

Millenium, 2(29)

pt

O QUE PENSAM OS ALUNOS SOBRE O USO DO SMARTPHONE NA ESCOLA
WHAT STUDENTS THINK ABOUT SMARTPHONE USE AT SCHOOL
LO QUE PIENSAN LOS ALUMNOS SOBRE EL USO DEL SMARTPHONE EN LA ESCUELA

Ana Gama^{1,2}  <https://orcid.org/0000-0002-0647-9820>

Bianor Valente^{1,2}  <https://orcid.org/0000-0001-6541-8000>

¹ Instituto Politécnico de Lisboa, Lisboa, Portugal

² CI&DEI - Centro de Estudos de Educação e Inovação, Lisboa, Portugal

Ana Gama - anagama@eselx.ipl.pt | Bianor Valente - bianorv@eselx.ipl.pt



Autor Correspondente:

Ana Gama

Escola Superior de Educação de Lisboa
1549-003 – Lisboa – Portugal
anagama@eselx.ipl.pt

RECEBIDO: 12 de novembro de 2025

REVISTO: 30 de janeiro de 2026

ACEITE: 11 de fevereiro de 2026

PUBLICADO: 27 de fevereiro de 2026

DOI: <https://doi.org/10.29352/mill0229.44098>

RESUMO

Introdução: Nos últimos anos, a utilização dos *smartphones* por crianças tem aumentado significativamente, levantando questões sobre o seu efeito na aprendizagem, socialização e bem-estar.

Objetivo: Compreender as percepções de alunos/as do 2.º e 3.º ciclos do ensino básico sobre a utilização e proibição do *smartphone* na escola.

Métodos: Adotou-se uma abordagem qualitativa, de carácter exploratório, recorrendo à realização de três *focus groups* com 23 alunos/as representantes de turma de um agrupamento integrado no Programa Territórios Educativos de Intervenção Prioritária. Os dados foram analisados através de análise de conteúdo.

Resultados: Os/as alunos/as reconhecem o *smartphone* como um recurso útil para a aprendizagem, para a comunicação com a família e para a organização pessoal, mas manifestam preocupações com o uso excessivo, a distração, o isolamento social e a dependência. Referem ainda inconsistências na aplicação das regras escolares e sugerem medidas de regulação.

Conclusões: As percepções dos/as alunos/as revelam uma visão equilibrada, que valoriza o *smartphone* como ferramenta útil, mas também reconhece os seus riscos. Os resultados reforçam a importância de políticas escolares participativas e educativas, que promovam a regulação responsável do uso dos dispositivos móveis e o envolvimento dos/as alunos/as na definição das regras.

Palavras-chave: utilização de *smartphones*; políticas educativas; percepções dos/as alunos/as; territórios educativos de intervenção prioritária

ABSTRACT

Introduction: In recent years, the use of smartphones by children has increased significantly, raising questions about their effect on learning, socialization, and well-being.

Objective: To understand the perceptions of students from the 2nd and 3rd cycles of basic education regarding the use and prohibition of smartphones in school.

Methods: A qualitative, exploratory approach was adopted, using three focus groups with 23 class representatives from a school cluster integrated into the Priority Intervention Educational Territories Program. Data were analyzed through content analysis.

Results: Students recognize smartphones as a useful resource for learning, communication with family, and personal organization, but express concerns about excessive use, distraction, social isolation, and dependency. They also point out inconsistencies in the application of school rules and suggest regulatory measures.

Conclusion: Students' perceptions reveal a balanced view, valuing smartphones as a useful tool while also recognizing their risks. The results reinforce the importance of participatory and educational school policies that promote the responsible regulation of mobile device use and the involvement of students in defining the rules.

Keywords: use of smartphones; school policies; students' perceptions; priority intervention educational territories

RESUMEN

Introducción: En los últimos años, el uso de *smartphones* por parte de los niños ha aumentado significativamente, planteando cuestiones sobre su efecto en el aprendizaje, la socialización y el bienestar.

Objetivo: Comprender las percepciones de los/las estudiantes de los ciclos 2.º y 3.º de la educación básica sobre el uso y la prohibición del *smartphone* en la escuela.

Métodos: Se adoptó un enfoque cualitativo, de carácter exploratorio, recurriendo a la realización de tres grupos focales con 23 estudiantes representantes de clase de un agrupamiento integrado en el Programa de Territorios Educativos de Intervención Prioritaria. Los datos fueron analizados mediante análisis de contenido.

Resultados: Los/las estudiantes reconocen el *smartphone* como un recurso útil para el aprendizaje, la comunicación con la familia y la organización personal, pero expresan preocupaciones sobre el uso excesivo, la distracción, el aislamiento social y la dependencia. También mencionan inconsistencias en la aplicación de las normas escolares y sugieren medidas de regulación.

Conclusión: Las percepciones de los/las estudiantes revelan una visión equilibrada, que valora el *smartphone* como una herramienta útil, pero también reconoce sus riesgos. Los resultados refuerzan la importancia de políticas escolares participativas y educativas que promuevan la regulación responsable del uso de los dispositivos móviles y la implicación de los/las estudiantes en la definición de las normas.

Palabras clave: uso de *smartphones*; políticas escolares; percepciones de los/las estudiantes; territorios educativos de intervención prioritaria

DOI: <https://doi.org/10.29352/mill0229.44098>

INTRODUÇÃO

Na última década temos assistido a uma mudança muito significativa na relação entre as crianças e os dispositivos eletrónicos, em particular, o *smartphone*. Vários relatórios indicam que não só o número de crianças que têm um *smartphone*, ou acesso a ele, aumentou de forma expressiva, como a idade em que o acesso se inicia tem vindo a diminuir (EDULOG, 2019; UNESCO, 2023). Esta evolução resulta, entre outros fatores, da redução do custo destes dispositivos, mas também do aumento do acesso à internet e da generalização das redes sociais (OECD, 2025; Parente, et al., 2020; Ponte & Batista, 2019; Sudan, et al., 2016). Este fenómeno tem alimentado um debate intenso entre diferentes atores, investigadores, educadores, encarregados de educação e decisores políticos, centrado sobretudo nas implicações deste dispositivo para a aprendizagem, a socialização e o bem-estar dos/as alunos/as (e.g. Burns & Gottschalk, 2019; Ponte & Batista, 2019).

