

Estão “fora de órbita”: por que devemos nos preocupar com a geração atual?

They are “out of orbit”: why should we be concerned about the current generation?

Están “fuera de órbita”: ¿por qué debemos preocuparnos por la generación actual?

 **Caroline Aranha Kalil**

Programa de Pós-Graduação em Psicologia Social da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (PPGPS/UERJ).

E-mail: aranhapsicologias@gmail.com

 **Ana Cléa Candido da Silva**

Programa de Pós-Graduação em Psicologia Social da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (PPGPS/UERJ).

E-mail: aninhavarig@hotmail.com

 **Beatriz de Lima Correia**

Programa de Pós-Graduação em Psicologia Social da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (PPGPS/UERJ).

E-mail: correiabeatriz.psi@gmail.com

 **Ediellen Naus Queiroz Machado**

Programa de Pós-Graduação em Psicologia Social da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (PPGPS/UERJ).

E-mail: psiediellenqueiroz@gmail.com

 **Isadora Teresa Paulo de Souza**

Programa de Pós-Graduação em Psicologia Social da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (PPGPS/UERJ).

E-mail: isadoratpsouza@gmail.com

 **Larissa Gonçalves Gama**

Programa de Pós-Graduação em Psicologia Social da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (PPGPS/UERJ).

E-mail: contatopsi.larissagoncalves@gmail.com

 **Lia Beatriz Teixeira Torraca**

Programa de Pós-Graduação em Psicologia Social da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (PPGPS/UERJ).

E-mail: metaffectus@gmail.com

 **Edna Lúcia Tinoco Ponciano**

Instituto de Psicologia da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (IP/UERJ).

E-mail: ednaponciano@uol.com.br

RESUMO

Estaríamos deixando nossas crianças em um mundo tão estranho quanto Marte? Em “A Geração Ansiosa” (2024), Jonathan Haidt revela como, desde 2010, a infância do brincar foi trocada pela infância do celular, provocando uma crise na saúde mental dos jovens. Essa “Grande Reconfiguração” substituiu relações reais por conexões virtuais, em que as crianças são superprotegidas no mundo físico, mas vulneráveis no digital, resultando em privação social, privação de sono, atenção fragmentada e vício. Haidt defende medidas ousadas para enfrentar essa crise, sempre baseadas em dados, preocupação e responsabilidade. Propõe limitar o uso precoce dos *smartphones*, regular as redes sociais, valorizar o brincar livre, estimular a autonomia e resgatar o contato com a natureza. Um alerta urgente não só para especialistas, mas para pais e educadores.

Palavras-chave: Hiperconectividade; Redes sociais; Desenvolvimento infantil; Adolescência.

ABSTRACT

Are we leaving our children in a world as strange as Mars? In *The Anxious Generation* (2024), Jonathan Haidt reveals how, since 2010, childhood play has been replaced by childhood on the phone, triggering a mental health crisis among young people. This “Great Rewiring” has substituted real relationships with virtual connections, where children are overprotected in the physical world but vulnerable in the digital one, resulting in social deprivation, sleep deprivation, fragmented attention, and addiction. Haidt advocates bold measures to face this crisis, always based on data, concern, and responsibility. He proposes limiting early smartphone use, regulating social media, valuing free play, encouraging autonomy, and restoring contact with nature. An urgent warning not only for specialists but also for parents and educators.

Keywords: Hyperconnectivity; Social media; Child development; Adolescence.

RESUMEN

¿Estamos dejando a nuestros niños en un mundo tan extraño como Marte? En *The Anxious Generation* (2024), Jonathan Haidt revela cómo, desde 2010, la infancia del juego ha sido reemplazada por la infancia del celular, provocando una crisis de salud mental entre los jóvenes. Esta “Gran Reconfiguración” sustituyó las relaciones reales por conexiones virtuales, donde los niños están sobreprotegidos en el mundo físico pero vulnerables en el digital, resultando en privación social, privación de sueño, atención fragmentada y adicción. Haidt defiende medidas audaces para enfrentar esta crisis, siempre basadas en datos, preocupación y responsabilidad. Propone limitar el uso precoz de smartphones, regular las redes sociales, valorar el juego libre, estimular la autonomía y rescatar el contacto con la naturaleza. Una alerta urgente no solo para especialistas, sino también para padres y educadores.

