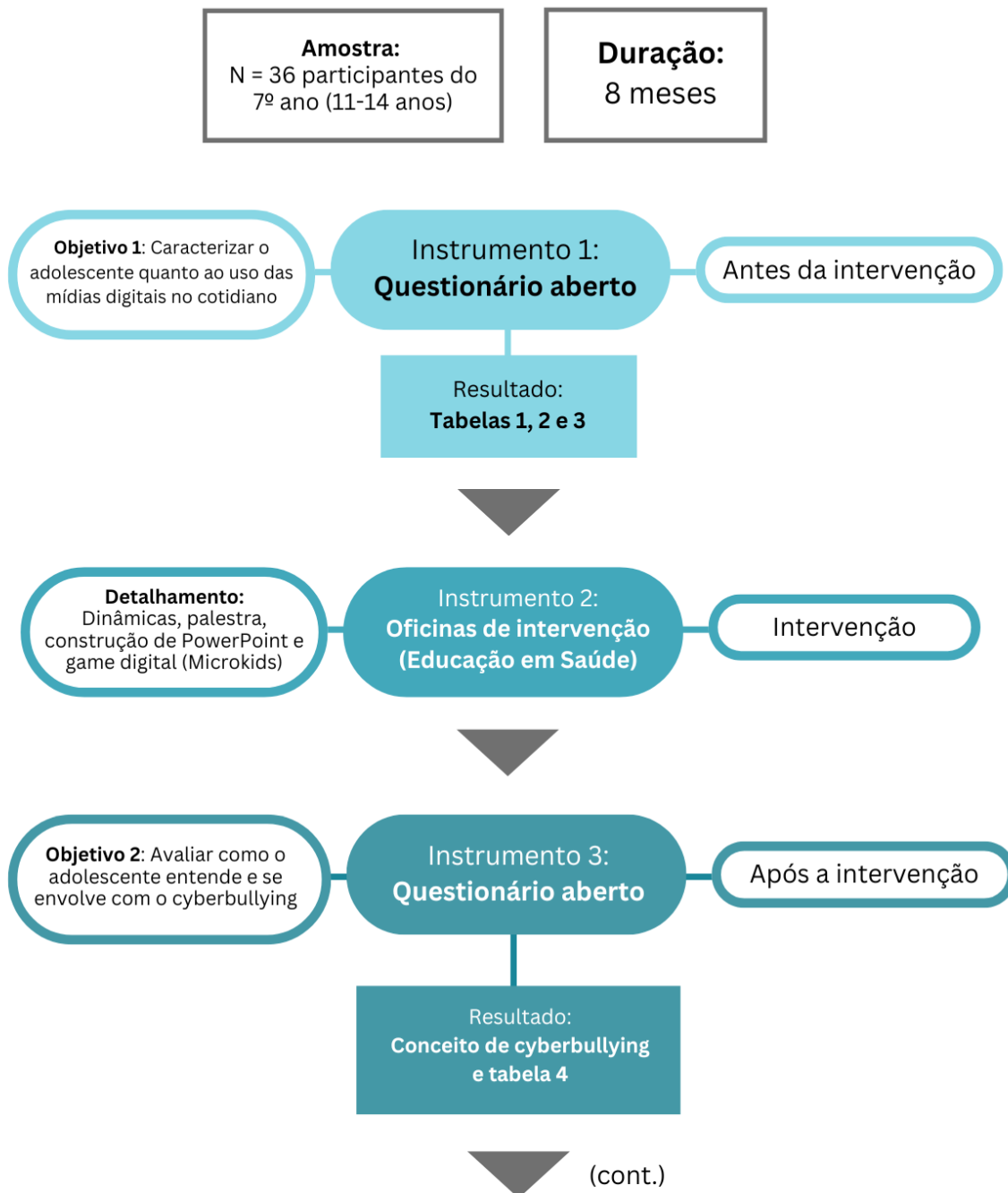
Participantes e cenário da pesquisa

Os participantes foram 36 alunos do sétimo ano do ensino fundamental, em um colégio inserido em um centro universitário na zona sul da cidade de São Paulo.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O desenho a seguir registra uma síntese da apresentação dos resultados no processo metodológico da pesquisa-ação que se caracterizou essencialmente como um trabalho de investigação de natureza participativa em que a pesquisadora e os participantes envolvem-se não apenas com o diagnóstico da situação como com as ações de mudança da problemática em questão.