No contexto escolar, este debate assume contornos particulares. A investigação apresenta-nos um retrato contraditório que espelha a própria natureza destes dispositivos. Revisões sistemáticas documentam benefícios consistentes quando os *smartphones* são conscientemente integrados em atividades pedagógicas estruturadas, como *quizzes* digitais, pesquisas orientadas ou trabalhos colaborativos, embora estes resultados dependam do desenvolvimento prévio de competências digitais, tanto nos/as alunos/as como nos/as docentes (e.g. Calderón-Garrido et al., 2022). Também estudos com estudantes e docentes corroboram esta perspetiva, identificando vantagens práticas: acesso rápido, portátil e conveniente à internet; dispositivo compacto e multifuncional de apoio à aprendizagem que integra recursos diversos, desde calculadoras a máquina fotográfica (e.g. Gao et al., 2017; Howlett & Waemusa, 2019; Walker, 2013). Contudo, esta face promissora coexiste com preocupações crescentes. Meta-análises recentes estabelecem correlações negativas entre o uso frequente de *smartphones* e o desempenho académico (e.g. Sunday et al., 2021), enquanto estudos experimentais demonstram como a mera presença do *smartphone* pode comprometer a concentração dos/as alunos/as, num fenómeno denominado "brain drain" (Ward et al., 2017). As preocupações estendem-se ao bem-estar emocional, com investigações a estabelecerem ligações entre o uso problemático dos *smartphones* e questões de saúde mental, desde sintomas depressivos a situações de *cyberbullying* (e.g. Yang et al., 2020). No entanto, importa realçar que a investigação prévia se centra maioritariamente no uso destes dispositivos em diversos contextos e não especificamente no ambiente escolar. Por outro lado, existe um consenso generalizado sobre os efeitos negativos percebidos pelos/as docentes e alunos/as, incluindo perturbação da aprendizagem, distração durante as aulas e facilitação de comportamentos inadequados (e.g. Gao et al., 2017).

Esta dualidade cria um dilema para quem tem de tomar decisões nas escolas. Cada vantagem documentada parece ter o seu reverso, cada oportunidade o seu risco correspondente. Conscientes desta complexidade, muitos especialistas defendem hoje abordagens equilibradas, baseadas em regulação criteriosa e educação para o uso responsável da tecnologia, evitando tanto a rejeição categórica como a aceitação acrítica. Esta perspetiva encontra eco nas próprias comunidades escolares: docentes e alunos/as tendem a reconhecer a necessidade de regras claras, mas nem sempre se mostram favoráveis a uma proibição total (e.g. Gath et al., 2024).

Na prática, porém, a realidade tem sido diferente. Confrontados com pressões imediatas relacionadas com distração e bem-estar dos/as alunos/as, muitos sistemas educativos têm optado pelo caminho mais direto: a restrição ou proibição dos dispositivos (Selwyn & Aagaard, 2021). No entanto, a evidência sobre a eficácia destas medidas permanece inconclusiva: há investigações que reportam melhorias no desempenho académico após proibições, mas também estudos que alertam para riscos como exclusão digital e deslocação dos problemas para fora da escola (e.g. Campbell et al., 2024). Um estudo recente no Reino Unido concluiu que a proibição isolada dos *smartphones* não gerou melhorias significativas nem no rendimento académico nem no bem-estar dos alunos, sugerindo que o impacto positivo depende da integração destas restrições em políticas educativas mais amplas e coerentes (Goodyear et al., 2025).

Em Portugal, no ano letivo 2024/2025, o Ministério da Educação e da Ciência enviou para os agrupamentos de escolas uma *Nota informativa – Recomendações às escolas sobre o uso de smartphones*, que contemplava um conjunto de recomendações para que as escolas restringissem o uso dos *smartphones*, ao mesmo tempo era dada liberdade para que decidissem se aplicavam (ou não) as orientações. Porém, em agosto de 2025, com a publicação do Decreto-Lei n.º 95/2025, de 14 de agosto, foi estabelecida a proibição do uso de *smartphones* nos 1.º e 2.º ciclos do ensino básico, admitindo apenas exceções para fins pedagógicos ou questões de saúde. Esta medida levanta questões importantes sobre a sua implementação e aceitação pelas comunidades escolares, especialmente considerando que estudos internacionais documentam uma preferência dos/as estudantes pela autonomia no uso destes dispositivos, independentemente das políticas institucionais vigentes (Gao et al., 2017; Walker, 2013). Apesar do crescente interesse em torno do papel dos *smartphones* nas escolas, continuam a existir dimensões pouco exploradas. Grande parte dos estudos tem incidido sobre alunos/as mais velhos/as, nomeadamente do ensino secundário ou universitário, deixando menos exploradas as perceções dos/as alunos/as mais jovens, como aqueles que frequentam o 2.º e 3.º ciclos do ensino básico. Esta ausência é ainda mais evidente quando se trata de contextos de maior vulnerabilidade social, onde as dinâmicas do quotidiano escolar e as condições de acesso à tecnologia assumem características próprias que não podem ser ignoradas. É neste contexto que se insere o presente estudo, o qual pretende contribuir para a produção de conhecimento sobre as perceções dos/as alunos/as dos 2.º e 3.º ciclos em relação à utilização dos *smartphones* na escola, que frequentam um agrupamento de

DOI: <https://doi.org/10.29352/mill0229.44098>

escolas, integrado no Programa Territórios Educativos de Intervenção Prioritária. O conhecimento produzido visa, também, informar as decisões dos órgãos do agrupamento sobre a utilização deste dispositivo na escola.