Palabras clave: Hiperconectividad; Redes sociales; Desarrollo infantil; Adolescencia.

Imagine enviar seus filhos para Marte: um bilionário excêntrico oferece que façam parte da primeira colônia humana, sem consentimento ou garantias de segurança física ou psicológica. Parece absurdo, não é? Jonathan Haidt nos convida a refletir sobre algo parecido na vida digital atual, em que crianças e adolescentes vivem em um mundo virtual cheio de incertezas e de riscos. A facilidade de usar celulares para mantê-los entretidos e seguros no mundo real parece um alívio, mas qual é o custo real disso? Em “A Geração Ansiosa” (2024), Haidt discute a “Grande Reconfiguração da Infância”, que transformou a infância do brincar em uma infância centrada no celular, afetando também os adolescentes. O mundo real, com suas interações corporificadas e relações sociais que exigem esforço, foi substituído por um ambiente virtual assíncrono, descorporificado, conectado a milhares de pessoas. Essa mudança é amplificada pelas redes sociais, que expõem jovens a ambientes viciantes e a constantes julgamentos. Partindo de uma perspectiva crítica e reflexiva, desde a “Psicologia do Desenvolvimento”, fizemos uma leitura da obra de Haidt que, com base em dados históricos e em pesquisas interdisciplinares, analisa os impactos dessa transição na saúde mental e no desenvolvimento infantojuvenil, propondo ações coletivas para resgatar o brincar livre e a conexão com o mundo real.

No único capítulo da parte I (“O aumento repentino do sofrimento”), o autor analisa a elevação nos índices de ansiedade e de depressão em pré-adolescentes e adolescentes, comparando as gerações Z e *millennials*. Tomando como referência os países da Anglosfera, a partir da década de 2010, o autor levanta a hipótese de uma crise global de saúde mental associada ao uso precoce e intensivo de *smartphones* e redes sociais, como fator central de uma transformação social negativa, que impacta meninas e meninos de formas distintas. O argumento central de Haidt relaciona transformações nos modos de socialização, marcadas pela conexão constante dos adolescentes, mesmo *offline*, propondo uma comparação nos dados de saúde mental entre a infância analógica (pré-2010) e a digital (pós-2010). Embora a sistematização contribua para evidenciar tendências relevantes no campo da saúde mental infanto-juvenil, a análise tende a universalizar fenômenos situados, com limitada problematização de determinantes sociais mais amplos. Desse modo, cabe situar que a análise da saúde mental

demanda o reconhecimento de marcadores sociais que atravessam a vida subjetiva (Hoepers, 2023), ampliando o olhar sobre o tempo e o uso das redes.

No capítulo 2 (“O que as crianças precisam fazer na infância”), que inaugura a parte II, o autor enfatiza o declínio da infância do brincar. Na infância, destacam-se como aspectos relevantes o brincar livre, a sintonização, a aprendizagem por observação e os períodos sensíveis do desenvolvimento cerebral, que, ao serem integrados, permitem o desenvolvimento de competências para se tornar um adulto funcional. A transição da “infância baseada no brincar” para a “infância baseada no celular” impacta a aquisição de habilidades interpessoais. O autor Panksepp (2007) aponta a importância do brincar para o desenvolvimento das funções executivas e corrobora a ideia de que a brincadeira insuficiente provoca um amadurecimento mais lento de algumas funções. Dessa forma, o olhar crítico permite apontar que tal modelo pressupõe linearidade e naturaliza etapas, o que não é suficiente para explicar a multiplicidade da infância, além de ignorar aspectos culturais que influenciam a passagem entre as etapas desenvolvimentais e afetam a cognição (Burman, 2024).