Percurso Metodológico da Pesquisa-Ação



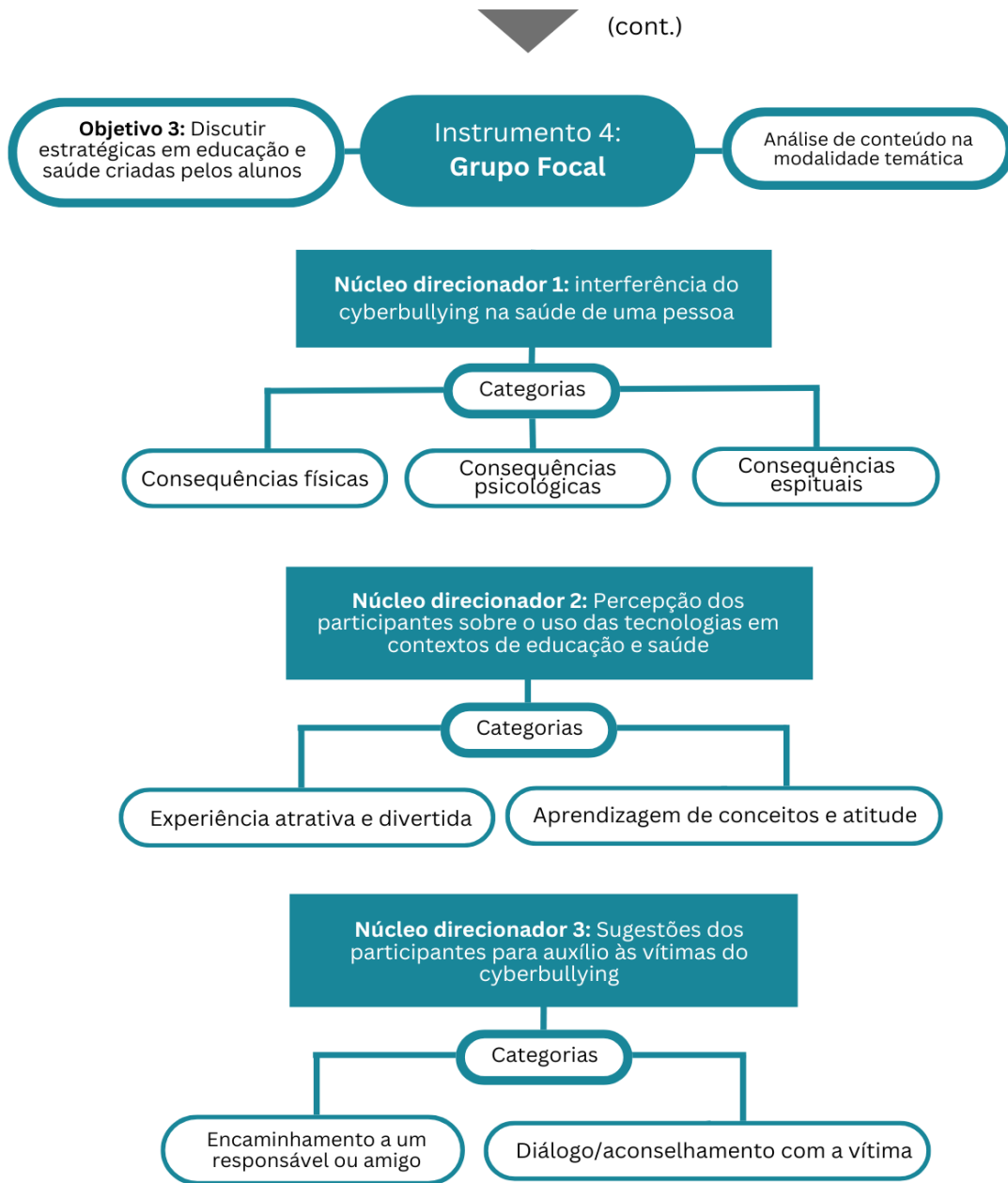


Figura 1: Fluxograma da pesquisa-ação

Caracterização geral, uso e percepção das mídias digitais pelos participantes da pesquisa

Os resultados desta investigação referem-se a 36 estudantes do 7º ano de uma escola básica confessional em São Paulo. Introduzimos a apresentação dos resultados com alguns aspectos referentes à caracterização dos participantes dessa pesquisa. Os estudantes se distribuem, com relação ao gênero (tabela 1), em 20 (56%) do sexo feminino e 16 (44%) do sexo masculino, com idades entre 11 e 14 anos e uma concentração de 29 estudantes com a idade de 12 anos (81%). Vale salientar que a questão de gênero não pode ser considerada de menor importância ao se discutir a problemática da violência no ambiente virtual. Em estudo

realizado no Reino Unido com 6.667 alunos do 7º ano com idade entre 11 e 12 anos, o gênero foi fortemente associado a todos os resultados do cyberbullying: as meninas eram mais propensas a serem vitimizadas e com menos probabilidade de serem agressoras. Uma possível explicação para este resultado é que as meninas são mais propensas a serem expostas a agressão online tanto de meninas quanto de meninos (BEVILACQUA et al., 2017).

Tabela 1: Caracterização dos participantes da quanto ao gênero, faixa etária e uso das mídias digitais

	N	%
Gênero		
Feminino	20	56%
Maculino	16	44%
Idade		
11 anos	4	11%
12 anos	29	81%
13 anos	2	5%
14 anos	1	3%
Tempo médio diário nas mídias digitais		
Até 30 min	3	8%
Até 1h	2	6%
Até 2h	8	22%
Até 3h	8	22%
Mais de 3	14	39%
Não sabe	1	3%
Ferramentas e aplicativos mais usados		
no cotidiano		
WhatsApp	31	86%
Snapchat	23	64%
Facebook	22	61%
Instagram	22	61%
Games variados	17	47%
Email	12	33%
Outros	8	22%
Twitter	5	14%
Temas mais acessados		
Lazer/diversão	24	67%
Relacionamento	14	39%

Trabalho escolar	12	33%
Cultura e aprendizagem de forma geral	9	25%

A prevalência de tempo diário de participantes conectados com as mídias digitais (tabela 1) foi acima de três horas (36%). Esse perfil pode se constituir em fator de risco, uma vez que o estudo de Bottino et al. (2015) destacou que o uso diário por adolescentes de três ou mais horas de internet, web câmera, mensagens de texto, publicação de informações pessoais e de outros foi associado também a uma maior incidência de cyberbullying. Importa ainda destacar que dentre os participantes que permanecem conectados acima de três horas diárias, a maior parte deles utiliza expressões como “o dia inteiro”, “por tempo indeterminado”, “o tempo todo”, e “muito mesmo”. Quanto mais tempo os adolescentes despendem na internet mais se encontram susceptíveis a agressões:

As crianças e os adolescentes cada vez mais utilizam a internet e o celular, tornando maior a possibilidade de que sejam vítimas nesse ambiente. Atualmente, crianças bem jovens estão imersas no mundo digital, apesar da recomendação da Academia Norte-americana de Pediatria de que não se deve expô-las à mídia eletrônica antes dos 2 anos (WILLIAMS e STELKO-PEREIRA, 2013, p. 49).

As ferramentas mais utilizadas pelos adolescentes participantes da pesquisa (tabela 1) foram o WhatsApp (86%) seguido do Snapchat (64%), acrescido do Facebook e Instagram com a mesma porcentagem de acesso (61%). Estudos apontam que os estudantes cada vez mais possuem celulares classificados como smartphones, com fácil acesso a internet em diferentes aplicativos online tal qual o WhatsApp. O Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) constatou que, em 2022, 86,5% das pessoas de 10 anos ou mais de idade tinham telefone móvel celular para uso pessoal, com 92% dos usuários utilizando a internet para enviar ou receber mensagens de texto, voz ou imagens por aplicativos (IBGE, 2022). Dentre os aplicativos utilizados o WhatsApp, mais prevalente nessa investigação, tem a função de comunicação e bate-papo contínuo. Torna possível dessa forma o alcance de objetivos de aproximação comunicativa no ambiente virtual.

As temáticas e conteúdos mais acessados pelos participantes (tabela 1) relacionam-se com o objetivo de lazer e diversão, com 24 respostas (67%). Em segundo lugar, 14 adolescentes apontaram a possibilidade de se relacionarem com as outras pessoas no ambiente virtual (39%). Apenas 12 adolescentes (33%) acionam a ferramenta prioritariamente para tarefas escolares ou para ampliação da cultura e aprendizado (9 adolescentes) (25%).