Através de uma abordagem qualitativa, baseada em *focus groups* com alunos/as representantes de turma do 5.º ao 9.º ano de escolaridade, procuramos compreender como estes/as alunos/as equacionam os argumentos sobre o uso do *smartphone* na escola, como interpretam as regras existentes e que propostas apresentam para a gestão desta tecnologia no seu quotidiano educativo.

Mais do que recolher opiniões, o objetivo centra-se em captar a forma como estes/as alunos/as constroem sentidos sobre o papel do *smartphone* na escola e sugerem caminhos possíveis para a sua regulação, contribuindo assim para um debate mais informado sobre esta questão. As suas perspetivas oferecem *insights* valiosos sobre como equilibrar os benefícios e riscos dos *smartphones*, contribuindo para abordagens mais equilibradas que priorizem a regulação e a educação para o uso responsável da tecnologia.

2. MÉTODOS

O presente estudo enquadra-se numa abordagem qualitativa, de carácter exploratório, tendo como principal objetivo compreender as perceções de alunos/as dos 2.º e 3.º ciclos do ensino básico sobre a utilização e proibição do *smartphone* na escola. Através desta abordagem, foi possível explorar em profundidade experiências, opiniões e significados atribuídos pelos/as participantes (Creswell & Creswell, 2023). Foi utilizado o *focus group* como técnica de recolha de dados, permitindo a interação entre os/as alunos/as e a emergência de diferentes perspetivas no contexto de uma discussão coletiva (Morgan, 2019).

2.1 Contexto e participantes

O estudo foi realizado num Agrupamento de Escolas da rede pública, que está integrado no programa Territórios Educativos de Intervenção Prioritária (TEIP). Participaram 23 alunos/as, com idades compreendidas entre os 10 e os 15 anos, frequentando turmas do 5.º ao 9.º ano de escolaridade. A seleção dos/as participantes foi feita com base no seu papel enquanto representantes de turma. Esta escolha permitiu obter uma visão abrangente das perceções das turmas, uma vez que, em muitos casos, os/as representantes recolheram previamente as opiniões dos colegas através de votações formais ou informais.

2.2 Recolha de dados

A realização desta investigação partiu de um pedido da direção da escola, tendo ela ficado responsável por entrar em contacto com os/as Encarregados de Educação para que os/as alunos participassem. No caso dos/as alunos/as, eles/as leram e assinaram o consentimento informado para participar no estudo. Para a recolha de dados foram realizados três *focus groups* no dia 26 de fevereiro de 2025, e todos tiveram a duração aproximada de 60 minutos, tendo ocorrido num espaço reservado da escola. No início de cada sessão, as investigadoras explicitaram os objetivos do estudo, reforçando o carácter voluntário da participação e assegurando a confidencialidade dos dados (atribuição de uma codificação a cada um deles). As sessões foram gravadas em áudio, com autorização prévia dos/as participantes.

O guião dos *focus groups* incluía questões abertas sobre cinco dimensões principais: experiências e perceções sobre o uso do *smartphone* na escola; vantagens e desvantagens percebidas; conhecimento e aplicação das regras existentes; opiniões sobre a recomendação do Ministério da Educação relativa à proibição dos *smartphones*; propostas de soluções para a gestão do uso de *smartphones* na escola.

2.3 Análise de dados

As gravações dos *focus groups* foram transcritas na íntegra e alvo de uma análise categorial. O processo envolveu várias etapas: leitura flutuante, identificação de unidades de registo, categorização e revisão (Bardin, 2016). Inicialmente, foi desenvolvido um quadro categorial baseado tanto nas questões do guião como nas ideias emergentes durante a leitura dos dados. Esse quadro incluiu cinco categorias principais: (i) uso do *smartphone* em vários espaços da escola, (ii) uso do *smartphone* na sala de aula, (iii) regras e normas sobre o uso do *smartphone*, (iv) propostas das crianças sobre a sua utilização e (v) perceções sobre riscos e sobre a recomendação do Ministério da Educação. A codificação foi realizada de forma colaborativa pelas duas investigadoras. As discrepâncias foram discutidas até se alcançar consenso.

3. RESULTADOS

A maioria dos/as alunos/as manifestou uma opinião favorável à presença do *smartphone* na escola, embora frequentemente associada à necessidade de definir regras claras que limitem o seu uso. Em várias turmas, as opiniões foram recolhidas através de votações formais ou informais, revelando que alguns grupos defendem o uso apenas em intervalos ou em momentos específicos, enquanto uma minoria se mostrou contra qualquer utilização. Os resultados são apresentados em função das categorias emergentes da análise de conteúdo realizada aos *focus groups*.

3.1 Uso do *smartphone* em vários espaços da escola

Nesta categoria emergiram razões a favor e razões contra o uso do *smartphone* em diferentes espaços escolares, bem como algumas sugestões para reduzir o seu uso nos intervalos. Na tabela 1 apresentam-se as subcategorias, os indicadores e a frequência das unidades de registo.

DOI: <https://doi.org/10.29352/mill0229.44098>

Tabela 1 - Frequência das subcategorias e indicadores da categoria Uso do smartphone em vários espaços da escola

Subcategorias	Indicadores	UR/I	UR/SC
Razões a favor	Comunicar com a família	21	36
	Para se distraírem	9	
	Para não chegarem atrasados	3	
	Utilizar o <i>smartphone</i> , mas não para jogar	3	
Razões contra	Distrai os alunos	4	7
	Utilização do <i>smartphone</i> é um vício	1	
	Porque não brincam	1	
	Utilizar o <i>smartphone</i> para recolher imagens e fazer <i>bullying</i>	1	
Sugestões para reduzir o uso do telemóvel nos intervalos	Mais atividades físicas/disponibilização de recursos	5	5

Nota: UR/I = Unidade de Registo Indicadores; UR/SC = Unidade de Registo Subcategoria

As razões a favor do uso do *smartphone* em vários espaços da escola foram as mais referenciadas pelos/as alunos/as com 36 UR em comparação com as 7 UR relacionadas com as razões contra. A principal razão favorável foi a comunicação com a família (21 UR), sobretudo em situações em que os/as alunos/as chegam ou saem sozinhos da escola ou quando há alterações inesperadas nos horários. Este contacto é visto como uma forma de tranquilizar tanto os/as alunos/as como os/as pais/mães: “Caso nós venhamos para a escola sozinhos, ligamos para os nossos pais quando chegamos, para eles não ficarem muito preocupados. E quando saímos, ligamos, caso um professor falte e nós saímos mais cedo, para eles ficarem alertados” (FG1, N).

