



**A TECNODIALÉTICA EM PABLO ITURRIETA E SUAS IMPLICAÇÕES NO
USO DO CELULAR CONECTADO POR CRIANÇAS E JOVENS
ADOLESCENTES**

Rosângela Souza de Melo¹

RESUMO

A presente revisão fez uso das percepções do filósofo e sociólogo Pablo Iturrieta, por meio de estudo e recorte analítico da sua obra intitulada "Desligue o Celular e Ligue Seu Cérebro: Por uma Revolução da Atenção na Era Digital" o qual oferece um relevante arcabouço teórico para a compreensão do problema do uso do celular conectado sem orientação e regulação do uso por crianças e jovens adolescentes. Iturrieta argumenta que as tecnologias digitais não são meras ferramentas neutras, mas agentes reconfiguradores da ontologia do humano, operando uma "revolução antropológica silenciosa" que remodela desde as estruturas mais íntimas da cognição até as macroestruturas sociais. O referido autor chama a atenção para o fato de que a preferência por estímulos rápidos e superficiais causam danos no processo da leitura profunda e da reflexão e o comprometimento da memória pela sobrecarregada de multitarefa constante entre outros danos, apontando que família e escola têm que enfrentar a dependência dos jovens de dispositivos como extensões da própria cognição, com prejuízo da autonomia intelectual. O que está em jogo é a formação de sujeitos capazes de usar a tecnologia com consciência, autonomia e responsabilidade. É mister que se tenha um olhar bastante atencioso para os alertas que a ciência, estudiosos e representantes dos direitos humanos, fundamentalmente dos direitos da criança do adolescente vem fazendo nesses tempos de celular conectado as redes sociais, muitas destas promotoras de violência extrema. O uso desenfreado e sem supervisão do celular conectado é provavelmente um dos problemas mais contundentes e nocivos dessa geração.

Palavras-chave: Tecnologia. Celular. Iturrieta. Educação

ABSTRACT

This review draws upon the insights of philosopher and sociologist Pablo Iturrieta, specifically through an analysis of his work *Turn Off Your Cell Phone and Turn On Your Brain: For an Attention Revolution in the Digital Age*, which provides a significant theoretical framework for understanding the issue at hand. Iturrieta argues that digital technologies are not merely neutral tools but agents that reconfigure human ontology, driving a "silent anthropological revolution" that reshapes everything from the most intimate structures of cognition to social macro-structures. The author highlights how a preference for rapid, superficial stimuli impairs deep reading and reflection, while

constant multitasking overloads memory; he further notes that families and schools must confront young people's reliance on devices as extensions of their own cognition—a dependency that undermines intellectual autonomy. At stake is the development of individuals capable of using technology with awareness, autonomy, and responsibility. It is essential to pay close attention to the warnings raised by scientists, scholars, and human rights advocates—particularly regarding the rights of children and adolescents—in this era of mobile phones connected to social media platforms, many of which foster extreme violence. Unchecked and unsupervised smartphone use is arguably one of the most pressing and harmful issues facing this generation.

Keywords: Technology. Mobile phone. Iturrieta. Education.

¹Mestra em Ciências da Educação pela UNAED/PY

1.INTRODUÇÃO

A inserção das tecnologias digitais no cotidiano de crianças, jovens e adolescentes está ficando cada vez mais precoce e persistente nas últimas duas décadas. Dados da “TIC Kids Online Brasil” (2024) revelaram que 95% da população de 9 a 17 anos é usuária de internet no país, representando 25 milhões de crianças e adolescentes conectados, sendo o celular o instrumento mais utilizado para acesso. Tal panorama tem despertado múltiplas e crescente preocupações em familiares, educadores, pesquisadores e formuladores de políticas públicas quanto aos seus malefícios no desenvolvimento infanto-juvenil (Melo, 2026).

O filósofo e sociólogo Pablo Iturrieta, em suas obra "Desligue o Celular e Ligue Seu Cérebro: Por uma Revolução da Atenção na Era Digital" (2023), oferece um arcabouço teórico fundamental para a compreensão deste fenômeno. Iturrieta argumenta que as tecnologias digitais não são meras ferramentas neutras, mas agentes reconfiguradores da ontologia do humano, operando uma "revolução antropológica silenciosa" que remodela desde as estruturas mais íntimas da cognição até as macroestruturas sociais. Seu conceito de "tecnodialética" — a relação dialética em que a tecnologia, produto da agência humana, retroage sobre seu criador condicionando modos de ser, pensar e relacionar-se — oferece lente analítica privilegiada para investigar como o uso de redes sociais perigosas impacta a subjetividade juvenil (Melo, 2026).