Tabela 2: Envolvimento com o cyberbullying: porcentagem de vítimas e agressores

	N	%
Agressores (cyberbullies)		
Não	23	64%
Sim	10	28%
Não responderam	3	8%
Vítima (cibervítimas)		
Não	24	67%
Sim	10	28%
Não responderam	2	5%

Em um levantamento realizado pelo Colégio Notarial do Brasil em 2023, o Brasil teve um recorde de registros no ano de 10 mil casos de cyberbullying por mês (MADERO, 2024). Outra pesquisa realizada pelo Instituto Ipsos divulgada no site Security Leaders apontou “que o Brasil é o segundo no ranking de cyberbullying no mundo, com 30% dos pais ou responsáveis entrevistados afirmando que seus filhos estiveram envolvidos ao menos uma vez em casos de cyberbullying” (SECURITY LEADERS, 2023). O quadro é preocupante e demonstra a prevalência do crime de forma cada vez mais progressiva no Brasil, especialmente afetando a juventude do país e muitas vezes seu desenvolvimento social, emocional e escolar. Na tabela 2, acima, a pesquisa indicou que pelo menos 28% dos entrevistados já foram cyberbullies em algum momento, enquanto outros 28% já foram cibervítimas na internet.

Tabela 3: Prejuízo para a saúde pelo uso de ferramentas digitais

Variáveis	N	%
Problemas na visão	15	29%
Doenças mentais	13	27%
Sedentarismo	8	18%
Dor de cabeça	7	16%
Nenhum	2	5%
Não sabem	2	5%
Dor nos dedos	1	2,5%

Quando os participantes foram questionados a respeito dos potenciais prejuízos desencadeados pelas ferramentas digitais na saúde dos usuários (tabela 3), foram mencionados por 15 adolescentes (29%) os problemas de visão causados pela excessiva exposição à luminosidade e efeitos das telas digitais. Em seguida, apontaram os transtornos mentais causados pela dependência excessiva do celular (27%). Os adolescentes participantes se referiram a esses transtornos com expressões como: “podem trazer doenças mentais, falta de relacionamento no dia a dia, afastamento das pessoas e estresse” (A1), “ficar sem nenhum contato com o mundo lá fora” (A2), “você pode ficar viciado e terá problemas psíquicos ao não usá-lo” (A6), “vício que nem drogas; se não usar, mata” (A11), “algumas pessoas utilizam o celular por muito tempo, dando mais valor a ele do que a si mesmo e à própria saúde” (A12) e “o vício traz o esquecimento da vida real” (A16).

Os participantes também consideram como prejuízo para a saúde ao usar as ferramentas digitais a questão do sedentarismo que explicitam como “falta de esportes” (A2), “pode ficar gordo e com dificuldade de andar” (A9), “quando se usa muito frequentemente, pode trazer a obesidade” (A19), “nós acabamos não fazendo exercícios físicos para ficar no celular” (A22), “um prejuízo é a falta de esportes e contato com a natureza” (A26), “outro prejuízo é que seu corpo fica tão parado que pode acostumar em só ficar deitado e trazer doenças” (A29), “cada vez mais sedentário, não querendo sair de casa, só nos meios digitais” (A31), “as pessoas praticamente não saem de casa e só comem coisas sem nutrição e não fazem exercícios físicos” (A36). Em relação a esses comentários, Oliveira (2015) esclarece:

Muitas crianças ficam confinadas em seus quartos, jogando ou acessando a internet, durante a maior parte do dia [...] É comum passarem o dia com o smartphone nas mãos. Por ficarem muito tempo paradas, essas crianças pouco desenvolvem suas habilidades motoras. São legítimas analfabetas motoras. (OLIVEIRA, 2015, p. 117).

Alguns participantes também mencionaram como prejuízo para a saúde advindo do uso das ferramentas digitais problemas como (tabela 3) dor de cabeça (16%) e dor nos dedos (2,5%). Há também aqueles que consideram não haver prejuízo para a saúde com o uso de tais ferramentas, como na fala “eu acho que não há prejuízos, pelo contrário” (A5 e A24).

As tecnologias exercem variadas influências na saúde de crianças e adolescentes durante essa importante fase de crescimento, desenvolvimento e maturação cerebral. Ao longo da vida adulta, diferentes repercussões cerebrais e comportamentais podem se manifestar. A repercussão do uso exagerado ou inadequado das tecnologias digitais têm preocupado profissionais da saúde e da educação, da comunicação e, em especial, as famílias que lidam com crianças e adolescentes.

A convivência com as TICs pode trazer benefícios, mas, se não bem aproveitada, desencadeia riscos à saúde corporal, mental, emocional e social de crianças, adolescentes e adultos. Alguns desses riscos podem ser: mudanças estruturais e funcionais em áreas específicas do cérebro, restrição ou inexistência da prática de atividades físicas, fraco repertório de habilidades sociais, déficit de atenção, dificuldade de concentração, sobrepeso, transtornos mentais e engajamento em comportamentos de risco (ABREU et al., 2013; OLIVEIRA, 2015, BOTTINO et al., 2015).

Entendimento e envolvimento do adolescente participante com o cyberbullying

No questionário aberto aplicado ao final da intervenção, os participantes da pesquisa foram convidados a definir o bullying que ocorre na internet, ou seja, o cyberbullying. Destacamos que esses conceitos foram registrados após o período de intervenções e oficinas pedagógicas diferenciadas e ativas que permitiram a incorporação de reflexões conscientizadoras. Dentre as definições apresentadas pelos participantes, houve destaque para o papel das atitudes e valores envolvidos na prática do cyberbullying, tal qual desrespeito, preconceito, constrangimento, humilhação e ofensa ao próximo: “o bullying é uma falta de respeito” (A1, A5, A17, A18, A19, A26, A30), “um ato covarde, sem noção e preconceituoso” (A3, A13), “são atos de alguém que humilha, xinga, ameaça outra pessoa pela internet” (A7), “é como se fosse uma provocação” (A10), “tirar foto de um momento constrangedor de uma pessoa desconhecida e postar nas redes sociais” (A16), “repugnante, eu já sofri um certo tipo de bullying e eu sei o quanto é ruim” (A28), “as pessoas ofendem os outros pela internet” (A33), “é crime. Uma ação inaceitável!” (A35).

Ademais, o cyberbullying pode constituir uma violação dos Direitos Humanos em geral e dos Direitos da Criança e do Adolescente em particular. Assim, no contexto educacional, faz muito sentido tratá-la no vasto campo da educação para a cidadania (SEIXAS et al., 2016). A escola divide com as famílias a responsabilidade de formação do jovem para uma cidadania e ética digital para a formação de sujeitos responsáveis, crítico-reflexivos, conscientes e engajados com o bem comum. Formar para uma cidadania digital prioriza: a formação ética dos alunos para o espaço virtual; entender que a internet não é a única opção de atividade para os adolescentes; conhecer as possibilidades de aprendizado e entretenimento sadio na internet; formar professores e pais para as questões virtuais e seus problemas intrínsecos é uma necessidade urgente (BARROS, 2013).

