

De onde vem a ansiedade da “Geração Ansiosa”? Notas sobre crianças, saúde mental e educação na cultura digital

Resumo

Este ensaio se propõe a discutir as relações entre crianças, saúde mental e educação na cultura digital, em diálogo com o livro “A geração ansiosa: como a infância hiperconectada está causando uma epidemia de transtornos mentais”, de Jonathan Haidt. A obra, que tem gerado grande repercussão ao redor do mundo, inclusive no Brasil, consolidou-se como uma das principais referências no debate sobre a infância na era digital. Apesar de seu apelo e popularidade, o livro apresenta fragilidades na forma como concebe as crianças, as tecnologias e suas interações, revelando também a dificuldade em abordar as dimensões políticas inerentes à problemática da saúde mental na atualidade.

Palavras-chave: crianças; saúde mental; educação; tecnologias; Jonathan Haidt.

Gilson Cruz Junior

Universidade Federal do Oeste do
Pará – UFOPA – Santarém/PA –
Brasil
gijao05@hotmail.com

Para citar este artigo:

CRUZ JUNIOR, Gilson. De onde vem a ansiedade da “Geração Ansiosa”? Notas sobre crianças, saúde mental e educação na cultura digital. **Revista Linhas**, Florianópolis, v. 27, n. 64, p. 353-378, maio/ago. 2026.

DOI: 10.5965/1984723827642026353

<http://dx.doi.org/10.5965/1984723827642026353>

Where does the anxiety of the “Anxious Generation” come from? Notes on children, mental health, and education in digital culture

Abstract

This essay aims to discuss the relationships between children, mental health, and education in digital culture, in dialogue with the book *The Anxious Generation: How the Hyperconnected Childhood Is Causing an Epidemic of Mental Illness*, by Jonathan Haidt. The work has generated significant impact worldwide, including in Brazil, and has established itself as one of the main references in the debate on childhood in the digital age. Despite its appeal and popularity, the book shows weaknesses in the way it conceives children, technologies, and their interactions, also revealing difficulties in addressing certain political dimensions related to current mental health issues.

Keywords: children; mental health; education; technologies; Jonathan Haidt.

¿De dónde viene la ansiedad de la “Generación Ansiosa”? Notas sobre la infancia, la salud mental y la educación en la cultura digital

Resumen

Este ensayo tiene como objetivo discutir las relaciones entre la infancia, la salud mental y la educación en la cultura digital, en diálogo con el libro *La Generación Ansiosa: Cómo una infancia hiperconectada está causando una epidemia de enfermedades mentales*, de Jonathan Haidt. La obra ha generado un impacto significativo en todo el mundo, incluso en Brasil, y se ha establecido como una de las principales referencias en el debate sobre la infancia en la era digital. A pesar de su atractivo y popularidad, el libro muestra debilidades en la forma en que concibe a los niños, las tecnologías y sus interacciones, revelando también dificultades para abordar ciertas dimensiones políticas relacionadas con los problemas de salud mental actuales.

Palabras clave: infancia; salud mental; educación; tecnologías; Jonathan Haidt.

Introdução

Desde o seu lançamento em 2024, o livro “A geração ansiosa: como a infância hiperconectada está causando uma epidemia de transtornos mentais” (GA), de autoria do psicólogo estadunidense Jonathan Haidt, tem provocado intensos debates sobre infância, mídias e educação. Em linhas gerais, a obra apresenta um estudo acerca dos supostos impactos das tecnologias digitais na saúde mental e no desenvolvimento das novas gerações. O trabalho também se destaca por reunir um conjunto de proposições que, no entendimento do autor, seriam capazes de ajudar no enfrentamento dos desafios decorrentes dessa conjuntura. Entre as principais ações listadas na obra, está a restrição severa do uso de dispositivos eletrônicos com acesso à internet por crianças e adolescentes.

Num cenário em que aumentam as preocupações em torno do impacto da cultura digital sobre o bem-estar de seus usuários, o livro de Haidt rapidamente se tornou um best-seller¹, figurando entre as referências mais influentes sobre o assunto nos últimos anos, dentro e fora dos Estados Unidos – país em que suas reflexões tiveram origem. No Brasil, inúmeros profissionais, especialistas e organizações de diferentes áreas têm se utilizado desse trabalho para fundamentar discursos, posicionamentos e projetos alinhados à redução drástica da presença de telas no cotidiano de crianças².