No capítulo 3 (“Modo descoberta e a necessidade de risco no brincar”), observa-se uma tendência crescente de permissão irrestrita ao acesso à internet e às redes sociais, enquanto crianças e adolescentes são impedidos de explorar o mundo real. A compreensão dos dois modos de operação do cérebro, “modo defesa” e “modo descoberta”, e do conceito de antifragilidade permite identificar os impactos positivos do brincar com riscos. O modo descoberta se ativa a partir da identificação de oportunidades, proporcionadas pela brincadeira e pela autonomia. O modo defesa é acionado diante de ameaças, e a superproteção leva à ativação constante desse modo. Antifragilidade significa que fatores de estresse ou de riscos controlados são necessários para que a criança se torne um adulto saudável. Nesse sentido, é pelo risco das brincadeiras que o modo descoberta se mantém e permite experiências minimamente perigosas que despertam emoções fortes. Por outro lado, um olhar socialmente situado permite identificar casos em que a utilização das telas aparece como estratégia de suporte parental. Apesar de reconhecer os efeitos negativos da utilização de aparelhos eletrônicos, a pesquisa de Amorim e Santos (2025) evidencia, a partir de entrevistas com mães solo, o quanto as “telas funcionam como aliadas no cotidiano da mãe que precisa desempenhar simultaneamente os papéis de cuidar, gerir e prover o lar” (p. 14). Nesse sentido, a culpabilização integral das famílias sobre determinados aspectos relacionados ao cuidado com os filhos pode produzir uma perspectiva limitada. Ao ignorar as desigualdades sociais presentes na realidade brasileira, que implicam o enfrentamento de cargas horárias de trabalho extensas somadas à reduzida rede de apoio, favorece-se a desresponsabilização do Estado em promover políticas públicas de apoio às famílias.

Portanto, as diferentes realidades devem ser contempladas, ainda que, no capítulo 4 (“Puberdade e as mudanças na transição para a vida adulta”), Haidt analise, de modo genérico, o impacto da puberdade e das experiências da infância e da adolescência na formação cerebral, fase de alta plasticidade, e no desenvolvimento emocional. Ao alertar que a busca por uma infância totalmente segura, livre de frustrações e de obstáculos, enfraquece os filhos, tornando-os mais vulneráveis, destaca a migração das experiências físicas para o digital, que substitui antigos ritos de passagem essenciais para a transição à vida adulta. A ausência desses marcos, junto ao uso precoce e excessivo de *smartphones*, pode contribuir para a deterioração da saúde mental, deixando os jovens mais ansiosos e despreparados para os desafios reais (Steinberg, 2014). Será que isso acontece em nossa realidade?

O estilo argumentativo de Haidt na parte II conecta neurociência, história e cultura, aproximando o leitor de reflexões, muitas vezes, ignoradas no dia a dia. Ele defende a urgência de repensar a criação das novas gerações, propondo a reinvenção de ritos de passagem que marcam a transição para a vida adulta. Apesar da relevância, o autor poderia aprofundar a análise das dinâmicas sociais e econômicas que influenciam essas mudanças, incluindo contextos culturais, além da Anglofera.

O capítulo 5 (“Os quatro prejuízos fundamentais: privação social, privação de sono, atenção fragmentada e vício”) inicia a parte III do livro, abordando a “Grande Reconfiguração”, a ascensão da infância baseada no celular. Haidt destaca quatro prejuízos desse uso excessivo: as relações sociais, que sofrem uma diminuição tanto com familiares quanto com amigos, ocorrendo majoritariamente de forma *online*; a privação do sono, provocando prejuízos cognitivos e de aprendizagem, e na saúde mental; a atenção fragmentada, proveniente das diversas notificações que roubam a atenção do usuário e que geram danos à habilidade da atenção sustentada; e, por último, o vício, uma vez que o sistema de recompensas do cérebro fica condicionado a partir dos

algoritmos, criando uma dependência a estímulos cada vez mais inseridos na rotina. O autor discorre sobre a corresponsabilidade dos pais, em que os estilos parentais são influentes no desenvolvimento saudável (Hawkes, 2023). Os pais, frequentemente, usam as telas para entreter as crianças enquanto vivem sua própria privação social. Apesar de importante a discussão, Haidt não aprofunda ou trata o que pode ser a verdadeira problemática de pais utilizando as telas como recurso no cuidado infantojuvenil, como a sobrecarga da interação de tarefas domésticas, parentalidade e rotinas de trabalho estressante (Becker & Donelli, 2024).