O trabalho do filósofo e sociólogo Pablo Iturrieta, condensado em sua obra seminal "O Código e o Espelho: Tecnologia Digital e a Reconfiguração do Humano" (2021), e desenvolvido de forma mais aplicada e urgente em "Desligue o Celular e Ligue Seu Cérebro: Por uma Revolução da Atenção na Era Digital" (2023), emerge como um marco analítico fundamental para a compreensão do século XXI. Seu pensamento, situado na interseção entre a teoria crítica frankfurtiana, a filosofia da tecnologia e a psicologia social, propõe uma investigação profunda sobre como as tecnologias digitais não são meras ferramentas neutras, mas agentes reconfiguradores da ontologia do humano. Para Iturrieta, a "revolução digital" é, na verdade, uma revolução antropológica silenciosa, que remodela desde as estruturas mais íntimas da cognição e da afetividade até as macroestruturas sociais e econômicas. Este texto expandido tem como objetivo

dissecar os tópicos centrais de sua obra, com um foco minucioso na esfera educacional, entendida por Iturrieta como a arena crucial de disputa pelo futuro da subjetividade e da coletividade (Melo, 2026).

2.A TECNODIALÉTICA EM ITURRIETA

Iturrieta em "O Código e o Espelho" (2021), opera com dois conceitos-chave entrelaçados, que são radicalizados em sua obra posterior (Melo, 2026):

- A Tecnodialética: Em contraposição a visões deterministas (tecnofílicas ou tecnofóbicas), Iturrieta propõe uma relação dialética. A tecnologia é produto da agência humana (tese), mas, uma vez instituída, retroage sobre seu criador, condicionando e transformando seus modos de ser, pensar e relacionar-se (antítese). O digital, na contemporaneidade, é a síntese mais avançada e penetrante desse processo.
- A Hipermmodernidade Líquida e a Economia da Atenção: Apropriando-se e expandindo a noção de "modernidade líquida" de Zygmunt Bauman, Iturrieta argumenta que o digital acelera e radicaliza a liquefação. Em "Desligue o Celular e Ligue Seu Cérebro" (2023), ele avança para uma análise concreta da atenção como a nova moeda escassa. Se na modernidade industrial o capital explorava o tempo de trabalho, na hipermmodernidade digital o capital de plataforma explora o tempo de consciência. A arquitetura das redes sociais, dos feeds infinitos e das notificações é meticulosamente projetada para capturar e monetizar a atenção humana, gerando uma economia de extração psíquica. A "vida em beta permanente" e o "presente contínuo expandido" são, portanto, sintomas dessa economia, que produz ansiedade, desenraizamento e superficialidade sistemáticos.

A partir desses pilares, Iturrieta delinea, em suas obras de 2021 e 2023, transformações comportamentais profundas, sendo a segunda obra um diagnóstico mais agudo da crise resultante (Melo, 2026):

- *Cognição e Atenção: A Grande Desconexão Interna:* Enquanto "O Código e o Espelho" descreve a cognição "rasa", "Desligue o Celular..." mergulha nas suas consequências neurológicas e existenciais. Iturrieta detalha o ciclo de recompensa variável dos algoritmos, que gera um estado de dependência por novidades, minando a capacidade para o tédio produtivo e o pensamento profundo. A "memória externa" (Google) leva a uma desqualificação da memória biográfica e do conhecimento internalizado, fragilizando a construção de uma identidade narrativa coerente.
- *Afetividade e Relacionalidade na Economia do Like:* As redes sociais medeiam e formatam as emoções. A lógica da curadoria da vida (via posts, stories) e da quantificação do afeto (likes, seguidores) leva à commoditização das relações e ao surgimento de uma "afetividade performática". A empatia, que exige presença e lentidão, é dificultada, enquanto reações imediatistas (indignação viral, cancelamento) são facilitadas. A solidão coexiste com a hiperconexão.
- *Identidade e Subjetividade: O Self como Projeto de UX/UI:* O self deixa de ser uma construção narrativa interna e contínua para tornar-se um projeto de design digital. A identidade é "fatiada" em perfis de plataformas distintas e está sujeita a constante validação externa. Em "Desligue o Celular...", Iturrieta alerta para

o esvaziamento do "eu interior", que, sem momentos de desconexão e introspecção, perde sua densidade e capacidade de autorreflexão crítica.