Tabela 4: Consequência do cyberbullying para a saúde na percepção dos participantes da pesquisa

	N	%
Ansiedade/depressão	26	42%
Comprometimento da autoestima	4	10%
Automutilação/autodestruição	5	12%
Redução de alimentação e aumento do consumo de remédios/drogas/álcool	5	12%
Suicídio	5	12%
Outros	3	8%

Os participantes também demonstraram reconhecer e entender não apenas a ocorrência de manifestações do cyberbullying no seu cotidiano como expressar sua repugnância, indignação e conscientização dos males que a violência causa em suas vítimas. Ao serem interrogados sobre a interferência do cyberbullying na saúde (tabela 4) de uma pessoa, os participantes se pronunciaram no questionário aberto com expressões como: “a pessoa pode ficar traumatizada, assustada e com medo” (A5), “a pessoa de tão triste pode chegar a ponto de se matar” (A6, A9, A12 e A17), “a pessoa pode ficar com depressão e muitos outros problemas” (A7, A9, A10, A11, A13, A15, A19, A22, A23, A25, A27, A33 e A36), “é um ato traumático que afeta a autoestima” (A23), “sentir-se mal por dentro e machucada” (A20), “ter dores muito fortes” (A22), “cortar os pulsos e coxas” (A27), “não querer ir pra escola, não comer direito, o que pode levar à internação” (A22). Em uma sociedade cada vez mais visual e movida pela imagem em relação ao outro, ser agredido pelos pares da escola resulta numa grande situação de humilhação e, frequentemente, alunos vítimas de cyberbullying não querem ir às aulas ou sair de casa, evitando relações interpessoais (SEIXAS et al., 2016).

Além disso, Bottino et al. (2015) constatam que a experiência com o cyberbullying em si não desencadeia o suicídio, porém adolescentes que sofrem cyberbullying podem experimentar estados psicológicos negativos decorrentes das ações agressoras e usar, por exemplo, álcool ou outras drogas como forma de escapar dos sentimentos negativos. O abuso dessas substâncias pode ainda contribuir com o hábito da dor física e a ansiedade psicológica associada com a automutilação.

A questão a respeito da repercussão do cyberbullying na saúde de uma pessoa também se configurou como um dos três núcleos direcionadores do grupo focal realizado com oito adolescentes participantes ao final da pesquisa-ação. As falas do grupo focal foram organizadas por meio de análise de conteúdo na modalidade temática. Esse núcleo direcionador intitulado

“**Interferência do cyberbullying na saúde de uma pessoa**” contou com 8 Unidades de Contexto (UC) e 23 Unidades de Registro (UR), a partir das quais foi possível estabelecer três categorias de análise: “*consequências físicas*”, “*consequências psicológicas*” e “*consequência espiritual*”.

A categoria “*consequências físicas*”, discutida pelos adolescentes, se referia a “não conseguem dormir direito, além de se causarem males físicos porque se sentem mal” (UR18, UR17, UR33), “se automutilam e perdem muito sangue porque se cortam” (UR27, UR18, UR19 UR23, UR27, UR34) e “ficar acima do peso” (UR24). Uma consequência física negativa para o uso excessivo da internet é o quadro de sobrepeso e obesidade. Isso decorre de adolescentes que preferem alimentar-se rapidamente, por vezes em frente ao computador, ingerindo maior quantidade de alimento do que o necessário – sem contar o abuso de comidas tipo fast food. Esse comportamento desequilibra a ingestão de calorias podendo desencadear obesidade, diabetes e hipertensão arterial, que podem ainda ser agravadas com o sedentarismo, pois usualmente o acesso à internet é uma atividade monótona (OLIVEIRA, 2015)

A categoria “*consequências psicológicas*” para a saúde desencadeadas pelo cyberbullying foi definida pelos participantes por meio dos seguintes alertas: “afeta a pessoa a ponto de ter que ir ao psicólogo, tomar remédio” (UR12), “causa doenças mentais, emocionais (depressão e ansiedade)” (UR16, UR21, UR24, UR25, UR31, UR32), “ficam presas dentro do quarto com depressão e não vivem o mundo” (UR21) e “interfere na autoestima” (UR28).

Acerca disso, um estudo espanhol realizado com 845 adolescentes contribuiu para uma melhor compreensão da relação entre cyberbullying e problemas de saúde psicológicos e comportamentais. Cyberbullying foi considerado preditivo de alguns problemas psicológicos e comportamentais entre os adolescentes. A conclusão da pesquisa sugere a realização de um trabalho preventivo em relação ao cyberbullying, dado que ele está associado a outros comportamentos de risco, como o uso de substâncias e sintomas depressivos e o uso problemático da internet. Por isso, programas de prevenção devem promover a auto-estima e aumentar o apoio social entre as vítimas em potencial. A pesquisa ainda sugere serviços de aconselhamento semelhantes àqueles que existem para outros vícios, uma vez que parece um crescente problema de saúde durante a adolescência (GÁMEZ-GUADIX et al., 2013).

Ademais, as repercussões mais severas das consequências psicológicas se manifestaram com menção ao suicídio “se machucarem e tentarem se matar”, “se cortar, vai tentar se suicidar (UR23, UR18, UR20, UR30, UR34). Apesar de variados estudos apontarem que vítimas de cyberbullying tem maior probabilidade de pensarem no suicídio ou efetivamente o cometerem, é verdade, no entanto, que a esmagadora maioria das cybervítimas não comete suicídio. Pelo

contrário, muitos deles partilham sua experiência na internet para sensibilizar outras vítimas acerca do cyberbullying e seus efeitos (SEIXAS et al., 2016):

Diríamos que não é o bullying ou o cyberbullying que se encontram na origem de qualquer suicídio. Esta questão é multifatorial e tem por base outros problemas no domínio da saúde mental que, não sendo devidamente acompanhados por profissionais especializados, podem ser agravados em resultado de situações de bullying/cyberbullying (SEIXAS et al., 2016, p. 178).

A partir de uma revisão crítica e meta-análise da literatura a respeito dos efeitos do cyberbullying na vida de adolescentes, portanto, conclui-se que as associações mais fortes com a agressão online referem-se à desvinculação moral dos cyberbullies e as associações mais fortes com respeito às cybervítimas foram o estresse e a ideação suicida (KOWALSKI et al., 2014).