Sob esse pano de fundo, o objetivo deste trabalho é discutir as relações entre infância, saúde mental e educação na cultura digital, em diálogo com elementos apresentados no livro GA escrito por Jonathan Haidt. Trata-se de um estudo bibliográfico de caráter ensaístico que tem como finalidade analisar os limites e as possibilidades da obra no que se refere à constituição do debate sobre os impactos da cibercultura na

¹ “Geração Ansiosa” figurou por cerca de 52 semanas na lista de livros de não ficção mais vendidos do jornal *New York Times*, tendo liderado o ranking por cinco semanas. No Brasil, a obra também aparece na lista de títulos mais vendidos e mais bem avaliados da Amazon. Mais detalhes em: https://www.nytimes.com.translate.google/books/best-sellers/2025/04/06/combined-print-and-e-book-nonfiction/?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=pt&_x_tr_hl=pt&_x_tr_pto=tc

² Um dos exemplos de maior destaque é Daniel Becker, médico pediatra e “ativista da infância”, que tem presença frequente em palestras, workshops, entrevistas e programas de TV, além de somar quase 2 milhões de seguidores em seu perfil oficial no Instagram (<https://www.instagram.com/pediatricaintegralbr/>). Inclusive, no dia 6 de julho de 2025, Becker participou, ao lado do próprio Haidt, do quadro “Precisamos falar sobre isso...”, exibido no programa “Domingão do Huck”, para falar sobre “como entreter os filhos sem o uso de telas?”. A entrevista pode ser acessada na íntegra pelo link: <https://globoplay.globo.com/v/13736501/>

formação de crianças. Para isso, o texto se organiza em três seções distintas: 1) apresentação dos principais argumentos e proposições presentes em GA; 2) limitações da obra no que tange ao modo de conceber as crianças, as tecnologias e suas relações; e 3) dimensões políticas do adoecimento de crianças e adolescentes na contemporaneidade.

Nos rastros de “A Geração Ansiosa”

Em termos de tese central, GA argumenta que o panorama de crescente adoecimento mental de adolescentes nas últimas décadas, especialmente entre as meninas, está profundamente relacionado ao que a obra classifica como “enfraquecimento da infância”, processo intensificado pela presença generalizada de smartphones no cotidiano dos jovens (Haidt, 2024). Em seu livro, Haidt (2024) defende que os principais transtornos diagnosticados nesse grupo resultam da combinação de fatores específicos, como o uso excessivo de redes sociais, a superproteção parental e a escassez de experiências lúdicas e sociais no “mundo real”³. Para ele, essa conjuntura tem sido decisiva no aumento dos índices de ansiedade, depressão, automutilação e ideação suicida entre crianças e adolescentes (Haidt, 2024).

Em GA, o autor se empenha para destacar um conjunto de mudanças ocorridas no panorama sociocultural da Geração Z que, em teoria, seria o responsável pelas ameaças à saúde mental detalhadas no livro (Haidt, 2024). “A grande reconfiguração”, nome dado por ele a essas transformações, teria início no suposto processo de substituição progressiva do “brincar livre” por atividades mediadas por telas (Haidt, 2024). Nesse sentido, ele aponta quatro grandes prejuízos decorrentes da popularização de uma “infância baseada em smartphones”: a) privação do (convívio) social; b) privação de sono; c) atenção fragmentada; e d) vício (em tecnologias) (Haidt, 2024). Também afirma que meninas e meninos não são afetados da mesma maneira por esse quadro, de modo que existem consequências negativas distintas para cada um deles em função do gênero.

³ Em seu livro, Haidt recorre a algumas lógicas dicotômicas para sustentar sua hipótese. Entre elas, encontra-se a cisão entre “mundo real” e “mundo virtual”. Trata-se de uma divisão bastante difundida no senso comum, mas também controversa no âmbito acadêmico, sobretudo nos Estudos de Mídia e na Sociologia Digital (Selwyn, 2019). Nesses, o ciberespaço e as demais instâncias pertencentes ao mundo digital são compreendidos como partes inseparáveis da realidade, e não como um domínio à parte e antagonista – como defendem autores como Haidt. Por isso, para garantir o sentido originalmente estabelecido na obra, todas as menções à noção de “mundo real”, em alusão ao mundo físico e natural feitas em GA, serão apresentadas entre aspas.

No que diz respeito às primeiras, GA destaca que a sua presença na rede as tornou mais vulneráveis a situações de assédio e de comparação permanente, capazes de minar sua confiança e autoestima. Já os meninos estão mais expostos aos riscos decorrentes do consumo de pornografia, do vício em jogos on-line e da aproximação a comunidades sustentadas por discursos de ódio (Haidt, 2024).

