



Recomendações às escolas sobre uso de *smartphones*

A visão do Ministério da Educação, Ciência e Inovação

O XXIV Governo Constitucional tem um compromisso com a transição digital. Por mais incerto que seja o futuro, pode-se estar confiante que o digital ocupará um lugar central nas relações sociais, no contexto laboral e no desenvolvimento económico do país. É, portanto, responsabilidade do Ministério da Educação, Ciência e Inovação (MECI) formar os jovens portugueses para as competências digitais, assegurando a sua preparação para os desafios sociais e profissionais com que inevitavelmente se cruzarão na vida adulta.

Esse compromisso implica reconhecer, por um lado, o potencial das tecnologias digitais no processo de ensino-aprendizagem e explorar formas eficazes de colocar a tecnologia ao serviço do desenvolvimento dos alunos. Por outro lado, há que identificar os riscos associados a uma utilização individual e desregulada dos dispositivos, em particular entre os mais jovens, e agir atempadamente. Entre um e outro lado, a distinção que sobressai assenta desde logo no enquadramento: enquanto a utilização de tecnologias digitais para a aprendizagem deve surgir inserida num projeto pedagógico acompanhado por professores e devidamente validado pelas escolas, a utilização individual de dispositivos pelos alunos está permeável a usos excessivos, desadequados e nocivos ao bem-estar dos jovens.

A evidência internacional aponta para riscos do uso excessivo em vários domínios. Primeiro, na aprendizagem, prejudicando a capacidade de concentração das crianças e jovens. Segundo, na vida comunitária, favorecendo o isolamento em vez da partilha, da atividade física e da interação social. Terceiro, no bem-estar mental, potenciando situações de dependência, de ansiedade ou depressão, de falta de sono, entre outro tipo de problemas. São esses riscos que as recomendações propostas neste documento visam mitigar, em particular, em relação à utilização dos *smartphones*.

É evidente que os riscos acima referidos não são exclusivos dos *smartphones*. Mas, nas escolas, é inegável que são os telemóveis com ligação à internet que mais potenciam esses riscos – porque cabem num bolso ou numa mochila e tornam-se omnipresentes nos gestos diários, porque são uma porta aberta para as redes sociais, porque albergam jogos e outras aplicações, porque espoletam notificações que geram distração. Reconhecendo a predominância dos *smartphones* e dispositivos equivalentes (*smartwatches* e outros dispositivos inteligentes com ligação à internet), estas recomendações dirigem-se ao uso desses dispositivos nos recintos escolares, com vista a ajudar as escolas a lidar com este desafio.



Evidência internacional e nacional

A crescente evidência científica sobre o efeito do uso de *smartphones* em crianças e jovens aponta no sentido de que o uso excessivo, desacompanhado e desadequado de *smartphones* e de redes sociais tende a prejudicar o seu desenvolvimento psicossocial e cognitivo. Para além de questões relacionadas com a saúde mental, as principais preocupações passam por comportamentos persecutórios (*cyberbullying*), por exposição a conteúdo inapropriado, por violações de privacidade e pela diminuição da qualidade das interações sociais. São também sinalizadas preocupações quanto à maior distração e dificuldade de manter a atenção durante as aulas, o que prejudica o processo de aprendizagem dos alunos.

Esta evidência e a massificação da utilização de *smartphones* (e equipamentos com funcionalidades semelhantes) entre crianças e jovens levaram ao reconhecimento transversal da necessidade de regular o uso dos *smartphones* nos recintos escolares. Aumentou o número de escolas de vários países europeus que regulam, restringem ou proíbem o uso destes dispositivos – por vezes por iniciativa das escolas, outras vezes por orientação governamental. Em França, foi recentemente implementado um projeto experimental em 199 escolas que proíbe os *smartphones* em todo o ensino básico e durante todo o período escolar. Em Espanha, há regiões a adotar medidas de proibição. No Reino Unido, apesar de algumas escolas já restringirem o uso de *smartphones* durante o período letivo, o governo britânico pretende uniformizar essas restrições a todas as escolas.