Como última categoria a respeito das consequências para a saúde advindas com o cyberbullying e que foi mencionada no grupo focal de avaliação nesta pesquisa foi a “*consequência espiritual*”. Como os participantes da pesquisa fazem parte de uma instituição confessional de ensino, o aspecto da saúde espiritual não foi silenciado: “interfere na própria vida espiritual” (UR29). Nesse sentido, Abdalla et al. (2009) assevera que a adesão ou envolvimento com uma denominação religiosa ou mesmo o envolvimento com um conjunto de valores, símbolos, comportamentos e práticas sociais advindas da valorização de um *ethos* religioso pode incluir a redução e recusa de substâncias prejudiciais à saúde como álcool e drogas ou mesmo outros desvios de comportamentos. Em paralelo, por meio de um estudo realizado com 420 adolescentes de escolas públicas de Porto Alegre, também concluiu-se que as experiências religiosas-espirituais formam uma rede de apoio social e afetivo que visa a auxiliar nas práticas educativas e no desenvolvimento do ser humano como um todo (BECKER et al., 2015).

O núcleo direcionador intitulado “**Sugestões dos participantes para auxílio às vítimas do cyberbullying**”, por outro lado, contou com 7 Unidades de Contexto (UC) e 11 Unidades de Registro (UR) a partir das quais foi possível estabelecer duas categorias de análise: “*Encaminhamento a um responsável/ou amigo*” e “*Diálogo/aconselhamento com a vítima*”. Na categoria “*Encaminhamento a um responsável/ou amigo*”, os participantes expressam que “o certo seria contar pra algum responsável” (UR1); “falar pra ela, contar pra algum responsável” (UR3); e “procurar um amigo pra se aconselhar” (UR8). Na categoria “*Diálogo/aconselhamento com a vítima*”, os participantes se manifestaram solícitos em ajudar e prestar auxílio como se pode constatar nas falas: “eu ajudaria a pessoa pra ela não se sentir

ofendida com o que ela ouviu” (UR 2, UR5, UR6, UR10); “falar que ela não precisa ligar pra isso porque o outro está a rebaixando; ela não precisa ser afetada por uma coisa que ela não é” (UR11); “explicar que ela tem valor, que é importante” (UR7, UR9); e houve um participante da pesquisa que sugeriu “tirar foto daquelas mensagens pra poder falar que foi aquele endereço que falou aquilo dela” (UR4).

A falta de comunicação entre os adolescentes, pais e professores com respeito às manifestações de violência no espaço virtual acabam se tornando um preocupante fator de risco que precisa ser alvo da intervenção especializada de psicólogos e profissionais da área da saúde. Em culturas como a brasileira ainda reina um distanciamento em termos de conhecimento sobre tecnologias entre pais e filhos, professores e alunos. Estas diferenças podem deixar adultos e adolescentes cada vez mais afastados (WENDT e LISBOA, 2014):

Programas de intervenção direcionados a escolas podem incluir grupos com pais e atividades interativas que envolvam o uso de tecnologias e promovam trocas entre pais, professores e alunos. Suporte emocional e consciência acerca dos riscos, além dos benefícios do contexto virtual, na atualidade, devem ser focos de intervenções focais e preventivas (WENDT e LISBOA, 2014).

Por mais que os estudantes participantes dessa investigação tenham sugerido às vítimas do cyberbullying que procurem um adulto responsável para dialogar a respeito da problemática em que estão envolvidos, algumas pesquisas como a de Agatston et al. (2007) apontam que os adolescentes não acreditam que seus responsáveis no ambiente educacional poderão ajudá-los e possuem receio de se reportar aos pais com medo da perda de privilégios digitais:

Estratégias de prevenção podem ser promovidas para melhorar as habilidades interpessoais dos jovens que escolhem se comunicar por meio de ferramentas online, de forma que evitem comportamentos de risco na internet, como postar informações pessoais, enviar fotos pessoais e utilizar webcam com estranhos, práticas que podem aumentar o potencial de incidentes do tipo cyberbullying. Os pais, os educadores e os profissionais de saúde necessitam conhecer os riscos da comunicação online e promover discussões sobre o tema, auxiliando os adolescentes a encontrar formas efetivas de lidar com esses incidentes. (BOTTINO et al., 2015, p.25).

Procurando incrementar ainda mais as estratégias de intervenção, houve uma sugestão interessante e relevante apresentada por um participante da pesquisa no questionário aberto aplicado após as intervenções: “a escola podia criar uma página no Facebook com a nossa sala para ajudar pessoas que sofrem com o cyberbullying” (A14).

Estratégias em educação e saúde vivenciadas pelos participantes com ferramentas digitais

Ao serem questionados após as intervenções educativas mediadas pelas TICs, os participantes da pesquisa expressaram de forma geral que houve aprendizagem e de forma mais rápida, fácil, produtiva, dinâmica e, acima de tudo, divertida: “foi um jeito bem dinâmico e interativo de conscientização sobre o cyberbullying, e que está dando super certo” (A24). Os participantes destacaram novos saberes aprendidos com relação ao cyberbullying, suas manifestações e prevenção. Destacaram também a aprendizagem no uso do computador de outras maneiras, como por exemplo, para a criação de um jogo: “muito legal o trabalho que fizemos de criar jogos sobre o cyberbulling” (A32, A17); “foi muito importante, pois fiz o meu primeiro jogo” (A35). Tendo isso em vista, é importante salientar que propiciar um momento de trabalho coletivo na escola tende a desencadear resultados mais produtivos, pois o protagonismo dos estudantes se torna mais evidente, o que pode ser exemplificado com a resposta de um participante da pesquisa ao destacar que apreciou “as pessoas fazendo trabalhos juntas” (A18) durante o período de intervenção.

A percepção dos estudantes sobre o trabalho interativo se configurou como um dos três núcleos direcionadores do grupo focal, realizado com oito adolescentes participantes ao final da pesquisa-ação. As falas do grupo focal foram organizadas por meio de análise de conteúdo na modalidade temática. Esse núcleo direcionador intitulado “**Percepção dos participantes sobre o uso das tecnologias em contextos de educação e saúde**” contou com 8 Unidades de Contexto (UC) e 20 Unidades de Registro (UR) a partir das quais foi possível estabelecer duas categorias de análise: “*experiência atrativa e divertida*” e “*aprendizagem de conceitos e atitudes*”.

