Processos Atencionais em Risco? Uma Investigação sobre o Uso de Mídias Sociais por Universitários

Emanuella Rodrigues Silverio, Unicathedral[1]
Maria Eduarda Borges de Almeida, Unicathedral[2]
Raisa Anne Marcolin, Unicathedral[3]
Thalia Ribeiro Martins, Unicathedral[4]

RESUMO

Este estudo investiga os possíveis efeitos do uso de mídias sociais e do tempo de tela nos processos atencionais de universitários, considerando a crescente inserção da tecnologia na rotina acadêmica. A coleta de dados será feita por meio de questionário online e aplicação da Bateria Psicológica para Avaliação da Atenção – 2 (BPA-2). A pesquisa pretende contribuir para o debate sobre os impactos da cultura digital e auxiliar na elaboração de estratégias para um uso mais consciente da tecnologia no contexto universitário.

Palavras-chave: Atenção; Mídias sociais; Tecnologia; Cognição; Universitários, Processos atencionais.

INTRODUÇÃO

O avanço tecnológico tem sido uma das principais forças transformadoras da cultura ao longo da história, desde a invenção do telefone por Graham Bell em 1876 até a consolidação da era digital. A era digital tem acompanhado transformações relevantes nos padrões socioculturais, influenciando comportamentos, relações sociais e formas de aprender.

A cultura digital, sustentada pelo uso recorrente de dispositivos eletrônicos e mídias sociais, passou a integrar a rotina cotidiana, especialmente entre jovens e universitários. Nesse contexto, abre-se espaço para investigações na área da Psicologia, com foco nos possíveis efeitos desse cenário sobre funções cognitivas.

[1] Graduanda em Psicologia pelo Centro Universitário Unicathedral em Barra do Garças/MT
[2] Graduanda em Psicologia pelo Centro Universitário Unicathedral em Barra do Garças/MT
3 Docente do curso de Psicologia Centro Universitário Unicathedral,
Contato:raisa.marcolin@unicathedral.edu.br
4 Docente do curso de Psicologia Centro Universitário Unicathedral,
Contato:thalia.martins@unicathedral.edu.br

Brandão (1995 apud LIMA, 2005) ressalta que a atenção é essencial para selecionar e manter estímulos relevantes, permitindo uma interação eficaz com o meio ao priorizar informações comportamentalmente significativas. Lezak (1995) complementa ao classificar a atenção em subtipos: seletiva, alternada, dividida e sustentada, cada um com características específicas no processamento cognitivo, destacando sua relevância para o desempenho acadêmico.

Marchiori *et al*. (2011) apontam que lidamos com uma realidade na qual o excesso de informação, a utilização da mídia como ferramenta de ensino e a priorização da imagem em detrimento da imaginação estão mudando o foco de atenção dos estudantes. É comum vermos as pessoas dividindo a atenção entre a tela do computador ou do celular e qualquer outra atividade que estejam fazendo no mesmo momento (BARBOSA, 2013).

MATERIAL E MÉTODOS

Este estudo possui abordagem quantitativa e caráter exploratório, com a finalidade de investigar os efeitos do uso de mídias sociais e do tempo de tela nos processos atencionais de estudantes universitários, buscando compreender como essas variáveis se relacionam com a capacidade de concentração, produtividade e possíveis dificuldades cognitivas. A partir de uma revisão bibliográfica e da análise dos dados empíricos obtidos, pretende-se contribuir para o debate acerca dos desafios atencionais impostos pela cultura digital e sugerir estratégias para um uso mais equilibrado da tecnologia no cotidiano acadêmico.

A coleta de dados será realizada em duas etapas. Inicialmente, será aplicado um questionário estruturado via Google Forms, contendo perguntas fechadas sobre o perfil sociodemográfico dos participantes, hábitos de uso de mídias digitais e autopercepção sobre atenção. Em seguida, será utilizada a Bateria Psicológica para Avaliação da Atenção - 2 (BPA-2) (RUEDA, 2022), instrumento psicológico padronizado que avalia diferentes tipos de atenção.

RESULTADOS

A partir da análise das referências bibliográficas supracitadas, supõe-se que o uso intensivo de mídias sociais e o tempo excessivo de tela estejam associados a declínios nos processos atencionais de universitários. A partir da aplicação da Bateria Psicológica para Avaliação da Atenção – 2 (BPA-2) (RUEDA, 2022), presume-se a diminuição da atenção sustentada, refletida na dificuldade de manter o foco por períodos prolongados, bem como avaliar a atenção dividida, alternada e seletiva.

