



24 A 28 DE NOVENO

COSEMP

EDUCAÇÃO, TEMPO E TECNOLOGIAS:
IMPACTOS NA DESHUMANIZAÇÃO E NA
FORMAÇÃO DOS SUJEITOS

X CONGRESSO | XV SEMINÁRIO DE ESTÁGIO SUPERVISIONADO

XII ENCONTRO DO PIBID | X JORNADA JURÍDICA

VIII SELTIQUIM - SEMINÁRIO DE ESTÁGIO DA LICENCIATURA EM QUÍMICA DO IF GOIANO

VELOCIDADE DO CONSUMO DIGITAL, DISPERSÃO ATENCIONAL E FADIGA: IMPACTOS NA FORMAÇÃO DISCENTE

Iraene Lopes Ferreira¹

¹Universidade Estadual de Goiás, iraelopes@hotmail.com

INTRODUÇÃO

A intensificação do consumo digital no cotidiano acadêmico expõe os estudantes estímulos diversos e distrações durante atividades de estudo e aula. Conforme verificaram Dias et al. (2025), que os próprios alunos reconhecem que a hiperconexão é elevada e que as redes sociais interferem na concentração em sala, o que causa impacto negativo da dispersão em medidas de aprendizagem. Esses padrões são documentados por levantamento recente com universitários, que reporta altas horas de conexão diária, percepção de hiperconexão e concordância majoritária de que as redes sociais prejudicam a concentração em aula.

Em âmbito psicocognitivo, a revisão sistemática de Ramos; Vieira (2020) demonstra que a interação com tecnologias em contextos ricos em estímulos e de alto fluxo informacional repercutem negativamente sobre a atenção dos alunos, com maior distração nas aulas e foco em realizar atividades “multitarefa”, de se concentrar em jogos, redes sociais e na aula, ao mesmo tempo. Conforme verificaram os autores, tal situação é amplamente negativa, visto que ao interagir com novos conhecimentos, é necessário que os alunos mantenham um alto nível de concentração na aula e nas explicações do professor, para efetivamente absorver o conteúdo.

De acordo com Brasil (2025), a presença de celulares em sala pode atuar como elemento de distração e reduzir o foco e a produtividade discente quando o uso é inadequado ou excessivo. O documento também registra o movimento regulatório que culminou na Lei Federal nº 15.100/2025, que institui restrições ao uso de aparelhos pessoais na educação básica. Ainda que a legislação apenas aborde a educação básica, a distração, competição por estímulos e gestão do foco são diretamente transponíveis para o ensino superior quando se analisam processos de estudo e avaliação sob alta velocidade de consumo digital (Nascimento, 2017).

A formação discente, concebida como integração entre aquisição de conteúdos, literacia digital e autorregulação, é modulada por variáveis de apropriação das TDIC (Tecnologias Digitais da Informação e Comunicação), incluindo idade de primeira

exposição, capacitação do estudante e incentivo docente (Jovino et al., 2024).

No mesmo contexto, Nascimento (2017) relata variação expressiva na apropriação de recursos digitais condicionada a esses fatores, com implicações para rotinas de estudo e vivências acadêmicas. Diante disso, o objetivo geral do presente trabalho é discutir a relação entre o consumo digital demasiado por discentes e a dispersão atencional e fadiga em contexto escolar. Os objetivos específicos são: apresentar o conceito de tecnologias digitais (TDIC); descrever relações entre hiperconectividade, multitarefa e uso noturno de mídias com atenção, motivação, rendimento e sono de estudantes e indicar medidas pedagógicas e institucionais para gestão da atenção e do fluxo informacional em ambientes virtuais.

METODOLOGIA DE PESQUISA

Trata-se de um estudo bibliográfico, qualitativo, descritivo. Os critérios de inclusão adotados foram: artigos científicos publicados entre 2015 e 2025 (últimos 10 anos), em português ou inglês, que abordem o tema da pesquisa.

Foram selecionadas as obras não duplicadas e publicadas na íntegra. Os critérios de exclusão serão: obras em linguagem que não português e inglês, duplicados e incompletos. A pesquisa foi realizada nos repositórios digitais da Scientific Digital Library Online – Scielo, Web of Science e Google Scholar.

DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Santos et al. (2025) descrevem as tecnologias digitais como “*psicotecnologias*” que incidem diretamente sobre a subjetividade estudantil, regulando ritmos, afetos e modos de existência universitária. Os autores argumentam que a hiperconectividade institui novas formas de vigilância e regulação da vida acadêmica, tornando porosa a fronteira entre tempo de estudo e tempo de vida e ampliando quadros de ansiedade, depressão, distúrbios do sono e *burnout* em estudantes expostos a fluxos comunicacionais acelerados.

Essa interpretação redefine o problema da fadiga discente não como mera consequência de uso excessivo das TDICs, mas como resultado de um ecossistema sociotécnico que comprime pausas, fragmenta a atenção e normaliza estados de alerta prolongado. Nesse sentido, os autores situam a medicalização como resposta recorrente e limitada, que desloca a causalidade para o indivíduo e invisibiliza condicionantes

estruturais do ambiente digitalizado de aprendizagem (Santos et al., 2025).

No recorte psicopedagógico, Zwicker (2022) oferece um conjunto de evidências e proposições derivadas de um estudo qualitativo-quantitativo com 2.007 graduandos da Univesp, no qual a multitarefa concomitante e o uso simultâneo de múltiplas mídias durante aulas on-line se associam, por autorrelato, a menor concentração, retenção de conteúdo, participação e motivação.

Em resposta a esse padrão de sobrecarga e fragmentação do foco, o autor indica elementos de gestão da atenção para ambientes virtuais: dosagem da carga cognitiva, uso de recursos mobilizadores de atenção, canais consistentes de interação, cultivo de segurança psicológica e organização das atividades para favorecer a execução de uma tarefa por vez com progressão e feedback (Zwicker, 2022).

Na educação básica profissional e tecnológica, Carvalho (2020) examina a atenção concentrada de 63 estudantes por meio do teste psicológico AC15, articulando medidas de atenção, questionário de uso de TDIC e coeficiente de rendimento escolar (CRE). O estudo apresenta achados descritivos sobre variações do nível atencional por idade, escolaridade e gênero e estrutura seções específicas para relacionar atenção concentrada e tempo de uso, sem descolar a análise do contexto socioescolar de interação, sociabilidade e lazer digitais.

Brianezzi et al. (2025) sintetizam evidências de que o uso prolongado de tecnologias digitais associa-se ao agravamento de desatenção, hiperatividade e impulsividade em indivíduos com TDAH, destacando a atratividade de recompensas imediatas, a dinâmica de estímulos rápidos e os efeitos na tolerância à frustração e no engajamento sustentado. A revisão também identifica a interferência do uso noturno de mídias digitais na qualidade do sono, componente decisivo para o funcionamento cognitivo e emocional.

A partir desses referenciais, a relação entre velocidade do consumo digital e dispersão atencional pode ser entendida como um entrelaçamento de fatores de projeto dos ambientes de aprendizagem e de governança da atenção estudantil. O diagnóstico de Zwicker (2022) sobre sobrecarga informativa, trilhas pouco organizadas e execução concorrente de tarefas sugere que parte substancial da dispersão é produzida quando fluxos comunicacionais e tarefas didáticas são ofertados sem hierarquização de foco e sem previsibilidade, induzindo alternância constante entre estímulos e tarefas.

A fadiga estudantil, por sua vez, deve ser analisada simultaneamente como

fenômeno fisiológico mediado por sono de baixa qualidade e como efeito sociotécnico de plataformas que maximizam ocupação do tempo desperto. Brianezzi et al. (2025) explicitam o nexos entre uso noturno de mídias e degradação do sono, com impactos diretos sobre atenção, autorregulação e desempenho no dia seguinte. Santos et al. (2025) complementam ao posicionar a aceleração comunicacional e a responsividade contínua como mecanismos que corroem a capacidade de pausa e recuperação, catalisando exaustão emocional e burnout em estudantes que percebem a desconexão como inviável. A interseção desses dois planos, neurocognitivo e sociotécnico, ajuda a explicar por que intervenções centradas apenas na “força de vontade” do aluno tendem a fracassar; o problema é estrutural e demanda reconfiguração de ritmos institucionais, desenho das tarefas e políticas de comunicação acadêmica.