- *Ação Coletiva e Política*: A esfera pública migra para as praças algorítmicas, onde a polarização é incentivada (pois engaja) e o debate racional é minado pela lógica do espetáculo e dos *echo chambers*. A ação política frequentemente se reduz ao clique ativista (*slacktivism*), com impacto real duvidoso.

2.1 Implicações Educacionais Minuciosas: Da Crítica à Prática da Desconexão

É na educação que Iturrieta vê o campo de batalha mais decisivo. Se "O Código e o Espelho" (2021) estabelece o diagnóstico teórico, "Desligue o Celular e Ligue Seu Cérebro" (2023) avança com um manifesto prático para a escola, propondo estratégias concretas de resistência pedagógica (Melo, 2026).

No contexto da crise da atenção e a pedagogia do controle cognitivo, o estudante *homo digitalis* chega à sala de aula com um cérebro adaptado aos estímulos pulsantes das telas. Iturrieta, em sua obra de 2023, vai além da crítica e propõe a educação como uma "zona temporariamente autônoma" da economia da atenção. Ele defende a implementação de "rituais de desconexão" (como caixas para guardar celulares no início da aula), períodos de "leitura profunda guardada" (sem interrupções) e práticas de "meditação pedagógica" para treinar o músculo da atenção sustentada. A aula deve ser um treino ativo para "ligar o cérebro" (Melo, 2026).

No contexto da ilusão do nativismo digital e a alfabetização em defesa própria, Iturrieta desmonta o mito do "nativo digital". Habilidade técnica não equivale a compreensão crítica. A educação deve promover uma alfabetização digital radical e defensiva. Isso inclui ensinar a "anatomia de uma notificação" (como ela explora impulsos psicológicos), realizar "autópsias de feeds" para revelar a lógica algorítmica, e mapear a ecologia de dados que cada aluno gera. É uma pedagogia do *hacking* crítico das próprias ferramentas (Melo, 2026).

No contexto do currículo, conhecimento e a revalorização do analógico: na Era da informação abundante, Iturrieta (2023) defende um reequilíbrio deliberado. O currículo deve intencionalmente integrar suportes analógicos (livros de papel, cadernos de esboço, mapas tangíveis) e atividades "low-tech" ou "no-tech" (debates sem telas, observação da natureza, trabalho manual) para desenvolver habilidades cognitivas e sensoriais negligenciadas pelo digital. A autoridade do professor reside, agora, em ser um guia para a profundidade em um mundo superficial (Melo, 2026).

No contexto da personalização algorítmica vs. a emancipação do sujeito, sistemas adaptativos de aprendizagem prometem personalização, mas, para Iturrieta carregam um risco perverso: a pedagogia do algoritmo. A verdadeira personalização, defende ele, emerge do encontro humano imprevisível, do diálogo socrático e do projeto coletivo que desafia roteiros predefinidos. A Formação do Educador como Guardião da Atenção: A formação docente precisa formar "guardas da atenção". Isso significa capacitar o professor não apenas no uso de tecnologias, mas em metodologias de gestão de foco, em neuroeducação básica para entender o impacto das telas, e em técnicas para criar climas de imersão reflexiva em sala de aula, contrariando a lógica do estímulo-fragmentação (Melo, 2026).

2.2 Por uma pedagogia da desconexão consciente e da reconexão com o humano

A obra dupla de Pablo Iturrieta – "O Código e o Espelho" (2021) e "Desligue o Celular e Ligue Seu Cérebro" (2023) – oferece um arcabouço completo que vai da diagnose teórica mais sofisticada ao chamado à ação mais premente. Juntas, elas não propõem um retrocesso luddita, mas uma reapropriação dialética da tecnologia.

O projeto educacional que se desenha é radical: construir uma pedagogia da desconexão consciente. Isso não significa banir a tecnologia, mas sim ensinar a dominá-la através do controle da própria atenção. É uma educação que tem como horizonte a formação de um sujeito "bi-habilidoso": capaz de navegar nas águas rápidas do digital, mas também de ancorar no porto seguro do pensamento lento, profundo e autocontrolado. A escola, conclui Iturrieta em seu manifesto de 2023, deve ser o último laboratório social onde se pratica, cotidianamente, a revolução de desligar o mundo exterior para religar o cérebro, o outro e o mundo sensível. Nesta tarefa, reside a possibilidade de um futuro humano que não seja refém de seus próprios códigos (Melo, 2026).