Haidt defende que a deterioração da saúde mental de jovens estaria relacionada à Grande Reconfiguração, fenômeno associado ao uso dos *smartphones* e que reflete aspectos característicos do processo de virtualização. O autor busca traduzir o fenômeno levando em consideração a dimensão coletiva e as diferenças fisiológicas entre meninos e meninas. A primeira diferença estaria no próprio processo de degradação da saúde mental durante a última década, repentino e acelerado entre as meninas, enquanto entre os meninos a mudança foi gradual e anterior ao advento dos *smartphones*. Essa diferença pode estar associada ao portal de acesso ao mundo virtual: as redes sociais para as meninas e os jogos *online* para os meninos, ou seja, um espaço de exposição imagética e o outro de profunda imersão percepto-afetiva, respectivamente. A segunda diferença estaria na motivação das interações virtualizadas, ou seja, os jogos *online* teriam suprido a perda de oportunidades para meninos exercerem sua agência, e as redes sociais teriam capturado o desejo de comunhão das meninas.

Parece incontestável que, tanto para meninas quanto para meninos, o excessivo tempo despendido no modo virtualizado acaba por oportunizar a adição e recrudesce os efeitos prejudiciais à saúde mental dos jovens. Aspectos que têm fundamentado ações judiciais mundo afora, pretendendo a responsabilização das grandes empresas de tecnologia, seja culpabilizando a mediação algorítmica¹ ou a própria estética das plataformas de mídia social². Merece destaque a iniciativa do governo federal brasileiro regulamentando o uso de celulares nas escolas públicas e privadas. Os dispositivos da Lei nº 15.100, de 13/01/2025, coadunam-se com as orientações de Haidt, reconhecendo a importância dessa restrição para além dos bancos escolares. É possível afirmar que a estética da plataforma promove e incentiva a imagética pessoal por meio da “*self*”. O acoplamento da câmera fotográfica ao celular fez possível ao sujeito produzir sua autoimagem em outra dimensão espaço-temporal. Essa *self* submetida ao “sociômetro” das mídias sociais reflete o que Sherry Turkle (2020) denominou de “segundo *self*” e “*self* digital”, que traduz a construção do *self* vinculada à desterritorialização do sujeito. Quando o processo de virtualização sofre a interferência dos algoritmos, o que temos é a produção do “*self* algorítmico” (Markham, 2013), que passa a atuar como coconstrutor de identidade.

Apesar das promessas de ampliação do espectro social de comunhão e de bem-estar, os efeitos da conexão digital podem ser contrários, com destaque para as distorções imagéticas e distúrbios no sono, mais acentuados em meninas, não só pelo maior tempo nas redes, mas por suas necessidades centrais de desenvolvimento serem exploradas e subvertidas com mais facilidade pelas plataformas de mídias sociais do que as dos meninos. Um fenômeno que o autor acredita traduzir a lógica “*influencer*” e alguns transtornos sociogênicos. Porém, para ambos, é possível observar processos dissociativos relacionados ao tempo despendido *online*. Tanto para meninas quanto para meninos, a *internet* acabou por facilitar comportamentos predatórios e persecutórios, amplificando a vulnerabilidade de ambos, apesar da percepção de segurança no espaço virtual. A agressividade é outro aspecto igualmente manifestado de forma diferenciada entre meninas e meninos, que deve ser mais investigada.

Haidt destaca o aumento dos índices de transtornos internalizantes, como depressão e ansiedade, e diminuição em ambos os sexos dos transtornos externalizantes. Ainda que a conexão desterritorializada pareça vantajosa para meninas e meninos, ampliando as possibilidades de interação e de construção de conhecimento, a solidão, a ansiedade e a depressão se apresentam no mundo virtual da conexão. Os reflexos desse fenômeno na fase adulta são apontados no relatório da *American Psychological Association*, publicado em 2025, associando o desenvolvimento das tecnologias de comunicação como um dos fatores estressores. A pesquisa aponta não só uma divisão social, mas a desconexão como elemento disparador do estresse na fase adulta, revelando sintomas como sentir-se deprimido ou triste, nervoso ou ansioso, cansado e com dores de cabeça.