Outra razão que também teve alguma expressividade (9 UR) foi o facto de o *smartphone* ter um papel importante em momentos de lazer, especialmente nos intervalos ou tempos livres, sendo utilizado para jogar, ver vídeos ou ouvir música: “Ou às vezes também, imagina, temos uma hora livre. Só queremos ficar no nosso telefone, tipo no nosso canto, sem falar com ninguém. Para mim é útil” (FG2, S).

Com menor expressividade, também foi referida a utilidade do *smartphone*: para organização pessoal de modo a não chegarem às aulas atrasados/as (3 UR); para diversas situações que não sejam jogar (3 UR), como por exemplo, situações de emergência, quer na escola quer fora da escola.

No entanto, surgiram também algumas razões contra o uso do *smartphone* (7 UR), ligadas à distração durante os períodos letivos e à perda de oportunidades de socialização: “Os contra disseram que os alunos se distraem nas aulas e não socializam, ficam só a jogar no *smartphone*” (FG1, I). Ainda que com menor expressividade também fossem apontadas razões relacionadas com o facto de o uso do *smartphone* ser um vício, que retira tempo para brincar e que pode ser utilizado em situações de *cyberbullying*, através da recolha e partilha de imagens de colegas: “Porque alguns ficam a fazer *bullying* e a filmar” (FG1, G).

Como alternativa ao uso excessivo do *smartphone*, vários participantes sugeriram que a escola disponibilizasse atividades físicas e recursos lúdicos nos intervalos (5 UR) de modo a ocupar este tempo livre: “Acho que podia haver mais recursos na parte de fora, por exemplo, para nós fazermos jogos. Muitas vezes não queremos ficar dentro da escola e não temos nada para fazer” (FG2, A).

3.2 Uso do *smartphone* na sala de aula

Os/as alunos/as identificaram razões a favor e contra a utilização do *smartphone* na sala de aula, tendo apontado também várias formas do seu uso neste contexto. Apresentam-se as subcategorias, os indicadores e a frequência das unidades de registo na Tabela 2.

Tabela 2 - Frequência das subcategorias e indicadores da categoria *Uso do smartphone na sala de aula*

Subcategorias	Indicadores	UR/I	UR/SC
Razões a favor	Recurso educativo	11	14
	Como relógio	3	
Razões contra	Desrespeito para com o professor	1	1
	Realizar <i>Kahoots</i>	12	
	Fazer pesquisas	5	
	Enviar tarefas ou trabalhos	4	
Formas de uso	Relógio	2	30
	Responder a questionários	2	
	Como calculadora	2	
	Testes	2	
	Acesso ao Código para entrar no Canva	1	

Nota: UR/I = Unidade de Registo Indicadores; UR/SC = Unidade de Registo Subcategoria

Comparando as razões a favor e contra à utilização do *smartphone* na sala de aula, destacam-se as razões a favor com 14 UR e apenas 1 UR contra. As razões a favor dizem respeito à utilização do dispositivo como recurso educativo (11 UR), mas também como relógio (3 UR). A razão contra, ainda que seja inexpressiva (1 UR), revela que a utilização do *smartphone* na sala de aula sem autorização é percebida como um desrespeito para com o professor/a. Já no que se refere às formas de uso do *smartphone* em sala de aula, os/as alunos/as referiram diferentes formas de utilização do telemóvel nas aulas (30 UR). O uso mais frequente

DOI: <https://doi.org/10.29352/mill0229.44098>

ocorre em atividades pedagógicas, como *Quizzes* digitais (*Kahoots*) (12 UR), pesquisas na internet, envio de trabalhos através de plataformas digitais, e calculadora: “Nas aulas para fazer *Kahoots*, cálculos ou pesquisas, quando o professor manda (FG2, A5)”. Para além do uso pedagógico, o *smartphone* é muitas vezes utilizado como relógio, sobretudo porque muitas salas não têm toques ou relógios visíveis: “Nós sempre temos o telefone do lado para ver as horas. Ou metem toques ou não temos outra solução” (FG2, S).

3.3 Regras e normas sobre o uso do *smartphone*

Os/as alunos/as identificaram razões a favor e contra a utilização do *smartphone* na sala de aula, tendo apontado também várias formas do seu uso neste contexto. Apresentam-se as subcategorias, os indicadores e a frequência das unidades de registo na Tabela 3.

Tabela 3 - Frequência das subcategorias e indicadores da categoria *Regras e normas sobre o uso do smartphone*

Subcategorias	Indicadores	UR/I	UR/SC
Regras da escola	Não tirar fotografias nem gravar	3	10
	Não utilizar na sala de aula	3	
	Utilizar apenas com a permissão do professor	2	
Regras impostas pelas próprias crianças	(des)Conhecimento	2	6
	Autoregulação	4	
	Regulação entre pares	2	
	Difere de professor para professor	13	
Modos de atuação face ao incumprimento	Retirar o <i>smartphone</i>	12	48
	Enviar para fora da sala (direção, GAAF, rua)	13	
	Os professores avisam	6	
	Enviar e-mail para o DT	2	
	Entregar ao EE	2	

Nota: UR/I = Unidade de Registo Indicadores; UR/SC = Unidade de Registo Subcategoria

Os/as alunos/as referiram que existem regras estabelecidas pela escola que proibem a recolha de imagens e gravações, e a utilização do *smartphone* na sala de aula, exceto quando autorizado pelo/a professor/a (8 UR). Porém, ainda que de uma forma pouca expressiva (2 UR), alguns/mas alunos/as revelaram desconhecimento parcial destas regras, indicando que apenas algumas delas estão afixadas na escola ou no site institucional.