Em Portugal, as escolas têm autonomia para definir regras para o uso de telemóveis e *smartphones* no seu Regulamento Interno. Em outubro de 2023, o Conselho de Escolas recomendou que “sejam os Agrupamentos de Escolas/Escolas Não Agrupadas que, no âmbito da sua autonomia, decidam pela imposição ou não de restrições à utilização do telemóvel no espaço escolar” e que “se confie na capacidade e competência das comunidades educativas para adotar normas e práticas que garantam o bem-estar, os direitos humanos e a segurança das comunidades educativas.” Apesar do levantamento de evidência publicado pela Ordem dos Psicólogos e outras entidades de reconhecida credibilidade científica, atualmente a grande maioria dos Agrupamentos de Escolas não procedeu a tal regulamentação. Assim, são minoritários os casos nos quais se optou pela restrição ou proibição dos *smartphones* nos recintos escolares.

Princípios orientadores das recomendações do MECI

A regulamentação do uso de *smartphones* nos Agrupamentos de Escolas tem consequências que ultrapassam os muros escolares, porque visam moldar os comportamentos das crianças e jovens face a esses dispositivos. A eficácia das medidas que as escolas vierem a implementar depende, portanto, da compreensão por parte de



toda a comunidade educativa (diretores, professores e pessoal não-docente, alunos, famílias) dos três princípios que norteiam as recomendações do MECI.

Primeiro, as escolas devem providenciar ambientes seguros e saudáveis, promotores do desenvolvimento da aprendizagem e do bem-estar dos alunos. É uma condição inegociável: investir na aprendizagem e no desenvolvimento pleno das crianças e jovens implica garantir que os alunos se sentem bem na escola. Só assim as escolas serão, igualmente, espaços de cidadania, de socialização e de vida coletiva, deste modo promovendo imprescindíveis competências socio-emocionais.

Segundo, as escolas devem preparar as crianças e jovens para o mundo real e para os desafios da sua idade adulta. As escolas não se podem converter em espaços isolados da sociedade. Se o digital é uma realidade presente e futura, a escola deve conseguir enquadrar o acesso dos alunos ao digital de modo construtivo, para que o seu potencial seja explorado enquanto os seus riscos são contidos.

Terceiro, a política pública de educação deve ser guiada por evidências e acompanhada de avaliação de impacto. Desde logo, isso significa que as recomendações devem estar alinhadas com a evidência disponível, nomeadamente com as diferenciações por faixa etária – o que se recomenda para alunos do 1º ciclo do ensino básico não pode ser igual ao que se recomenda para alunos do ensino secundário. Este princípio significa também que a implementação das recomendações pelas escolas deve prever a monitorização das medidas adotadas, para aferir os seus efeitos e, com base nessa avaliação, generalizar (ou não) a sua aplicação.

Recomendações para a utilização de *smartphones* no espaço escolar

Alicerçado nos referidos princípios orientadores, o MECI submete aos Agrupamentos de Escolas e às Escolas Não Agrupadas um conjunto de recomendações de regulamentação do uso dos *smartphones*, diferenciadas em função dos níveis de ensino. As escolas poderão seguir ou não estas recomendações, ajustando em conformidade o seu Regulamento Interno, exercendo assim a sua autonomia e decidindo de acordo com a sua realidade.

Este conjunto de recomendações vigorará durante o ano letivo 2024/2025, ao longo do qual será avaliada a sua implementação e o impacto das diferentes medidas adotadas pelas comunidades escolares. Essa informação será determinante para futuras orientações sobre o tema, nomeadamente para o ano letivo 2025/2026.

»»»»»» 1º ciclo EB: recomenda-se a proibição do uso e/ou a entrada de *smartphones* nos espaços escolares.



»»»»»» 2º ciclo EB: recomenda-se a proibição do uso e/ou a entrada de *smartphones* nos espaços escolares.

»»»»»» 3º ciclo EB: recomenda-se a implementação de medidas que restrinjam e desincentivem a utilização de *smartphones* nos espaços escolares.