No capítulo 8 (“Elevação espiritual e degradação”), o autor introduz uma reflexão sobre os impactos da vida digital a partir da dimensão espiritual da experiência humana. Apresenta o conceito do “eixo da divindade”, que soma às dimensões sociais, sugerindo que as ações humanas podem nos elevar espiritualmente (admiração,

compaixão, virtude) ou nos rebaixar (comportamentos degradantes). Haidt argumenta que a hiperconectividade, centrada em celulares e redes sociais, promove uma degradação espiritual, manifestada como vazio, fragmentação e perda de sentido. As plataformas digitais estimulam a autorreferência constante e a busca por validação, enfraquecendo a conexão autêntica, a presença e as experiências transcendentais. A noção de vazio existencial evocada por Haidt dialoga com Frankl (2011), para quem a busca de sentido constitui uma dimensão fundamental da existência humana. Segundo o autor, o vazio emerge quando essa busca é frustrada nas circunstâncias concretas da vida, não podendo ser reduzido a um único fator isolado. Desse modo, a perda de sentido descrita por Haidt pode ser compreendida como expressão de uma dificuldade contemporânea de construção de significado nas relações e experiências cotidianas, o que tem se apresentado na realidade do mundo virtual.

Em resposta, o autor propõe seis práticas que restauram a elevação espiritual: sacralidade compartilhada (momentos coletivos que reafirmam o pertencimento); corporeidade (experiências físicas que fortalecem vínculos); imobilidade, silêncio e foco (pausas tecnológicas para acalmar a mente); autotranscendência (conexão com algo maior); pouca raiva e muito perdão (trocar julgamentos por compreensão); e admiração da natureza (conexão com a beleza natural). Essas práticas, presentes em várias culturas, fortalecem vínculos comunitários, reduzem o ego e ampliam o bem-estar. Ao final, o autor ressalta que, na ausência de experiências significativas e de conexão, o vazio tende a ser ocupado pelo ruído empobrecedor das redes sociais, fenômeno que deve ser compreendido no interior das transformações sociais contemporâneas (Aguiar & Andrade, 2021), marcadas pela intensificação das exigências de desempenho, pela fragilização dos vínculos comunitários e pela busca constante de validação e de visibilidade.

A Parte III do livro adota uma abordagem ousada ao afirmar que a Grande Reconfiguração afeta meninas e meninos de maneiras similares e distintas, embora sem se aprofundar em marcadores como sexualidade, raça, etnia ou cultura. Ainda assim, o autor amplia sua análise ao considerar diferentes tradições religiosas, buscando pontos de interseção entre elas e sugerindo que, independentemente da doutrina, a espiritualidade está ligada a um bem-estar fundamental comum. Considerar esses dados com recortes mais específicos, como gênero, enriquece o debate iniciado por Haidt. A leitura desses capítulos evidencia a urgência de se refletir sobre o contexto feminino, especialmente quando se leva em conta as particularidades de ser mulher em uma sociedade marcada por índices elevados de violência de gênero (WHO, 2021). Tais fatores contribuem para o enfraquecimento emocional de meninas, que, ao se tornarem mulheres, muitas vezes, enfrentam a vida com menos recursos psíquicos e sociais para lidar com desigualdades estruturais e desafios intrínsecos à disparidade de gênero.

O capítulo 9 (“Preparativos para a ação coletiva”) introduz a quarta e última parte do livro, direcionando a reflexão para ações coletivas voltadas à promoção de uma infância e adolescência mais saudáveis, defendendo a urgência de práticas que adiem o acesso precoce a *smartphones* e redes sociais, destacando o reconhecimento progressivo, por famílias, escolas e empresas de tecnologia, da crise de saúde mental. O autor enfatiza a relevância de estratégias grupais envolvendo famílias, escolas e comunidades, em contraste com iniciativas individuais que, frequentemente, apresentam pouca eficácia. Entretanto, a implementação de tais estratégias demanda considerar contextos sociais diversos, desigualdades de acesso às tecnologias e condições familiares heterogêneas.

No capítulo 10 (“O que governos e empresas de tecnologia podem fazer agora”), Haidt critica empresas que exploram fraquezas psicológicas para prender jovens a algoritmos viciantes, comparando-as à indústria do tabaco. Os governos também falharam ao não criar regras eficazes de proteção. O autor propõe: “dever de cuidado”, idade mínima de 16 anos, verificação de idade e proibição de celulares nas escolas. No mundo real: leis que incentivem autonomia, mais tempo para brincar, cidades seguras e contato com a natureza. Só a cooperação entre governos, empresas e famílias pode conter a crise. Entretanto, sob a perspectiva bioecológica do desenvolvimento, tais medidas constituem apenas um dos níveis de intervenção possíveis. O envolvimento de adolescentes em atividades extracurriculares, por exemplo, resulta da interação entre família, escola, comunidade e políticas públicas, que estruturam suas oportunidades de participação (Matias & Carmo, 2025). Assim, promover o desenvolvimento saudável exige ir além da regulação tecnológica, considerando a qualidade e a articulação dos diferentes contextos sociais que moldam as experiências juvenis.