Para além das regras da escola, foram ainda identificadas formas de autorregulação e regulação entre pares, em que os/as próprios/as alunos/as estabelecem regras informais para controlar o seu próprio uso do *smartphone*, mas também do uso que os colegas fazem:

- Tem vezes que eu vou, para tentar me distrair, não ficar assim, às vezes eu deixo o telemóvel a um canto, eu deixo em casa para eu não trazer e evitar pegar. Brinco de alguma coisa, vou na biblioteca pegar um livro (FG1, L).
- Eu vejo que os meus colegas passam todos os intervalos a jogar e eu própria criei, entre aspas, essas regras para não ficarem muito viciados no telemóvel (FG1, I).

No que diz respeito aos modos de atuação face ao incumprimento, os/as alunos/as evidenciam uma perceção clara de inconsistência na aplicação das regras (13 UR), que varia conforme o perfil do/a professor/a e a disciplina:

- Eu tenho professores que concordam com a proibição dos *smartphones*. E tenho professores que discordam (FG3, RP).
- Quando os professores são mais calmos (...) alguns alunos metem a mochila à frente e ficam com o *smartphone* a jogar (FG2, K).

Nos casos de incumprimento, a medida aplicada que tem maior expressividade diz respeito à saída do/a aluno/a da sala de aula (13 UR), podendo ser encaminhada para a direção, para o Gabinete de Apoio ao Aluno e à Família ou apenas para a rua: “ia levar o aluno ou para o GAAF ou para a direção” (FG1, N). Outra medida que também foi muito referida diz respeito aos/as professores/as retirarem o *smartphone* (12 UR) ao/a aluno/a. Com menor expressividade os avisos verbais (6 UR), o envio de e-mail para o Diretor de Turma e entregar o *smartphone* aos encarregados de educação foram outras medidas referidas: “A professora avisa, ou, caso contrário, ela tira o telefone do aluno e entrega na direção. São os pais que vão lá buscar” (FG2, S).

3.4 Propostas dos/as alunos/as sobre o uso do *smartphone*

Os/as alunos/as apresentaram um conjunto de propostas sobre o uso do *smartphone* na escola. Apresentam-se as subcategorias, os indicadores e a frequência das unidades de registo na Tabela 4.

DOI: <https://doi.org/10.29352/mill0229.44098>

Tabela 4 - Frequência das subcategorias e indicadores da categoria Propostas das crianças sobre o uso do smartphone

Subcategoria	Indicadores	UR/I	UR/SC
Guardar o <i>smartphone</i> antes da aula	Colocar numa caixa	11	12
	Cada sala ter um cacifo para colocar os <i>smartphones</i>	1	
Criação de novas regras	Regras para outros espaços da escola	7	10
	Utilização de <i>smartphones</i> apenas a partir do 6.º ano	3	
Reforço atividades nos intervalos e em DTA	Criar mais atividades na escola nos intervalos	9	11
	Criar um projeto em DTA para trabalhar as questões do uso do <i>smartphone</i>	2	
Participar na definição das regras	Ouvir a opinião de todos	6	8
	Regras decididas apenas pelos professores e a diretora, os alunos cumprem-nas	2	

Nota: UR/I = Unidade de Registo Indicadores; UR/SC = Unidade de Registo Subcategoria

Os/as alunos/as apresentaram várias propostas para gerir o uso do telemóvel na escola. A mais recorrente foi a criação de caixas ou cacifos (12 UR) onde os *smartphones* seriam guardados no início das aulas e devolvidos no final. Segundo uma aluna, “Depois de entrar na sala, os professores deviam ter uma caixa e os alunos faziam fila para deixar o telemóvel, para não jogarem na aula” (FG1, L). Uma outra proposta diz respeito ao reforço das atividades (11 UR), quer nos intervalos quer na abordagem do tema com os/as diretores/as de turma em contexto de DTA: “Eu colocava mais meios de distração nos pátios que entretencessem mais os alunos e fizessem com que eles não tivessem tanta vontade de utilizar o telemóvel” (FG3, D).

Também foram referidas propostas que incluíram a definição de novas regras (10 UR), como não usar o telemóvel durante as refeições ou enquanto caminham pela escola, bem como restrições por idade, permitindo a utilização apenas a partir do 6.º ano: “Eu permitiria os *smartphones* só a partir do sexto ano. Do quinto para baixo ainda são muito novos” (FG1, N).

Finalmente, alguns/mas alunos/as defenderam que deveriam participar na definição das regras através de reuniões regulares entre alunos/as, professores/as e direção, enquanto outros consideraram que esta decisão deve ser exclusivamente dos adultos: “Todo mundo deveria dar a sua opinião. Alunos, professores, diretores, todos juntos numa reunião para encontrar soluções” (FG3, L).

3.5 Perceções sobre os riscos e sobre a recomendação do Ministério da Educação

Os/as alunos/as têm uma perceção clara dos riscos do uso excessivo do *smartphone* e dos argumentos que poderão estar na base para o Ministério da Educação ter dado recomendações para o uso deste dispositivo nas escolas. Na Tabela 5 apresentam-se as frequências das subcategorias e dos indicadores desta categoria.