2.3 Síntese da Obra: "Desligue o Celular e Ligue Seu Cérebro: Por uma Revolução da Atenção na Era Digital" (2023) de Pablo Iturrieta

Em sua obra de 2023, Pablo Iturrieta parte do diagnóstico teórico de seu livro anterior para lançar um manifesto prático e urgente. O autor argumenta que a tecnologia digital, especialmente através dos smartphones e das plataformas de mídia social, não é uma ferramenta neutra, mas um sistema projetado para sequestrar a atenção humana, reconfigurando nossa cognição, nossos afetos e nossa vida social. O livro é um chamado à ação para que indivíduos e instituições (especialmente a escola) reconquistem o controle sobre o foco mental, entendido como a base da autonomia, do pensamento crítico e da experiência humana plena (Melo, 2026).

Iturrieta aprofunda a noção de que, se no capitalismo industrial a commodity era a força de trabalho, no capitalismo de plataforma é o tempo de consciência. Corporações tech projetam seus produtos (feeds infinitos, notificações, autoplay) com princípios da psicologia comportamental para criar ciclos de dependência e maximizar o "tempo de tela", que é monetizado via anúncios e dados (Melo, 2026).

A imprevisibilidade dos *likes* e notificações ativa o sistema de dopamina, criando um comportamento de busca compulsiva, similar ao de máquinas caça-níqueis.

A multitarefa digital é um mito; na verdade, é uma "alternância rápida de tarefas" que esgota os recursos cognitivos, reduz a capacidade de concentração profunda e eleva os níveis de estresse (cortisol).

A dependência de buscas online e do armazenamento digital enfraquece a memória de longo prazo e a capacidade de construir narrativas internas coerentes, um processo essencial para a identidade.

A Crise do *Homo Digitalis* tem consequências ou sequelas como o aumento da ansiedade, *FOMO* (medo de estar perdendo algo), dificuldade de tolerar o tédio (estado crucial para a criatividade) e esgotamento mental. As relações superficiais, empatia

prejudicada pela falta de presença genuína e polarização alimentada por algoritmos que priorizam o engajamento conflituoso. Ocorre o esvaziamento do "eu interior", substituído por uma identidade performática e sempre em busca de validação externa. Nesse contexto, Iturrieta não propõe o abandono da tecnologia, mas uma reapropriação estratégica e crítica. O núcleo do livro é um manual de "higiene digital" que inclui ações como, "Jejuuns" digitais programados, desativação de notificações não essenciais, criação de "zonas livres de tela" (como o quarto), e a prática deliberada de atividades analógicas (leitura profunda de livros físicos, contemplação, trabalho manual).

A escola é identificada como a trincheira mais importante. Iturrieta defende que a Sala de Aula seja como "Zona de Desintoxicação": Implementação de rituais como o depósito de celulares em caixas no início das aulas. Os educadores devem retomar práticas de leitura imersiva, escuta atenta e elaboração de pensamento complexo por escrito. Nesse sentido, ensinar aos alunos como os algoritmos e o *design* persuasivo funcionam, transformando-os de usuários passivos em analistas críticos.

"Desligue o Celular e Ligue Seu Cérebro" conclui que a batalha pela atenção é, na verdade, uma batalha pela soberania da mente e pela condição humana. A obra é um apelo para que entendamos que a capacidade de focar sem interrupções não é um detalhe, mas a base para a autonomia, a criatividade, a conexão significativa e a ação política ponderada. Iturrieta encerra com um imperativo: desconectar-se periodicamente do mundo digital não é um luxo ou uma nostalgia, mas um ato de resistência necessário e um pré-requisito para religar-se consigo mesmo, com os outros e com o mundo real de forma mais plena e consciente. Em suma, a obra é um cruzamento entre um alerta neurosocial, um guia de sobrevivência cognitiva e um manifesto por uma educação que priorize a formação de sujeitos com capacidade de autogestão de sua atenção em um mundo projetado para dissipá-la (Melo, 2026).