No capítulo 11 (“O que as escolas podem fazer”), em vez de sugerir soluções complexas ou caras, aposta em medidas simples que podem provocar mudanças significativas, como a da proibição do uso de *smartphones* nas

escolas, incentivando as brincadeiras que ampliam o desenvolvimento emocional (Burman, 2024). Ao exemplificar com escolas que adotaram essas mudanças, sinaliza-se para o impacto positivo no bem-estar, no comportamento e no desempenho acadêmico. No contexto brasileiro, essa medida já vem sendo adotada, com fundamento na lei que restringe o uso de celulares em ambiente escolar (Lei n.º 15.100, 2025). Haidt destaca ainda o projeto *Let Grow*, que estimula experiências de independência e estratégias para combater a cultura da superproteção.

No capítulo 12 (“O que os pais podem fazer agora”), o autor apresenta recomendações para os pais conforme diferentes faixas etárias, para reduzir os impactos da “geração ansiosa”. Para crianças de até 6 anos, destaca-se a importância de evitar apresentar telas, priorizando experiências reais com seus pares. Para a faixa dos 6 aos 12 anos, recomenda-se redução de tempo de tela para no máximo duas horas diárias, incentivo às atividades ao ar livre, o desenvolvimento de autonomia e o fortalecimento dos vínculos familiares, por meio do diálogo. Para adolescentes, sugere-se promover a inserção nas responsabilidades domésticas, estimular deslocamentos independentes e monitorar sinais de vício em tecnologia. A abordagem sobre ansiedade parental é um dos pontos importantes do capítulo, pois mostra que os pais são atingidos. Apesar de interessante, algumas dicas que Haidt fornece não são simples ou comuns à cultura brasileira, como ano sabático e intercâmbio. O fator segurança pública é relevante na preocupação dos pais brasileiros, mas que ainda assim consideramos um desafio, já que não se deveria limitar novos aprendizados aos jovens.

A força desses capítulos, que encerram a última parte do livro, está justamente na capacidade de articular ciência, relatos cotidianos e intervenções, em um texto fluido que dialoga tanto com educadores quanto com pais e cuidadores. No entanto, apesar do caráter inspirador das propostas, o autor poderia ter aprofundado os desafios práticos e as resistências sociais que surgem ao tentar limitar o uso de celulares e incentivar o brincar livre. Apesar disso, Haidt é eficaz ao destacar que prevenir é mais transformador do que remediar e que confiar nos jovens é fundamental para que se tornem adultos confiantes e emocionalmente saudáveis. Para ele, a escola deve ser um espaço de crescimento real, onde o erro é parte do aprendizado e as crianças possam correr, brincar e viver sem vigilância constante.

Para reforçar seu argumento com impacto, Haidt retoma a analogia da empresa de tecnologia que leva crianças para crescer em Marte sem o consentimento dos pais. Embora pareça irresponsável enviar filhos ao planeta vermelho sem segurança, permitir o acesso irrestrito ao mundo digital, com riscos similares, é comum. Intencionalmente ou não, essa analogia ressoa com a música “*Rocket Man*” do cantor e compositor britânico Elton John (1972), que já alertava: “*Mars ain't the kind of place to raise your kids / In fact, it's cold as hell / And there's no one there to raise them / If you did*”.