Para enfrentar esse cenário, os últimos capítulos de GA são dedicados à apresentação de recomendações dirigidas a: 1) governos e empresas de tecnologia; 2) pais e mães; e 3) escolas e professores (Haidt, 2024). Apesar de algumas nuances entre elas, as principais proposições convergem para a urgência de diminuir significativamente a presença de telefones celulares na vida da Geração Z, em especial, para a proibição do uso de redes sociais antes dos 16 anos. Paralelamente, Haidt (2024) sugere estratégias focadas no incentivo às brincadeiras ao ar livre, visando estimular a autonomia e o interesse das crianças pelo “mundo real”. Por fim, defende a criação e o aperfeiçoamento de leis que possam atenuar o suposto clima de medo e a tendência à superproteção parental (Haidt, 2024). Tais situações, segundo o autor, se intensificam desde os anos 1990 em razão da ação (bem-intencionada) de pais, mães e comunidades para garantir a segurança de crianças, o que acabou favorecendo o subdesenvolvimento de habilidades cognitivas, motoras e socioemocionais básicas desse grupo (Haidt, 2024).

A perspectiva apresentada em GA está associada a um conjunto de atores individuais e coletivos engajados com essa pauta, entre os quais se destaca o movimento *Smartphone Free Childhood* (“Infância livre de celulares”), cujo objetivo é “inspirar e empoderar pessoas a criarem infâncias sem celulares – em casa, nas escolas e nas comunidades – ajudando-as a encontrar apoio, conectar-se e compartilhar ideias e recursos⁴”. Entre os princípios que orientam essa visão, está a crença de que o distanciamento das telas é o segredo para construir uma infância e uma vida mais “reais”, autênticas e saudáveis, impedindo que o lucro das empresas de tecnologia se coloque à frente do bem-estar das crianças.

Nascidos em um contexto norte-americano, esses esforços também produziram desdobramentos em outras partes do mundo, inclusive no Brasil. Um dos exemplos é o “Movimento Desconecta”, que possui objetivos semelhantes ao *Smartphone Free*

⁴ Detalhes em: <https://www.smartphonefreechildhoodus.com/about>

Childhood. Partindo da preocupação com a presença massiva das telas no cotidiano das novas gerações, essa iniciativa tem divulgado os riscos e prejuízos dos telefones com acesso à internet para o desenvolvimento infantil, tais como “déficits cognitivos”, “alterações neurológicas”, “comportamentos desafiadores”, “isolamento” e “conflitos familiares”, “exposição sexual precoce” e “riscos de distúrbios alimentares” – conforme informações presentes no próprio site da organização⁵. Para convencer pais e tutores a adiarem o acesso aos celulares até os 14 anos e às redes sociais até os 16, o Movimento Desconecta investe na estratégia de promover um termo de compromisso⁶ que, ao ser assinado por responsáveis, torna explícita sua adesão ao acordo. Ademais, realiza cursos, workshops e palestras em escolas e associações em todo o território nacional. Vale ressaltar que essa iniciativa assume explicitamente o livro GA como uma das referências intelectuais norteadoras de sua atuação.

A influência do livro alcançou inclusive políticas públicas voltadas à educação escolar. É o caso da Lei n.º 15.100/2025, que restringiu o uso de aparelhos celulares em instituições de ensino básico, atribuindo às redes municipais, estaduais e federais a responsabilidade pela definição das estratégias de implementação da norma (Brasil, 2025b). A regulamentação permite a presença dos telefones em situações que envolvam seu uso para fins pedagógicos, garantia de acessibilidade, promoção de inclusão, atendimento a condições específicas de saúde dos estudantes e garantia dos direitos fundamentais (Brasil, 2025). A implementação da lei ainda é recente, mas já há indícios de impactos positivos destacados por pais, professores e alunos no que tange à melhoria do desempenho em sala de aula e ao contato com novas experiências dentro e fora das instituições de ensino⁷.

Ao ser consultado sobre o tema pelo jornal Folha de São Paulo, Jonathan Haidt elogiou a lei brasileira, afirmando que é uma das melhores do mundo justamente pelo rigor que impõe à presença dessas tecnologias nas escolas. Para ilustrar seu posicionamento, estabeleceu um (controverso) paralelo entre crianças com smartphones e dependentes químicos em situação abstinência: “o armazenamento [do celular] na

⁵ Detalhes em: <https://movimentodesconecta.com.br/>

⁶ Detalhes em: <https://movimentodesconecta.com.br/acordo/>

⁷ Detalhes em: <https://g1.globo.com/jornal-nacional/noticia/2025/05/27/pesquisa-mostra-o-impacto-da-proibicao-do-celular-nas-escolas-brasileiras.ghtml>

mochila não é tão eficaz. Muitos alunos são viciados, e é como se, em uma clínica de dependência em heroína, você dissesse aos pacientes que podem guardar drogas na mochila. Muitos vão acabar indo ao banheiro para usar⁸” (Folha de São Paulo, 2025). Em outras palavras, o autor de GA entende que, em meio a políticas de economia da atenção cada vez mais agressivas adotadas por *big techs*, as redes sociais assumem para as crianças um papel análogo às drogas no que se refere à oferta de doses elevadas de dopamina e ao risco de adicção (Haidt, 2024).

