

**CARTA DOS PARLAMENTARES MIRINS CATARINENSES PARA A
PRESIDENCIA DA ASSEMBLEIA LEGISLATIVA DE SANTA CATARINA**

**A Câmara Mirim e a Criação de Políticas Públicas para Debater a Prevenção da
Dependência Tecnológica**

No cenário atual, é inegável que a tecnologia desempenhe um papel fundamental em nossas vidas. Os avanços tecnológicos revolucionaram a forma como nos comunicamos, estudamos e até mesmo brincamos. Contudo, essa onipresença da tecnologia trouxe consigo desafios que precisamos discutir. Um deles é a dependência tecnológica, um fenômeno preocupante que afeta cada vez mais pessoas, especialmente nós, a geração mais nova.

A dependência tecnológica é caracterizada pelo uso compulsivo de dispositivos eletrônicos, redes sociais e outras formas de entretenimento digital. Isso não se limita a uma questão de mero entretenimento, mas tem implicações profundas na saúde mental e emocional das pessoas. Os riscos associados à dependência tecnológica incluem ansiedade, depressão, isolamento social e uma redução no desempenho dos educandos nas escolas e dos adultos no profissional. Além disso, o uso excessivo de tecnologia também tem implicações para a saúde física, como a falta de atividade física e os riscos associados à exposição à radiação eletromagnética.

Diante desses desafios crescentes, é essencial que as políticas públicas abordem de forma eficaz a prevenção da dependência tecnológica, por isso **nós, vereadores e vereadoras mirins de Santa Catarina, por meio deste documento, propomos uma série de pautas - discutidas durante as nove Conferências Regionais - que abordam iniciativas que buscam tornar Santa Catarina em um estado pioneiro na promoção da conscientização tecnológica.** Essas medidas - que abordaremos com maior amplitude em nosso encontro estadual - visam não apenas diminuir os efeitos adversos dessa dependência, mas criar - a partir de políticas públicas - uma sociedade mais saudável, que use as diversas ferramentas tecnológicas como apoio útil e coletivo e não como uma propensa ameaça a qualidade de vida e a saúde mental.

É nosso objetivo, ao longo destes tópicos, explorarmos e dialogarmos com a sociedade civil um meio para o uso saudável da tecnologia. Estamos diante de um desafio complexo, mas com o trabalho coletivo e a implementação de políticas

públicas adequadas é possível criar um ambiente onde a tecnologia e a qualidade de vida possam coexistir de maneira harmoniosa.

Seguem abaixo as propostas que os parlamentares mirins catarinenses deixam como contribuição para o Poder Legislativo Estadual analisar e na medida do possível tornar realidade.

Campanhas de Conscientização:

- Campanhas no meio digital e nas escolas, incluindo palestras mediadas por médicos, psicólogos e intelectuais no assunto para promover o uso responsável de dispositivos eletrônicos prevenindo a dependência tecnológica - por consequência a ansiedade e depressão - e reforçando a importância da saúde mental.
- Campanhas sobre a "falsa realidade" das imagens ofertadas nas redes sociais com a inclusão de lembretes em fotos advertindo-as.
- Criação de campanhas - por parte do governo e de inserção na TV aberta - animadas de personagens que foquem na educação das crianças sobre o uso responsável da tecnologia.

Educação, Cultura e Atividades Alternativas:

- Cursos gratuitos, incluindo profissionalizantes, oferecidos no contraturno escolar para maior socialização dos educandos.
- Eventos (culturais, esportivos e recreativos) promovidos pela prefeitura ao ar livre para incentivar o convívio da comunidade e também a necessidade de ocupar esses espaços como bem público.
- Incentivar o uso das bibliotecas escolares como também transformá-las em um ambiente chamativo e integrador.
- Implementação de pesquisa no ambiente escolar - feita pelos alunos - para o aprofundamento do uso das tecnologias e seus respectivos perfis.
- Currículo escolar que aborda dependência tecnológica, autoestima e bullying nas escolas.
- Políticas públicas que foquem em escolas mais dinâmicas e tecnológicas, reduzindo a necessidade do uso individualizado e promovendo a tecnologia como ferramenta para o uso coletivo.
- Palestras para as famílias (escola, centro comunitário) sobre o uso responsável das tecnologias.
- Uso da disciplina de informática para um maior desenvolvimento e manuseio das ferramentas tecnológicas como também um espaço para abordar os impactos negativos da exposição excessiva.
- Incentivar o dia dos personagens (desenho, jogos...) nas escolas para que os alunos possam se vestir com as roupas e também utilizar brinquedos

educativos que reforcem a necessidade da socialização entre personagens, trazendo a fantasia do desenho ou jogo para a realidade social.

Saúde e Segurança:

- Inclusão de atendimento psicológico nas escolas para tratar a dependência tecnológica e problemas relacionados.
- Maior rigidez do Art. 252 do Código de Trânsito Brasileiro (CTB) em relação ao uso de celulares em veículos.
- Inclusão de classificação etária na compra de produtos tecnológicos.
- Promoção de hábitos saudáveis (governo, escolas, comunidade), como atividades físicas e leituras.
- Desligamento de aparelhos, uso de modo avião ou distanciamento do aparelho durante a noite (1 hora antes de dormir) para melhorar a qualidade do sono; seguindo de campanhas e políticas públicas que foquem na redução da exposição à radiação eletromagnética.
- Lei que define uma distância mínima de construções próximas de torres de telefonia.
- Limitação do tempo de uso de dispositivos em redes sociais, com base na faixa etária.
- Inclusão do CPF dos pais (crianças até 12 anos) para acesso em aplicativos e jogos.