Ao defender que o enfrentamento do problema demanda ações em múltiplos níveis, do individual ao comunitário, o autor desloca a discussão para a dimensão coletiva, reconhecendo que a reorganização da infância é um fenômeno social. Entretanto, uma leitura crítica exige situar suas proposições em contextos sociais específicos. A noção de uma “geração ansiosa” tende a operar com uma ideia relativamente universalizada de infância, o que pode negligenciar a multiplicidade de trajetórias desenvolvimentais e as diferentes condições materiais de acesso, de mediação e do uso das tecnologias. Outro ponto que merece aprofundamento refere-se às condições de parentalidade e de dinâmicas familiares, que desvelam assimetrias estruturais que modulam tanto o acesso quanto os efeitos da tecnologia. A mediação ativa do uso das tecnologias, que frequentemente é defendida como estratégia protetiva (Santos et al., 2024), pressupõe tempo disponível, estabilidade laboral e capital financeiro, recursos desigualmente distribuídos na sociedade. Nesse sentido, a crítica ao uso excessivo das telas e da necessidade de retomar a infância do brincar, embora pertinente, precisa considerar que a possibilidade de supervisão e de mediação é também um privilégio social. Por isso, para que as proposições da obra sejam produtivas em contextos marcados por desigualdades, como no Brasil, é necessário ampliar a análise, incorporando a pluralidade das infâncias e os atravessamentos sociais que modulam o acesso e os efeitos das tecnologias. Essa ampliação não invalida a tese de Haidt, mas a complexifica, evitando reducionismos e favorecendo respostas mais contextualizadas e socialmente sensíveis.

Assim como Marte, o universo *online* é um território hostil, pouco regulado, cheio de perigos invisíveis e impactos graves no desenvolvimento infantojuvenil. A mensagem do livro é clara e urgente: é necessário trazer crianças e adolescentes de volta para a Terra, onde a brincadeira física e a exploração genuína, essenciais

para a evolução humana, possibilitam conexões reais e o florescimento da pessoa, em uma perspectiva de desenvolvimento biopsicossocial (Berger, 2003).

Referências

- Aguiar, M. H. C., & Andrade, A. M. M. (2021). Vazio existencial e sofrimento psíquico na vida contemporânea: A busca do sentido. *Cadernos de Psicologia*, 3(5), 539–554. <https://seer.uniacademia.edu.br/index.php/cadernospsicologia/article/viewFile/3160/2160>
- American Psychological Association (2025). *Stress in America 2025: A Crisis of Connection*. Washington, DC: APA. <https://www.apa.org/pubs/reports/stress-in-america/2025/full-report.pdf>
- Amorim, C. S., & Santos, A. D. B. dos. (2025). Telas digitais como ferramentas de apoio à monoparentalidade feminina. *Revista DELOS*, 18(75), 1–21. DOI: <https://doi.org/10.55905/rdelosv18.n75-135>
- Balamurugan, G., & Vijayarani, M. (2025). Filtering reality: Navigating Instagram's influence on adolescent mental health. *Journal of education and health promotion*, 14(1), 84. DOI: https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_483_24
- Becker, D., & Donelli, T. M. S. (2024). “Nem Sempre Funciona, Mas Ajuda”: Percepções Parentais Sobre A Exposição Do Bebê Às Telas. *Psicologia em Estudo*, 29(1), E54957. DOI: <https://doi.org/10.4025/psicolestud.v29i0.54957>
- Berger, K. S. (2003). *O desenvolvimento da pessoa: do nascimento à terceira idade*. Rio de Janeiro, Brasil: LTC.
- Burman, E. (2024). *Child as method: Othering, interiority and materialism*. London, England: Routledge.
- Frankl, V. E. (2011). *Em busca de sentido: Um psicólogo no campo de concentração*. Petrópolis, Brasil: Vozes.
- Gonzalez v. Google LLC*, 598 U.S. 617 (2023). <https://www.supremecourt.gov/docket/docketfiles/html/public/21-1333.html>
- Haidt, J. (2024). *A geração ansiosa: Como a infância hiperconectada está causando uma epidemia de transtornos mentais* (L. Azevedo, Trad.). São Paulo, Brasil: Companhia das Letras.
- Hawkes, K. (2023). Life history impacts on infancy and the evolution of human social cognition. *Frontiers in Psychology*, 14, 1197378. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1197378>
- Hoepers, A. D. (2023). Psicologia social, interseccionalidade e processos de subjetivação. *Revista Conversas em Psicologia*, 3(1). DOI: <https://doi.org/10.33872/conversaspsico.v3n1.a2>
- John, E., & Taupin, B. (1972). *Rocket Man (I think it's going to be a long, long time)* [Gravação de áudio por Elton John]. Em Elton John, Honky Château. Londres, Inglaterra: DJM Records.
- K.G. v. Meta Platforms, Inc. et al., No. 4:25-cv-02691 (United States District Court for the Northern District of California). <https://www.skadden.com/-/media/files/publications/2025/03/state-attorneys-general-may-fill/govuscourtscand40149012140.pdf>
- K.G. v. Meta Platforms, Inc. et al., No. 4:25-cv-02691 (United States District Court for the Northern District of California). <https://dockets.justia.com/docket/california/candce/4:2025cv02691/446748>
- Kuzawa, C. W., Chugani, H. T., Grossman, L. I., Lipovich, L., Muzik, O., Hof, P. R., Wildman, D. E., Sherwood, C. C., Leonard, W. R., & Lange, N. (2014). Metabolic costs and evolutionary implications of human brain development. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 111(36), 13010–13015. DOI: <https://doi.org/10.1073/pnas.1323099111>
- Markham, A. (2013). The Algorithmic Self: Layered Accounts of Life and Identity in the 21st Century. *Selected Papers of Internet Research 14.0*. https://pure.au.dk/ws/files/69632595/oct_27_2013_The_Algorithmic_Self.pdf
- Matias, N. C. F., & Carmo, J. D. S. (2025). Envolvimento em Atividades Extracurriculares de Adolescentes: um estudo exploratório. *Pro-Posições*, 36, e2025c1502BR. DOI: <https://doi.org/10.1590/1980-6248-2024-0066BR>
- Brasil. (2025). *Lei nº 15.100 de 13 de janeiro de 2025. Dispõe sobre a utilização, por estudantes, de aparelhos eletrônicos portáteis pessoais nos estabelecimentos públicos e privados de ensino da educação básica*. Brasília, DF: Presidência da República. https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2023-2026/2025/lei/15100.htm