Zwicker (2022) recomenda a organização do estudo em trilhas com progressão clara de dificuldade, feedback tempestivo e incentivo à execução unitária de tarefas, medidas que reduzem trocas contextuais custosas e estabilizam o foco. Santos et al. (2025) apontam a necessidade de políticas comunitárias de cuidado que criem pertencimento, tutorias colaborativas e espaços de acolhimento, deslocando a resposta do eixo puramente medicamentoso para práticas institucionais de suporte e regulação de cargas, inclusive com revisão de calendários e políticas de notificação.

Para a educação básica, a estratégia metodológica de Carvalho (2020), que integra medida psicológica padronizada, autorrelato e indicador escolar, pode ser adotada como monitoramento contínuo da atenção, com devolutivas pedagógicas individualizadas e ajustes finos de tarefas, tempo de exposição e mediação docente.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A aceleração do consumo digital está implicada em ciclos de fragmentação do foco e exaustão discente, com autorrelatos de hiperconexão e interferência de redes sociais sobre a concentração, convergindo com a revisão que descreve prejuízos atencionais em contextos de alto fluxo informacional e incentivo à multitarefa.

Do ponto de vista formativo, o conjunto de evidências ampara intervenções combinadas: regulação institucional do uso de dispositivos em sala e definição de janelas comunicacionais, organização didática com cadência e foco unitário de tarefas, monitoramento contínuo da atenção com instrumentos padronizados e devolutivas pedagógicas e manejo de higiene do sono quando pertinente.

REFERÊNCIAS

BRASIL. **Crianças, adolescentes e telas**: guia sobre usos de dispositivos digitais.

Brasília: Secretaria de Comunicação Social, 2025. Disponível em:

https://www.gov.br/secom/pt-br/assuntos/uso-de-telas-por-criancas-e-adolescentes/guia/guia-de-telas_sobre-usos-de-dispositivos-digitais_versaoweb.pdf.

Acesso em: 29 set. 2025.

BRIANEZZI, Afonso Leonardo Alexandre et al. Exacerbação dos Sintomas do Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade Relacionada ao Uso Prolongado de Tecnologias Digitais. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, v. 7, issue 2, 2025.

CARVALHO, Silvia Meirilany Pereira de. **O impacto do uso de dispositivos eletrônicos na capacidade atencional**: uma análise no processo de ensino-aprendizagem. Salgueiro: Instituto Federal do Sertão Pernambucano, 2020.

DIAS, Arthur Silva et al. Os fenômenos hiperconexão e dispersão na cultura digital: percepções de estudantes e professores de um centro universitário. **Revista Caderno Pedagógico**, Curitiba, v. 22, n. 1, p. 01-26, 2025.

JOVINO, Ana Rívia Silva et al. Dependência digital entre discentes e docentes: uma revisão de literatura para a elaboração de um material educativo. **Revista Interagir**, Ano XIX, v. 19 n. 126 Edição Suplementar, p. 44-49, abr./maio/jun. 2024

NASCIMENTO, Wagner Roberto Dias. **As tecnologias digitais de informação e comunicação na perspectiva da aprendizagem e da moral discente**. São João da Boa Vista/SP: Centro Universitário das Faculdades Associadas de Ensino FAE, 2017.

RAMOS, Daniela Karine. VIEIRA, Rui Marques. Repercussões das tecnologias digitais sobre o desempenho de atenção: em busca de evidências científicas. **Revista Brasileira de Educação**, v. 25, 2020.

SANTOS, Priscila Gonçalves Soares dos et al. Psicotecnologia –da tela ao ansiolítico: tecnologias digitais, adoecimento mental e medicalização da vida universitária. *Revista Aracê*, São José dos Pinhais, v.7,n.8, p.1-55, 2025.

ZWICKER, Melanie Retz Godoy dos Santos. **Neurociência e a gestão da atenção na educação a distância**. Bauru/SP: Universidade Estadual Paulista “Júlio De Mesquita Filho”, 2022.