Tabela 5 - Frequência das subcategorias e indicadores da categoria Perceções dos alunos/as sobre riscos e sobre a recomendação do Ministério da Educação

Subcategorias	Indicadores	UR/I	UR/SC
Riscos da utilização excessiva do <i>smartphone</i>	Vício e comportamentos de risco	10	20
	Isolamento social	5	
	Uso excessivo/alargado dos <i>smartphones</i>	3	
	Problemas físicos	2	
Recomendação do Ministério da Educação	Problemas de saúde/ Dependência/sedentarismo	3	7
	Forma de divulgação de coisas que ocorrem na escola/Vídeos de lutas	2	
	Afeta a aprendizagem	2	
Visão contra a do ME	Contradição do próprio ME	2	2

Nota: UR/I = Unidade de Registo Indicadores; UR/SC = Unidade de Registo Subcategoria

Os/as alunos/as demonstraram consciência de vários riscos associados ao uso do telemóvel (20 UR), nomeadamente o isolamento social, o uso excessivo, problemas físicos, como os relacionados com a visão e a postura, e comportamentos de dependência:

- Eu diria que podes usar, mas não muito, porque às vezes podes ficar sem amigos (FG1, G).
- E depois ficamos com problemas de visão e de postura, também (FG1, A).
- Às vezes não. É bastante difícil de parar quando uma pessoa está muito viciada (FG2, RA).

Em relação à recomendação do Ministério da Educação sobre a proibição dos *smartphones*, alguns/mas alunos/as associaram a medida à prevenção de problemas de saúde e dependência (“Há pessoas que têm dependência dos *smartphones* e isso pode fazer mal” (FG3, D)), de ser uma forma de divulgação de situações que ocorrem na escola, por exemplo, a divulgação de “lutas” (“Porque pode espalhar bué coisas (...) tipo há ali uma luta, as pessoas gravam e foi posta nas redes sociais.” (FG2, R)) e também consideraram que a medida pode estar relacionada com o facto de o uso excessivo do *smartphone* afetar a aprendizagem dos/as alunos/as. Porém, e embora com menor expressividade (2 UR), alguns/mas foram críticos/as em relação à recomendação do Ministério da Educação, considerando a medida incoerente face à crescente digitalização das práticas escolares: “Não faz sentido,

DOI: <https://doi.org/10.29352/mill0229.44098>

porque eles querem pôr cada vez mais computadores e smartphones nas escolas (...) agora até estão a tentar fazer os exames nos computadores e depois querem tirar o smartphone, acho que não faz muito sentido” (FG2, A).

4. DISCUSSÃO

Os resultados do estudo permitem evidenciar a multiplicidade de percepções dos/as alunos/as relativamente ao uso do *smartphone* em contexto escolar, revelando tanto reconhecimento do seu potencial como preocupações associadas a riscos. De um lado, o *smartphone* é valorizado pela sua utilidade enquanto meio de comunicação com a família e, em menor medida, como recurso pedagógico; de outro, é identificado como fator de distração, isolamento social, dependência e vulnerabilidade a situações de *cyberbullying*. Esta ambivalência acompanha os dilemas destacados na literatura internacional e reportados por estudantes noutros estudos.

A dimensão mais saliente nos discursos diz respeito ao papel do *smartphone* como instrumento de segurança e contacto com a família. Estudos prévios também têm sublinhado esta função (Gath et al., 2024). Esta valorização pelos/as próprios/as alunos/as coloca em evidência uma tensão central nos debates sobre regulação: as políticas de restrição tendem a centrar-se nos riscos pedagógicos e de bem-estar, mas podem desconsiderar necessidades práticas que os/as alunos/as e as famílias identificam como legítimas. Tal tensão remete para a importância de modelos de governação escolar que integrem diferentes perspetivas de utilidade e risco, evitando soluções uniformes que ignorem a diversidade de contextos familiares e territoriais.

Paralelamente, o *smartphone* foi valorizado como suporte pedagógico em atividades interativas, pesquisas rápidas e registo de conteúdos, em consonância com estudos que apontam benefícios no uso intencional e mediado de tecnologias digitais (Calderón-Garrido et al., 2022). No entanto, os/as próprios/as alunos/as sublinham que tal utilização produtiva depende da existência de regras claras e de uma supervisão eficaz, o que remete para a importância da regulação docente na integração tecnológica.

No plano oposto, emergem preocupações relativamente à distração provocada pelo *smartphone*, tanto em contexto de sala de aula como nos intervalos. O tema da dependência surge também de forma recorrente, associado sobretudo ao uso de jogos e redes sociais. Os/as alunos/as reconhecem dificuldades na autorregulação, apontando para o caráter viciante de determinadas aplicações. Estes testemunhos são consistentes com investigações que identificam a intensificação de sintomas de ansiedade e compulsão em jovens utilizadores frequentes (e.g. Yang, 2020).

Outro aspeto salientado refere-se à diminuição das interações presenciais durante os intervalos, atribuída ao uso intensivo do *smartphone*. Este resultado encontra paralelo em estudos que problematizam os impactos da tecnologia no desenvolvimento socioemocional e nas práticas de socialização dos alunos (e.g. Verduyn et al., 2021).

No mesmo sentido, foi ainda referida a preocupação com episódios de *cyberbullying*, designadamente através da gravação e partilha de vídeos sem consentimento. Tais situações revelam a vulnerabilidade desta faixa etária (2.º e 3.º ciclos), confirmada por investigações europeias, e sublinham a necessidade de reforçar a educação digital e para a cidadania (Ponte & Batista, 2019). Importa igualmente referir-se à percepção dos alunos sobre a inconsistência na aplicação das regras relativas ao *smartphone*, que varia entre docentes e turmas. Esta percepção de incoerência pode dificultar a interiorização das normas e comprometer a sua legitimidade (Selwyn & Aagaard, 2021).

