



OS MALEFÍCIOS DO CELULAR

Atualmente nos encontramos na era digital, adultos, jovens e crianças de até mesmo 3 anos de idade estão inseridas nesse meio tecnológico, que se encontra cada vez mais amplo em todo o mundo, especialmente entre adolescentes. Mas, apesar dos benefícios, você já parou para pensar nos malefícios dos celulares entre jovens?

Entre os malefícios podemos citar: problemas de desenvolvimento, mudanças hormonais e emocionais, vício, influência da mídia e problemas sociais. Com um aparelho onde recebemos tantas informações rápidas, podendo afetar a interpretação, além de estudos apontarem que quanto mais próximo um estudante está do celular, maior o dreno de raciocínio e maior a dependência do smartphone.

Assim como as drogas, o celular pode se tornar um vício e a falta dele virar um medo, derivado de “no mobile”, a “Nomofobia”, que é o pavor de ficar sem um dispositivo digital. “A falta de um telefone pode causar ansiedade e sintomas físicos, como falta de ar e a aceleração do coração”, diz o psiquiatra Cássio Silveira. Jogos on-line também causam sintomas de ansiedade, juntamente a comportamentos agressivos, sendo mais comum entre homens. A mídia também pode ser um problema, as redes têm o poder de nos influenciar e nos mostrar uma realidade perfeita e distante da nossa, podendo resultar em insegurança social.

Em minha opinião, o celular só se torna prejudicial quando há um uso descontrolado, pois quando é usado de forma responsável ele tem benefícios e pode ser um meio de lazer. Uma possível solução é a supervisão dos pais sobre os filhos.

Enzo Catarino Rangel
9º ano / Balneário Camboriú
2022