»»»»»» Ensino Secundário: recomenda-se o envolvimento dos alunos na construção conjunta de regras para a utilização responsável de *smartphones* nos espaços escolares.

A implementação e regulamentação destas recomendações, quando for essa a opção das escolas, deve prever um regime de excecionalidade para situações específicas, onde conste a possibilidade de utilização dos *smartphones*. Essas exceções poderão abranger, entre outras, as seguintes situações:

- Alunos cuja língua materna não seja o português e que apresentem muito baixo domínio da mesma e possam utilizar o *smartphone* como instrumento de tradução.
- Alunos que, por razões de saúde, beneficiem comprovadamente de algumas funcionalidades do *smartphone*.
- Desenvolvimento de atividades com *smartphone* em sala de aula ou em visitas de estudo, quando expressamente indicado antecipadamente e por escrito pelo professor, ficando o mesmo responsável e vigilante pela sua adequada utilização e pela garantia de equidade.

Opções para a utilização regulada dos *smartphones* nas escolas

As escolas devem ponderar as opções que consideram mais adequadas às características e necessidades da sua comunidade escolar. A diversidade de contextos indica que não existem soluções únicas para desafios complexos. Compete, assim, às lideranças escolares e aos professores definir a abordagem a seguir e formas de implementar.

A título exemplificativo, são abaixo apresentadas opções que as escolas, querendo, poderão considerar nas suas estratégias:

- Criar espaços e atividades alternativas de caráter lúdico para os tempos livres dos alunos.
- Definir regras simples, precisas e eficazes, que podem passar, por exemplo, por:
 - Restringir a entrada de *smartphones* no espaço escolar;
 - Recolher os *smartphones* no início da jornada escolar em locais adequados ao seu depósito, com a devida identificação.
- Definir consequências de incumprimentos das regras que sejam eficazes e percecionadas como justas.
- Comunicar e dar a conhecer de forma transparente as regras de utilização e as consequências do incumprimento das mesmas, conforme disposto no Estatuto do



Aluno e explanadas no Regulamento Interno, à comunidade educativa, nomeadamente, aos alunos e às famílias.

- Promover momentos de debate e recorrer, sempre que possível, a especialistas que possam esclarecer questões relacionadas com o uso excessivo de *smartphones* e a sua relação com a aprendizagem e o bem-estar.
- Garantir que a utilização dos telemóveis por parte de docentes, técnicos especializados e auxiliares de ação educativa aconteça apenas em utilizações de caráter profissional, ou que a sua utilização seja feita em espaços não acessíveis aos alunos.
- Sensibilizar as famílias e a comunidade escolar para a existência de alternativas aos *smartphones*, nomeadamente os *dumbphones*, sem ligação à internet e destinados meramente a chamadas telefónicas e SMS.
- Dinamizar ações de capacitação para a comunidade educativa no âmbito da promoção da Cidadania Digital (segurança online, gestão do tempo *online/offline*, privacidade, direitos de autor, entre outros), de acordo com o contexto do AE/Ena e a faixa etária dos alunos.

Passos seguintes em 2024/2025

O MECI publicará guiões por público-alvo – alunos, pais e escolas – destinados a informar sobre usos seguros e adequados dos *smartphones* e ecrãs. O conteúdo destes guiões basear-se-á num relatório sobre a utilização destes dispositivos por parte de crianças e jovens, a publicar pelo MECI. Esse relatório resultará de uma reflexão liderada pela DGE junto de especialistas na área, tendo como objetivo enquadrar os desafios do uso da tecnologia por parte das crianças e jovens, dentro e fora da escola.

Ao longo do ano letivo 2024/2025, o MECI fará a monitorização sobre a regulamentação da utilização de *smartphones* nas escolas, recolhendo informação sobre as opções seguidas pelas escolas. O cruzamento desta informação com indicadores acerca de aprendizagem, bem-estar e incidências nas escolas permitirá avaliar o impacto das medidas adotadas. Tal impacto será tido em conta na definição das orientações para o ano letivo 2025/2026.