Apesar das preocupações assinaladas, emergem também evidências de estratégias de autorregulação desenvolvidas pelos/as próprios/as alunos/as, seja através da criação de regras pessoais, seja pela intervenção junto dos pares. Este dado é particularmente relevante quando considerado à luz dos debates sobre cidadania digital e participação estudantil. A capacidade demonstrada pelos/as alunos/as para desenvolver mecanismos informais de regulação sugere que políticas puramente restritivas podem subestimar o seu potencial de agência e autorregulação. Perspetivas teóricas contemporâneas sobre educação digital defendem precisamente modelos que promovam a corresponsabilização, em vez de abordagens paternalistas centradas exclusivamente no controlo adulto (UNESCO, 2023). Os resultados reforçam esta visão, indicando que os/as alunos/as não são apenas recetores passivos de regras, mas agentes capazes de negociar e construir normas de convivência.

As propostas apresentadas pelos/as estudantes centram-se em soluções que procuram equilibrar regulação e autonomia, sendo a mais recorrente a utilização de caixas ou cacifos para guardar os *smartphones*. Simultaneamente, a sugestão de promoção de atividades alternativas nos intervalos traduz a percepção de que medidas restritivas isoladas não são suficientes, sendo preferível uma abordagem integrada (OECD, 2021). Estas propostas dialogam diretamente com debates teóricos sobre políticas educativas eficazes: em vez de proibições totais, os/as alunos/as sugerem regulação contextualizada, que combina restrição em determinados momentos com manutenção de autonomia noutros. Este posicionamento aproxima-se de modelos de governação participativa, nos quais as normas escolares resultam de negociação entre diferentes atores, ganhando maior aceitação e eficácia (Campbell et al., 2024).

Relativamente à recomendação do Ministério da Educação para a proibição do uso de *smartphones*, registam-se opiniões divergentes. Enquanto alguns/mas alunos/as consideram a medida positiva, associando-a à prevenção de problemas de saúde e dependência, outros/as apontam incoerência face ao crescente incentivo ao uso pedagógico das tecnologias digitais. Este

DOI: <https://doi.org/10.29352/mill0229.44098>

posicionamento encontra eco em debates internacionais, nos quais se questiona a eficácia de políticas de proibição (Gath et al., 2024; Goodyear et al., 2025).

Em síntese, as percepções recolhidas revelam um quadro multifacetado em que se cruzam dimensões de segurança, aprendizagem, socialização e bem-estar. A análise reforça a pertinência de envolver os/as alunos/as na definição de políticas que os/as afetam. Os resultados sugerem, assim, a necessidade de estratégias integradas que combinem regulação clara, oportunidades de educação digital, alternativas de socialização e processos participativos.

CONCLUSÃO

Os resultados deste estudo mostram que os/as alunos/as percecionam os *smartphones* como um recurso útil para a aprendizagem, um meio essencial de comunicação com as famílias e uma ferramenta importante para a organização do tempo. Contudo, também expressam preocupações quanto ao uso excessivo, identificando consequências como distração, comportamentos de dependência e isolamento social.

Apesar destas preocupações, os/as alunos/as demonstraram abertura para medidas que promovam um uso mais equilibrado dos *smartphones* no contexto escolar. Entre as propostas apresentadas, destacam-se a limitação do tempo de utilização durante os intervalos e tempos livres, a recolha dos dispositivos antes do início das aulas, a criação de atividades e recursos alternativos nos intervalos e a definição de regras claras e consensuais, elaboradas com o envolvimento de toda a comunidade educativa. Os/as alunos/as sublinharam que o cumprimento dessas regras depende de uma comunicação eficaz e de um esforço conjunto para garantir que sejam conhecidas e respeitadas.

Os resultados reforçam a importância de envolver os/as alunos/as na construção de políticas escolares sobre o uso de *smartphones*, promovendo uma abordagem participativa em vez de medidas exclusivamente restritivas. As escolas devem, assim, adotar estratégias integradas que combinem regulação, educação digital e promoção do bem-estar, especialmente em contextos mais vulneráveis.

Após a recolha dos dados deste estudo, foi publicado o Decreto-Lei n.º 95/2025, de 14 de agosto, que determinou a proibição do uso de dispositivos com ligação à internet pelos alunos dos 1.º e 2.º ciclos do Ensino Básico. Esta decisão legislativa, que impõe uma restrição generalizada, contrasta com as percepções dos/as alunos/as recolhidas neste estudo, que apontam para a necessidade de medidas mais equilibradas e adaptadas à realidade escolar.

Os dados sugerem que, embora a regulação seja essencial, políticas que considerem as opiniões e necessidades dos/as alunos/as podem ser mais eficazes na promoção de um ambiente escolar saudável, inclusivo e ajustado às dinâmicas do quotidiano escolar. Escutar as vozes dos/as alunos/as e envolvê-los/as na definição de regras é um passo fundamental para garantir a legitimidade e o sucesso das medidas implementadas.

Importa reconhecer algumas limitações deste trabalho. A amostra é constituída por apenas 23 alunos/as de um único agrupamento de escolas TEIP, o que naturalmente condiciona a transferibilidade dos resultados para outros contextos, designadamente escolas com diferentes características socioeconómicas ou inseridas noutras regiões. A opção por incluir exclusivamente representantes de turma, embora tenha permitido aceder a perspetivas recolhidas junto dos pares, não garante que a diversidade de experiências e opiniões de todos/as os/as alunos/as esteja plenamente representada.

Este estudo sugere várias pistas para investigação futura. Seria pertinente realizar estudos comparativos entre escolas com perfis distintos, de modo a compreender melhor como o contexto socioeconómico e territorial influencia as percepções dos/as alunos/as. Investigações longitudinais poderiam acompanhar a evolução das atitudes e práticas após a implementação da legislação recente, avaliando os seus efeitos no desempenho escolar, no bem-estar e nas formas de socialização. Finalmente, trabalhos que incorporem as vozes de docentes, encarregados de educação e outros atores da comunidade educativa permitiriam construir uma visão mais completa e integrada desta problemática.

CONTRIBUIÇÃO DOS AUTORES

Conceptualização, A.G. e B.V.; tratamento de dados, A.G. e B.V.; análise formal, A.G. e B.V.; investigação, A.G. e B.V.; metodologia, A.G. e B.V.; validação, A.G. e B.V.; redação – preparação do rascunho original, A.G. e B.V.; redação – revisão e edição, A.G. e B.V.