A categoria “*experiência atrativa e divertida*” discutida pelos adolescentes se referiam a “foi uma experiência legal porque é bem diferente a gente ter um projeto assim, envolvendo computador” (UR35); “tecnologia é uma coisa bem legal porque vai atraindo mais os alunos” (UR36); “quem queria fazer o jogo e outras coisas também conseguiu fazer, foi bem legal e interessante” (UR38) “acabei me interessando mais pelas aulas” (UR39); “a gente se distraiu bastante, foram divertidas essas aulas” (UR43); “a principal razão mesmo foi que eu me senti atraído por isso” (UR45); “atualmente estamos usando muito a tecnologia e isso atraiu os alunos a quererem fazer o jogo” (UR47). Esses resultados positivos são corroborados por Monteiro (2016):

Para que a escola atinja um dos principais objetivos da educação que é o de formar cidadãos críticos, conscientes e participativos na sociedade, deve, obrigatoriamente, rever os atuais métodos de ensino, e, ao invés de transmitir conhecimentos acabados, privilegiar a construção de conhecimentos e incentivar a pesquisa e a autonomia, tirando o máximo de proveito dos recursos visuais e tecnológicos existentes. Estes recursos não podem ser utilizados como uma bengala para transmissão unilateral de informações por parte do professor, mas como meios de comunicação e de expressão a ser utilizados e partilhados por todos os membros de uma comunidade de aprendizagem. (MONTEIRO, 2016, p. 11, 12)

Já a categoria “*aprendizagem de conceitos e atitudes*” pode ser exemplificada com as próprias falas dos participantes no grupo focal: “aprendendo coisas novas sobre aplicativos coisas que eu não sabia” (UR41); “a pessoa ensinou sobre o bullying que foi o principal propósito” (UR44); “eu acho que além de ser uma coisa sobre conscientizar todo mundo da sala, foi uma coisa que ajudou bastante gente, porque a maioria das pessoas, mesmo que não tenha falado, já passou por algum caso de cyberbullying, se identificou e viu que dava pra superar” (UR48); “todo mundo aprendeu lições sobre não ofender as pessoas (praticar cyberbullying)” (UR50, UR54); “atualmente estamos usando muito a tecnologia e isso atraiu os alunos a quererem fazer o jogo” (UR47); e “aprendemos bastante sobre fazer Power Point e jogos” (UR51, UR53). A aprendizagem gamificada também apresenta grandes oportunidades para a educação, uma vez que os games aplicados ao processo de ensino-aprendizagem criam um cenário que potencializa a construção de competências e conteúdos, como exemplificado nos relatos dessa categoria. Além de sua característica lúdica, a gamificação possibilita ao estudante desenvolver autonomia, iniciativa, criação de estratégias, liderança, raciocínio lógico, coordenação viso-motora, dentre outras habilidades (GUIMARÃES et al., 2015).

Quando os participantes da pesquisa foram questionados ao final das intervenções sobre algumas sugestões que poderiam encaminhar à escola e aos professores, os estudantes fizeram comentários como: “acho que se os professores usassem mais as mídias digitais, provavelmente os alunos iriam aprender de um modo mais fácil porque é pelos meios digitais que nós fazemos a maioria das coisas” (A12). “Eu acho que tem que investir no ensino digital porque os jovens utilizam muito as mídias digitais” (A15). “Ensinar com tecnologia é muito bom, bem melhor do que ficar na sala só falando” (A6). Os nativos digitais aprendem enquanto estão interagindo com o objeto do conhecimento. Na escola do século XXI, portanto, o professor orienta seus alunos na resolução de problemas, na pesquisa, na filtragem das informações e trabalha em colaboração com outros alunos e professores. A escola deixa de ser um local de conteúdos engessados para o trabalho com desafios e obstáculos concretos, interdisciplinares e repletos de sentido (SILVA, 2013).

Ainda, como Viana (2022) explicita, “[u]m dos achados importantes no pós-pandemia sobre o uso de TICs foi a interação aluno-professor relacionada à saúde mental e física do aluno. A maioria dos alunos relataram que nunca ou raramente tiveram alguma interação com seus professores sob sua saúde mental e física” (p. 260). Com isso em vista, pode-se concluir que há também espaço para a junção da inovação na educação e da propagação da saúde nas escolas por meio dos professores. Professores estes que podem e devem criar conversas e reflexões acerca da saúde na escola e nos ambientes digitais, principalmente pós-pandemia, quando estão progressivamente interconectados e quando quadros como o cyberbullying são agravados. Essa medida é em muito necessária, dado que

[...] observa-se que as adaptações dos ambientes físicos para os meios virtuais em nada amenizou a prática do bullying. Pelo contrário, pois houve ainda mais exposição dos usuários e constantes agressões, inclusive por perfis falsos, principalmente nas plataformas utilizadas para as aulas online (CRUZ et al., 2024, p. 325).

Assim, vista a falta de diálogos na escola acerca da saúde no contexto digital e levando em consideração a magnificação de crimes e da cultura cyberbullying no pós-pandemia, há oportunidades de desenvolvimento de novas estratégias por parte da coordenação e da docência dentro das escolas. Dessa forma, conclui-se que “o desenvolvimento de estratégias pedagógicas dinâmicas e criativas para abordar esses temas é necessário, ao passo que contribui para incentivar os jovens a serem protagonistas na promoção da própria saúde” (OLIVEIRA, 2023, p. 85). Como Bozza e Vinha (2023) também apontam, o papel da escola deve ser, para além de remediador, preventivo: faz-se necessário que “formar alunos e alunas para o uso ético do espaço virtual” seja uma das missões da educação escolar (p. 12). Por isso, a inserção de diálogos acerca da saúde e da promoção dela no contexto digital é importante para a formação de cidadãos éticos e responsáveis não apenas nas interações físicas como também nas virtuais.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Essa investigação objetivou analisar a repercussão do uso de mídias digitais em um projeto de educação em saúde (cyberbullying) no contexto escolar, foi realizada em uma escola de educação básica confessional na zona sul da cidade de São Paulo com 36 estudantes do 7º ano. A caracterização dos adolescentes participantes constatou uma predominância do gênero feminino 56% para 44% do gênero masculino com idades entre 11 e 14 anos, sendo a maior prevalência o grupo de 12 anos (81%) e com mais de 3 horas diárias com acesso das mídias

digitais (39%). O aplicativo mais utilizado pelos participantes é o WhatsApp (86%), sendo a temática mais procurada o lazer e a diversão (67%). Os participantes declaram como principal prejuízo para a saúde pelo uso excessivo das mídias digitais os problemas com a visão (29%), seguido dos problemas psicológicos (27%). No entanto, ao relatarem os problemas provocados diretamente pelo cyberbullying na saúde das pessoas os prejuízos referentes à saúde mental foram os mais registrados (64%), envolvendo consequências psicológicas referentes a redução da autoestima, aumento da ansiedade, depressão e em alguns casos podendo chegar à ideação suicida. Algumas consequências físicas prejudiciais à saúde advindas do cyberbullying foram o sedentarismo, o desequilíbrio na ingestão de alimentos, sobrepeso e até mesmo a automutilação. Dentre os participantes da pesquisa, 28% relataram antes das intervenções a participação como agressores em alguma situação envolvendo cyberbullying; a mesma porcentagem de participantes (28%) relataram ter sido vítimas de cyberbullying pelo menos 1 vez.