- Panksepp, J. (2007). Can PLAY diminish ADHD and facilitate the construction of the social brain? *Journal of the Canadian Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 16(2), 57–66.
- Santos, P. C. G. dos, Rudner, A. S., Andrade, A. C. S., Rezende, B. C. F., Alves, L. A., & Rangel, L. T. (2024). Os impactos do uso de telas no desenvolvimento cognitivo infantil: uma breve revisão de literatura. *Cuadernos de Educación y Desarrollo - QUALIS A4*, 16(11), e6401. DOI: <https://doi.org/10.55905/cuadv16n11-100>
- Steinberg, L. (2014). *Age of opportunity: Lessons from the new science of adolescence*. Boston, EUA: Houghton Mifflin Harcourt.
- Turkle, S. (2020). *The Second Self: Computers and the Human Spirit. Twentieth Anniversary Edition*. Cambridge, EUA: The MIT Press.
- World Health Organization. (2021). *Violence against women prevalence estimates, 2018*. Geneva, Switzerland: WHO. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240022256>

Notas

- [1]: O caso Gonzalez v. Google LLC inaugurou a série de judicializações buscando a responsabilização das empresas de tecnologia pela mediação algorítmica adotada em suas plataformas.
- [2]: O caso K.G. v. Meta Platforms, Inc. et al. pode se tornar paradigmático na responsabilização das empresas de tecnologia pela arquitetura de suas plataformas de mídia social, caso reconheça a associação entre design e adição e os reflexos para a saúde mental, em especial de crianças e adolescentes.

Contribuição dos Autores

Conceitualização: C.A.K.; A.C.C.S.; B.L.C.; E.N.Q.M.; I.T.P.S.; L.G.G.; L.B.T.T.; E.L.T.P.
Redação do manuscrito: C.A.K.; A.C.C.S.; B.L.C.; E.N.Q.M.; I.T.P.S.; L.G.G.; L.B.T.T.; E.L.T.P.
Análise dos dados: C.A.K.; A.C.C.S.; B.L.C.; E.N.Q.M.; I.T.P.S.; L.G.G.; L.B.T.T.
Revisão e edição: C.A.K.; E.L.T.P.

Submetido em: 13/11/2025
Aceito em: 11/03/2026

Como citar:

Kalil, C. A., Silva, A. C. C., Correia, B. L., Machado, E. N. Q., Souza, I. T. P., Gama, L. G., Torraca, L. B. T., & Ponciano, E. L. T. Estão “fora de órbita”: por que devemos nos preocupar com a geração atual?. *Rev Polis e Psique*. 2026, 16: e026019.

Financiamento:

Não houve financiamento.