CONFLITO DE INTERESSES

Os autores declaram não existir conflito de interesses.

DOI: <https://doi.org/10.29352/mill0229.44098>

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Bardin, L. (2016). *Análise de Conteúdo*. Edições 70.
- Burns, T., & Gottschalk, F. (2019). *Educating 21st century children: Emotional well-being in the digital age*. OECD Publishing. <https://doi.org/10.1787/b7f33425-en>.
- Calderón-Garrido, D., Ramos-Pardo, F. J., & Suárez-Guerrero, C. (2022). The use of mobile phones in classrooms: A systematic review. *International Journal of Emerging Technologies in Learning*, 17(6), 194–210. <https://doi.org/10.3991/ijet.v17i06.29181>
- Campbell, M., Edwards, E. J., Pennell, D., Poed, S., Lister, V., Gillett-Swan, J., Kelly, A., Zec, D., & Nguyen, T.-A. (2024). Evidence for and against banning mobile phones in schools: A scoping review. *Journal of Psychologists and Counsellors in Schools*, 34(3), 242–265. <https://doi.org/10.1177/20556365241270394>
- Creswell, J., & Creswell, J. (2023). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (6th ed.). SAGE Publications.
- EDULOG. (2019). *Telemóvel na sala de aula: sim ou não?* Fundação Belmiro de Azevedo.
- Gao, Q., Yan, Z., Wei, C., Liang, Y., & Mo, L. (2017). Three different roles, five different aspects: Differences and similarities in viewing school mobile phone policies among teachers, parents, and students. *Computers & Education*, 106, 13–25. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2016.11.007>
- Gath, M. E., Monk, L., Scott, A., & Gillon, G. T. (2024). Smartphones at school: A mixed-methods analysis of educators' and students' perspectives on mobile phone use at school. *Education Sciences*, 14(4), 351. <https://doi.org/10.3390/educsci14040351>
- Goodyear, V., Randhawa, A., Adab, P., Al-Janabi, H., Fenton, S., Jones, K., Michail, M., Morrison, B., Patterson, P., Quinlan, J., Sitch, A., Twardochleb, R., Wade, M., & Pallanc, M. (2025). School phone policies and their association with mental wellbeing, phone use, and social media use (SMART Schools): a cross-sectional observational study. *The Lancet Regional Health-Europe*, 51, 1-15. <https://doi.org/10.1016/j.lanepe.2025.101211>
- Howlett, G., & Waemusa, Z. (2019). 21st century learning skills and autonomy: Students' perceptions of mobile devices in the Thai EFL Context. *Teaching English with Technology*, 19 (1), 72–85. <http://www.tewtjournal.org>
- Morgan, D. L. (2019). *Basic and advanced focus groups*. SAGE Publications.
- OECD. (2025). *How's life for children in the Digital Age? Introduction and main findings*. OECD Publishing.
- Parente, N., Costa, A., Matos, A., Duarte, C., Freitas, C., Mota, D., Martins, M., & Martins, M. (2020). Utilização dos aparelhos digitais em crianças com idade entre os 12 meses e os 5 anos. *Revista Portuguesa de Medicina Geral e Familiar*, 36(6), 453-468. <https://doi.org/10.32385/rpmgf.v36i6.12706>
- Ponte, C., & Batista, S. (2019). *EU Kids Online Portugal. Usos, competências, riscos e mediações da internet reportados por crianças e jovens (9-17 anos)*. EU Kids Online e NOVA FCSH. <https://fabricadesites.fcsh.unl.pt/eukidsonline/wp-content/uploads/sites/36/2019/03/RELATO%CC%81RIO-FINAL-EU-KIDS-ONLINE.docx.pdf>
- Selwyn, N., & Aagaard, J. (2021). Banning mobile phones from classrooms- An opportunity to advance understanding of technology addiction, distraction and cyberbullying. *British Journal of Educational Technology*, 52(1), 8–19. <https://doi.org/10.1111/bjet.12943>
- Sudan, M., Olsen, J., Sigsgaard, T., & Kheifets, L. (2016). Trends in cell phone use among children in the Danish national birth cohort at ages 7 and 11 years. *Journal of Exposure Science & Environmental Epidemiology*, 26(6), 606-612. <https://doi.org/10.1038/jes.2016.17>
- Sunday, O., Adesope, O., & Maarhuis, P. (2021). The effects of smartphone addiction on learning: A meta-analysis. *Computers in Human Behavior Reports*, 4, 1-9. <https://doi.org/10.1016/j.chbr.2021.100114>.
- UNESCO. (2023). *Recommendation on education for peace and human rights, international understanding, cooperation, fundamental freedoms, global citizenship and sustainable development*. UNESCO.
- UNESCO. (2023). *Technology in education: A tool on whose terms?* Global Education Monitoring Report. UNESCO.
- Verduyn, P., Schulte-Strathaus, J. C. C., Kross, E., & Hülshager, U. R. (2021). When do smartphones displace face-to-face interactions and what to do about it? *Computers in Human Behavior*, 114, 106550. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106550>
- Walker, R. (2013). 'I don't think I would be where I am right now'. Pupil perspectives on using mobile devices for learning. *Research Learning Technology*, 21(1). <https://doi.org/10.3402/rlt.v21i0.22116>
- Ward, A. F., Duke, K., Gneezy, A., & Bos, M. W. (2017). Brain drain: The mere presence of one's own smartphone reduces available cognitive capacity. *Journal of the Association for Consumer Research*, 2(2), 140–154. <https://doi.org/10.1086/691462>
- Yang, J., Fu, X., Liao, X., & Li, Y. (2020). Association of problematic smartphone use with poor sleep quality, depression, and anxiety: A systematic review and meta-analysis. *Psychiatry Research*, 284 (6). <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2019.112686>