O conceito de cyberbullying foi apresentado pelos participantes da pesquisa após o período de intervenções e oficinas pedagógicas diferenciadas e ativas que permitiram a incorporação de reflexões conscientizadoras e valores. Dentre as definições expressas pelos participantes houve destaque para o papel das atitudes e valores envolvidos na prática do cyberbullying, como o desrespeito, a covardia, o preconceito, o constrangimento, a humilhação e a ofensa ao próximo. Inferimos, portanto, a partir dessas colocações que futuras agressões no ambiente virtual poderão ser repensadas e reconsideradas pelos participantes dessa investigação-ação.

As estratégias ativas utilizadas no processo de educação em saúde na escola foram consideradas apropriadas e atraentes pelos adolescentes. Os participantes avaliaram as estratégias como atrativas, produtivas, divertidas, informativas, conscientizadoras e educativas, facilitando a aprendizagem de conceitos e atitudes. Como resultado do processo de intervenção em educação e saúde, os participantes criaram apresentações conscientizadoras em PowerPoint para influenciarem os seus pares, bem como jogos digitais para o enfrentamento do cyberbullying por meio do software Game Maker. Os participantes também sugeriram como encaminhamentos necessários à problemática do cyberbullying a ampliação do diálogo sobre o assunto com a família e a escola. Alertam também a respeito da necessidade de comunicar um responsável ou amigo sobre agressões sofridas. A criação de uma página da classe no Facebook para ajudar na recuperação de vítimas e agressores do cyberbullying também foi uma relevante contribuição.

Esse estudo se limitou a um processo de diagnóstico e intervenção com apenas uma turma de adolescentes de uma escola confessional. Há, portanto, necessidade de desdobramento de outras investigações que ouçam os adolescentes e realizem intervenções com grupos de escolas públicas e privadas até o ensino médio/secundário.

REFERÊNCIAS

ABREU, C.; EISENSTEIN, E; ESTEFENON, S. **Vivendo esse mundo digital: impactos na saúde, na educação e nos comportamentos sociais**. Porto Alegre: Artes Médicas, 2013.

AGATSTON, P. W.; KOWALSKI, R.; LIMBER, S. Students' Perspectives on Cyber Bullying. **Journal of Adolescent Health**, v.41, S59–S60, 2010. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2007.09.003>.

ARAÚJO, P; BOTTENTUIT JUNIOR, J. O aplicativo de comunicação Whatsapp como estratégia no ensino de Filosofia, **Temática**, 2015. <https://periodicos.ufpb.br/ojs2/index.php/tematica/article/view/22939/12666>.

AMARAL, K. **Bullying: Guia prático para pais e educadores**. São Paulo: Polo Printer, 2012.

BARBIER, R. **A Pesquisa-Ação**. Brasília: Editora Plano, 2002.

BARROS, S. A ética, a escola e a formação da cidadania digital. In: ABREU, C.; EISENSTEIN, E; ESTEFENON, S. **Vivendo esse mundo digital: impactos na saúde, na educação e nos comportamentos sociais**. Porto Alegre: Artes Médicas, 2013.

BECKER, A. P. S.; MAESTRI, T. P.; BOBATO, S. T. Impacto da religiosidade na relação entre pais e filhos adolescentes. **Arquivos Brasileiros de Psicologia**, v.67 n.1, 84-98, 2015. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-52672015000100007&lng=pt&tlng=pt.

BEVILACQUA, L. *et al.* The role of family and school-level factors in bullying and cyberbullying: a cross-sectional study. **BMC Pediatrics**, v.17 n.1, 2017. <https://doi.org/10.1186/s12887-017-0907-8>

BRASIL. Conselho Nacional de Saúde. **Resolução Nº 510, de 7 de abril de 2016**. Dispõe sobre as normas aplicáveis a pesquisas em Ciências Humanas e Sociais. Diário Oficial da União, Brasília, 24 de maio de 2016. <http://conselho.saude.gov.br/resolucoes/2016/Reso510.pdf>.

BRASIL. **Política Nacional de Promoção da Saúde**, 2010. https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_promocao_saude_3ed.pdf.

BRASIL. **Política Nacional de Promoção da Saúde (PNPS)**. Revisão da Portaria MS/GM nº 687, de 30 de março de 2006. Brasília, 2015. https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/pnps_revisao_portaria_687.pdf.

BOELL, M.; DE ARRUDA, A. A. Narrativas docentes e discentes no ensino superior: ensino remoto emergencial em tempos de pandemia da Covid-19 e a relação com a cultura digital.

Brazilian Journal of Development, [S. l.], v. 7, n. 1, p. 9963–9977, 2021. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/23799>.

BOTTINO, S. M. *et al.* Cyberbullying and adolescent mental health: systematic review. **Cadernos de saúde pública**, v.31 n.3, p. 463–475, 2015. <https://doi.org/10.1590/0102-311x00036114>

BOZZA, T. C. L.; VINHA, T. P. Cyberbullying, cyber agressão e riscos on-line: Como a escola pode atuar diante dos problemas da (cyber)convivência. **Revista Ibero-Americana de Estudos em Educação**, Araraquara, v. 18, n. 00, p. e023059, 2023. DOI: 10.21723/riace.v18i00.18444. Disponível em: <https://periodicos.fclar.unesp.br/iberoamericana/article/view/18444>.

CRUZ, L. F. S.; SILVA, V. V.; OLIVEIRA, C. D.; ANDRADE, D. C. M. “Cyberbully”, Mídias Sociais Digitais e Ensino Remoto: para Discutir o Combate à Violência Virtual Potencializada em Tempos de Pandemia. **Revista de Ensino, Educação e Ciências Humanas**, [S. l.], v. 25, n. 2, p. 319–326, 2024. DOI: 10.17921/2447-8733.2024v25n2p319-326. Disponível em: <https://revistaensinoeducacao.pgsscogna.com.br/ensino/article/view/10282>.