Particularmente, para questões neurodivergentes há estudos recentes sobre a relação entre tempo de tela, desempenho e TDAH sendo tema central nos debates de saúde mental de 2025, com a literatura científica apontando consistentemente para uma correlação inversa e preocupante. Indivíduos com TDAH não apenas apresentam maior vulnerabilidade ao uso excessivo de dispositivos digitais, como também sofrem um agravamento dos sintomas principais do transtorno, criando um ciclo prejudicial que impacta negativamente seu desempenho acadêmico, profissional e qualidade de vida (Melo, 2026).

Destarte, a relação entre o Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) e o uso de tecnologias digitais é descrita na literatura mais recente como bidirecional e complexa. Isso significa que os sintomas do transtorno podem levar a um maior envolvimento com as telas, e o uso excessivo destas, por sua vez, tende a exacerbar os sintomas. Pessoas com TDAH, devido a características como impulsividade, busca por recompensas imediatas e dificuldades de autorregulação, são naturalmente mais atraídas por ambientes digitais de estímulos rápidos e constantes (França, 2025).

Estudos de 2024 e 2025 indicam que jovens com TDAH apresentam uma média de uso de redes sociais que pode chegar a 4-6 horas diárias, em comparação com 2-3 horas em grupos de controle, sendo o uso noturno particularmente prevalente entre aqueles com perfil de hiperatividade/impulsividade. A compulsão digital, nesses casos, associa-se a prejuízos significativos, como a redução de até duas horas de sono por noite,

um fator crucial para a regulação emocional e cognitiva. Essa vulnerabilidade cria um ciclo de retroalimentação: o ambiente digital, com suas recompensas variáveis e conteúdo infinito, é particularmente sedutor para um cérebro com TDAH, aumentando o risco de dependência. Pesquisas apontam que indivíduos com o transtorno podem ter até três vezes mais risco de desenvolver dependência digital. Em contrapartida, a exposição prolongada a esses estímulos prejudica ainda mais a capacidade de concentração em tarefas do mundo real, que exigem esforço sustentado e oferecem recompensas em longo prazo (França, 2025).

Os seguintes mecanismos de agravamento dos sintomas de TDAH são citados na literatura (Meireles, 2024; Brianezzi, 2025; Vaz, 2025):

- *Desatenção e Controle Inibitório:* O uso intensivo de plataformas como redes sociais e jogos, baseados em estímulos rápidos e recompensas imediatas, condiciona o cérebro a buscar novidades constantes. Isso dificulta o engajamento em atividades menos estimulantes, como leitura, tarefas escolares ou atividades profissionais que exigem foco prolongado. Um estudo de 2025 reforça que a exposição excessiva a telas está diretamente associada ao aumento dos sintomas de desatenção, hiperatividade e impulsividade.
- *Qualidade do Sono:* A interferência na qualidade do sono é um dos mecanismos mais críticos. O uso noturno de dispositivos, comum entre jovens com TDAH, expõe os olhos à luz azul, que suprime a produção de melatonina e prejudica o ciclo circadiano. A má qualidade do sono, por sua vez, medeia parcialmente a relação entre TDAH e uso excessivo de telas, piorando a regulação emocional e a capacidade atencional no dia seguinte.
- *Prejuízo Acadêmico:* No contexto educacional, os impactos são diretos. Crianças com TDAH que utilizam telas por três ou mais horas diárias demonstram maior dificuldade em interromper o uso, o que está associado a mudanças comportamentais negativas, como agitação e falta de concentração em sala de aula. Professores relatam que isso se reflete em um desempenho escolar comprometido, com prejuízos claros no desenvolvimento cognitivo e comportamental.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A obra "Desligue o Celular e Ligue Seu Cérebro" de Pablo Iturrieta, publicada em 2024, embora não se declare explicitamente freireana, estabelece profundas ressonâncias com o pensamento pedagógico de Paulo Freire, particularmente em sua crítica à alienação e na defesa de uma educação libertadora. Este artigo analisa as convergências entre as posições filosófico-pedagógicas de Freire e as reflexões de Iturrieta sobre o impacto das tecnologias digitais no desenvolvimento cognitivo, destacando como ambos os autores, em contextos históricos distintos, problematizam mecanismos de dominação que comprometem a autonomia do pensamento.