Espera-se ainda levantar informações sobre a produtividade, a concentração e a sensação de cansaço mental dos participantes. Tais resultados contribuirão para a compreensão dos efeitos da cultura digital sobre a atenção e para a proposição de estratégias que favoreçam o uso consciente da tecnologia no contexto universitário.

DISCUSSÃO

Ramos e Vieira (2020) destacam que os impactos do uso excessivo de mídias sociais na aprendizagem são cada vez mais evidentes, devido às demandas cognitivas do ambiente acadêmico e à constante presença das tecnologias digitais. Os autores relacionam a dificuldade de concentração em tarefas prolongadas, como leitura e produção acadêmica, ao consumo fragmentado e estimulante do conteúdo digital.

Além disso, o uso frequente de dispositivos digitais, principalmente em contextos não acadêmicos, pode gerar consequências que vão além do domínio cognitivo. Segundo Rosa, Souza Junior e Zumstein (2022), o aumento do uso das tecnologias pode acarretar prejuízos psicossociais, tanto pelo uso excessivo quanto pelas dificuldades de adaptação às novas formas de interação e consumo de informação. Essas alterações podem influenciar não apenas o desempenho acadêmico, bem como o bem-estar emocional dos estudantes. Essa visão crítica reforça a necessidade de refletir sobre o papel das redes sociais no cotidiano acadêmico, considerando tanto seus potenciais quanto seus riscos.

Espera-se que os dados desta pesquisa possam confirmar essas tendências e oferecer subsídios para a construção de estratégias educativas que estimulem o uso consciente da tecnologia, promovendo equilíbrio entre conectividade, atenção e aprendizagem.

CONCLUSÃO

Diante das transformações provocadas pela cultura digital, torna-se relevante investigar como o uso frequente de mídias sociais e o tempo de exposição às telas podem impactar os processos atencionais de universitários. A literatura aponta indícios de que diferentes tipos de atenção podem ser prejudicados por essa rotina tecnológica, especialmente em contextos que exigem foco e organização mental. No entanto, ainda é necessário compreender, de forma empírica, como esses fatores se manifestam no cotidiano acadêmico.

Com isso, esta pesquisa pretende contribuir para o debate sobre os efeitos do uso digital na cognição, oferecendo dados que possam orientar práticas mais conscientes e saudáveis no ambiente universitário. A análise dos resultados poderá favorecer reflexões sobre o equilíbrio entre tecnologia, atenção e aprendizagem, bem como subsidiar estratégias de intervenção nos diversos campos da psicologia.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BARBOSA, M. K. Viver conectado, subjetividade no mundo contemporâneo. IDE, São Paulo, 35 [55], jan. 2013. Disponível em: <https://pepsic.bvsalud.org/pdf/ide/v35n55/v35n55a08.pdf>. Acesso em: 10. jun.2025.

BRANDÃO, M. L. (Org.). Psicofisiologia. São Paulo: Atheneu, 1995.

LEZAK, M. D. Neuropsychological assessment. 3. ed. New York: Oxford University Press, 1995.

MARCHIORI, L. L. M.; MELO, J. J.; MELO, W. J. Avaliação docente em relação às novas tecnologias para a didática e atenção no ensino superior. Avaliação, Campinas; Sorocaba, SP, v. 16, n. 2, p. 433-443, jul. 2011. Disponível em: ,https://www.scielo.br/j/aval/a/5hVdtPwpYfHT6WBZR367FDv/?lang=pt> . Acesso em: 10. mai.2025.

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, p. e250048, 2020. Disponível em: https://doi.org/10.1590/S1413-24782020250048. Acesso em: 06.jun.2025

ROSA, Renata Cristina Martins; DE SOUZA JUNIOR, João Camilo; DE SOUZA ZUMSTEIN, Luciana. **O Tecnoestresse E As Consequências Da Hiperconectividade Para A Educação**. Cadernos da FUCAMP, v. 21, n. 50, 2022. Disponível em: <file:///C:/Users/rodri/Downloads/2712-Texto%20do%20Artigo-10136-1-10-20220314%20(3).pdf>. Acesso em: 15. mai.2025.

RUEDA, Fabían Javier Marín**. Bateria Psicológica para Avaliação da Atenção – 2 (BPA-2)**. São Paulo: Vetor, 2022.

WEISS, Marcos Cesar. Sociedade sensoriada: a sociedade da transformação digital. Estudos Avançados, v. 33, p. 203-214, 2019. Disponível em: https://www.scielo.br/j/ea/a/jPn3NkF6dYx8b56V8snsnQf/. Acesso em: 10 jun. 2025