GÁMEZ-GUADIX, M. *et al.* Longitudinal and Reciprocal Relations of Cyberbullying With Depression, Substance Use, and Problematic Internet Use Among Adolescents. **Journal of Adolescent Health**, v.53 n.4, p. 446–452, 2013. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2013.03.030>.

GATTI, B. **Grupo focal na pesquisa em ciências sociais e humanas**. Líber Livro Editora Ltda, 2005.

GUIMARÃES, J.; ALVES, L; NEVES, I. Guardiões da floresta: delineando possibilidades pedagógicas no ensino da matemática. In: ALVES, L. (org.). **Games e suas interfaces**. Santo Tirso: Whitebooks, 2015.

GROSSI, M. G. R. Usar tecnologias digitais nas aulas remotas durante a pandemia da COVID-19? Sim, mas quais e como usar? **Olhar de professor**, Ponta Grossa, v. 24, p. 1-12, 2021. Disponível em: <https://revistas2.uepg.br/index.php/olhardeprofessor/article/view/15879>.

IBGE. **161,6 milhões de pessoas com 10 anos ou mais de idade utilizaram a Internet no país, em 2022** | Agência de Notícias. 2022. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/38307-161-6-milhoes-de-pessoas-com-10-anos-ou-mais-de-idade-utilizaram-a-internet-no-pais-em-2022>.

KOWALSKI, R. M. *et al.* Bullying in the digital age: a critical review and meta-analysis of cyberbullying research among youth. **Psychological bulletin**, v.140 n.4, p. 1073–1137, 2014. <https://doi.org/10.1037/a0035618>

MADERO, C. **Bullying: Brasil tem recorde de registros em 2023, com 10 mil casos por mês**. UOL Notícias. 2024. Disponível em: <https://noticias.uol.com.br/columnas/carlos-madeiro/2024/01/25/com-10-mil-casos-por-mes-pais-tem-recordede-registros-de-bullying-em-2023.htm>.

MINAYO, M. **O Desafio do Conhecimento: Pesquisa Qualitativa em Saúde**. São Paulo: Editora Hucitec, 2004.

MONTEIRO, A. Ensinar e aprender com ferramentas da web 2.0. In: SILVA, S.; MONTEIRO, A.; MOREIRA, J. (orgs.). **Ensinar e aprender com tecnologias na era digital: um script de aportes teórico-práticos**. Santo Tirso: Whitebooks, 2016.

MORAN, J.; MASETTO, M.; BEHRENS, M. **Novas Tecnologias e Mediação Pedagógica**, Campinas: Papirus, 21^a edição, 2013.

OLIVEIRA, K. **Hiperconectados**. São Paulo: Ed Polo Printer, 2015.

OLIVEIRA, T. F. *et al.* Promoção da saúde mental na escola: diga não ao cyberbullying. **Extensão em Foco**, [S.l.], n. 31, p. 83-99, ago. 2023. ISSN 2358-7180. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/extensao/article/view/86645>.

PINTO, A. C. *et al.* Uso de tecnologias da informação e comunicação na educação em saúde de adolescentes: revisão integrativa. **Revista de Enfermagem UFPE on Line**, v.11 n.2, 634–644, 2017. <https://doi.org/10.5205/1981-8963-v11i2a11983p634-644-2017>

RICH, M. As mídias e seus efeitos na saúde e no desenvolvimento de crianças e adolescentes: reestruturando a questão da era digital. In: ABREU, C.; EISENSTEIN, E.; ESTEFENON, S. **Vivendo esse mundo digital: impactos na saúde, na educação e nos comportamentos sociais**. Porto Alegre: Artes Médicas, 2013.

SANTOS, T. C. **Protagonismo na Cultura Digital: configuração subjetiva da aprendizagem de jovens estudantes**. 2020. 132 f.l. Dissertação (Mestrado em Processos de Desenvolvimento Humano e Saúde) — Universidade de Brasília, 2020.

SECURITY LEADERS. **Brasil é segundo país no ranking de Cyberbullying, alerta pesquisa**. 2023. Disponível em: <https://securityleaders.com.br/brasil-e-segundo-pais-no-ranking-de-cyberbullying-alerta-pesquisa/>.

SEIXAS, S.; FERNANDES, L.; MORAIS, T. **Cyberbullying: um guia para pais e educadores**. Lisboa: Plátano Editora, 2016.

SILVA, P. A escola na era digital. In: ABREU, C.; EISENSTEIN, E.; ESTEFENON, S. **Vivendo esse mundo digital: impactos na saúde, na educação e nos comportamentos sociais**. Porto Alegre: Artes Médicas, 2013.

THIOLLENT, M. **Metodologia da Pesquisa-Ação**, 18^a ed. São Paulo: Cortez Editora, 2011.

TOLEDO, R. A Pesquisa-Ação nas Áreas da Educação, Saúde e Ambiente: um panorama de seu desenvolvimento nas universidades estaduais paulistas. In: TOLEDO, R; JACOBI, P. **A Pesquisa-Ação na Interface da Saúde, Educação e Ambiente. Princípios, Desafios e Experiências Interdisciplinares**. São Paulo: Annablume, 2012.

VIANA, Flankiney Ramos. BULLYING ESCOLAR: UMA VISÃO GERAL DO CYBERBULLYING NO COTIDIANO ESCOLAR NO PÓS-PANDEMIA. **EDUCERE - Revista da Educação da UNIPAR**, [S. l.], v. 22, n. 1, 2022. DOI: 10.25110/educere.v22i1.2022.8908. Disponível em: <https://unipar.openjournalsolutions.com.br/index.php/educere/article/view/8908>.

WENDT, G.; LISBOA, C. Agressão entre pares no espaço virtual: definições, impactos e desafios do cyberbullying. **Psicologia Clínica**, v.25 n.1, 73–87, 2013. <https://doi.org/10.1590/s0103-56652013000100005>

WENDT, G.; LISBOA, C. Compreendendo o fenômeno do cyberbullying. **Temas em Psicologia**, v. 22 n.1, 39-54, 2014. <https://dx.doi.org/10.9788/TP2014.1-04>.

WILLIAMS, L.; STELKO-PEREIRA, A. Por fora bela viola: pesquisa e intervenção sobre cyberbullying. In: ABREU, C.; EISENSTEIN, E.; ESTEFENON, S. **Vivendo esse mundo digital: impactos na saúde, na educação e nos comportamentos sociais**. Porto Alegre: Artes Médicas, 2013.

WHO. World Health Organization. **Health for the World's Adolescents**. 2014. http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/112750/1/WHO_FWC_MCA_14.05_eng.pdf?ua=1.