Freire (1987) caracteriza a educação tradicional como "bancária", onde o educando é mero depositário de informações, passivo e adaptado a um conhecimento estático. Iturrieta, por sua vez, denuncia o que poderíamos chamar de "modelo bancário digital" - onde informações são "depositadas" via dispositivos digitais sem mediação crítica, produzindo uma falsa sensação de saber. Ambos criticam a ilusão do conhecimento fácil: para Freire, "a educação que se impõe aos que verdadeiramente se

comprometem com a libertação não pode fundar-se numa compreensão dos homens como seres 'vazios' a quem o mundo 'enche' de conteúdos" (Freire, 1987, p. 79). Iturrieta ecoa: "Google dá respostas, mas não dá entendimento" (Iturrieta, 2024, p. 112), alertando que o acesso imediato à informação sem processamento crítico gera "conhecimento de superfície".

Esta convergência aponta para uma crítica comum à *passividade cognitiva*. Enquanto Freire denuncia o aluno como objeto da educação, Iturrieta denuncia o usuário como objeto dos algoritmos. Ambos enfatizam que a verdadeira aprendizagem exige esforço, problematização e reconstrução ativa do conhecimento.

O conceito central de *conscientização* em Freire - "tomar consciência da realidade como realidade, e não como algo dado e imutável" (Freire, 1987, p. 102) - encontra paralelo na proposta de Iturrieta de *desconexão consciente*. Para Freire, a conscientização é o processo pelo qual o indivíduo transcende a visão ingênua da realidade para uma visão crítica, percebendo-se como sujeito histórico. Iturrieta propõe que "desligar o celular" é ato político-cognitivo similar: "A desconexão não é fuga, é retorno a si mesmo para perceber as engrenagens que nos movem" (Iturrieta, 2024, p. 89).

Esta conexão é particularmente relevante para educadores: assim como Freire insiste que "não há ensino sem aprendizagem" (Freire, 1996, p. 23), Iturrieta sugere que não há aprendizagem profunda sem desconexão das distrações digitais. Ambos valorizam o *espaço do diálogo e da reflexão* como constitutivos do ato de conhecer. A sala de aula freireana, espaço do diálogo problematizador, assemelha-se ao "espaço mental protegido" que Iturrieta defende contra a invasão das notificações.

O grande desafio para as próximas décadas não será apenas tecnológico, mas profundamente humano e filosófico: como cultivar as virtudes intelectuais clássicas – atenção profunda, memória cultivada, pensamento crítico, sabedoria – em um mundo onde a tecnologia não é mais uma ferramenta externa, mas uma extensão da nossa própria mente. A resposta residirá na capacidade de desenvolver, desde já, uma literacia cognitiva digital que vá além do uso instrumental, preparando as novas gerações não apenas para operar as máquinas, mas para governar a própria cognição em simbiose com elas.

A perspectiva para as habilidades cognitivas em 2040, projetada a partir do conhecimento gerado em 2025, é de uma transformação profunda e promotora de muitas discussões éticas, educacionais, legais e morais. O caminho aponta para um cenário onde os processos biológicos e artificiais devam se entrelaçar de maneira inédita. As evidências atuais sobre os efeitos neurais e comportamentais do uso intensivo da internet servem como um alerta sobre a plasticidade do nosso cérebro e a necessidade de uma integração tecnológica consciente (Melo, 2026).

5. REFERÊNCIAS

FRANÇA, Marina Cobra et al. Correlação entre o uso excessivo de redes sociais e sintomas do transtorno de déficit de atenção e hiperatividade em jovens adultos. **Anais de Eventos da IFMSA Brazil**, v. 1, n. 1, 2025.

FREIRE, P. Pedagogia do oprimido. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1987.

FREIRE, Paulo. **Educação como Prática da Liberdade**. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1967.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia da Autonomia: Saberes Necessários à Prática Educativa**. São Paulo: Paz e Terra, 1996.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia do Oprimido**. 17^a ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1987.

ITURRIETA, P. **O código e o espelho: tecnologia digital e a reconfiguração do humano**. [S.l.]: [s.n.], 2021.

ITURRRIETA, Pablo. **Desligue o Celular e Ligue Seu Cérebro: Por Uma Revolução Cognitiva na Era Digital**. São Paulo: Editora Auster, 2024.

MELO, R.S. **Mudanças de comportamento, danos na capacidade de resolver problemas e na construção do pensamento crítico: um recorte analítico-teórico sobre o uso do celular por jovens estudantes, año, 2026**. Dissertação de Mestrado, UNADES, PY, 2026.

TIC KIDS ONLINE BRASIL, 2024. *Apud* Porvir, 2025; NOVA ESCOLA, 2025.