A seguir, serão apresentados apontamentos sobre o modo como GA compreende as crianças, as tecnologias e suas relações, indicando pontos de tensão que, ao não serem reconhecidos e enfrentados, podem comprometer a qualidade e a amplitude do debate sobre o tema.

Entre a onipotência tecnológica e a impotência infantil

Entre os principais problemas observados em GA, há que se destacar a postura determinista expressa por Haidt (2024) em sua maneira de conceber as relações entre crianças e tecnologias. Esse princípio pode ser definido como o pressuposto de que as tecnologias “fazem com que” as coisas aconteçam independentemente do contexto ou da influência de fatores humanos, isto é, de que seriam capazes, por si sós, de determinar mudanças no modo de funcionamento da sociedade. Assim definido por Selwyn (2021), o determinismo, em suas formas radicais, converte-se em um modo de pensar em que a tecnologia é a única força capaz de gerar transformação social.

Ao averiguar os responsáveis pelo aumento das taxas de adoecimento de crianças e adolescentes, Haidt (2024) afirma, categoricamente, que as telas não são apenas meras variáveis, mas sim agentes desencadeadores do problema em questão: “o uso de redes sociais *causa* ansiedade, depressão e outros problemas, e não está apenas *correlacionado* a eles” (Haidt, 2024, p. 174, grifo próprio). Ele não apenas declara sua certeza em relação ao papel determinante das plataformas de sociabilidade on-line na incidência de transtornos mentais, como também investe ativamente, desde os primeiros capítulos do livro, na tarefa de descartar a influência de outros fatores potencialmente implicados

⁸ Detalhes em: <https://www1.folha.uol.com.br/educacao/2025/05/lei-do-brasil-contras-celular-nas-escolas-e-uma-das-melhores-do-mundo-diz-autor-de-a-geracao-ansiosa.shtml>

nesse quadro: “[...] embora eu concorde que o século XXI tenha começado mal, o momento não justifica que a geração Z seja ansiosa e deprimida por causa de fatos objetivos relacionados a ameaças nacionais ou globais crescentes” (Haidt, 2024, p. 49). Um dos exemplos de “ameaças” prontamente descartadas é a mudança climática, processo que tem se acentuado com a aceleração da degradação ambiental, ameaçando as condições de vida para todas as espécies que habitam o planeta, especialmente a humana. Vale ressaltar que a mudança climática é um problema crônico, cujos efeitos prometem afetar, com intensidade crescente, esta e as próximas gerações, inclusive sob a forma de novas modalidades de sofrimento psíquico, como a ansiedade climática⁹.

No entanto, a iminência de um colapso da biosfera parece não ser digna de figurar entre as fontes de estresse levadas em consideração. Mais do que isso, Haidt (2024) relativiza os riscos psicopatológicos da mudança climática ao considerá-la uma espécie de “oportunidade” de amadurecimento e aprendizagem. Para isso, argumenta que o referido fenômeno pode ser encarado de forma análoga a cenários de guerra em que, segundo o autor, a população diretamente envolvida poderia desenvolver habilidades específicas, como o fortalecimento de seu espírito de comunidade e de sua capacidade de colaboração. Em outras palavras, a despeito de impactos negativos diretos e indiretos, como a destruição de infraestrutura e patrimônio, a retração econômica, a disseminação indiscriminada de armas, a instabilidade política, a violação de direitos humanos e a perda de vidas, as guerras, assim como a mudança climática, não representam, ao menos para Haidt (2024), uma ameaça à saúde das crianças comparável àquela encarnada por telas e redes sociais.

Não nego a legitimidade dessa preocupação, porém quero apontar que, historicamente, ameaças iminentes a uma nação ou a uma geração (em contraposição a ameaças ao indivíduo) não aumentaram os índices de transtornos mentais. Quando países são atacados, seja por forças militares ou por terroristas, em geral seus cidadãos reforçam seu senso de patriotismo e se aproximam uns dos outros. Eles ficam imbuídos de um forte senso de propósito, a taxa de suicídio cai, e, décadas depois, experimentos de laboratório demonstram que os adolescentes do início da guerra apresentam níveis mais altos de confiança e cooperação (Haidt, 2024, p. 50).

⁹ Para maiores detalhes, ver o artigo publicado pelo *National Geographic* sobre o tema: <https://www.nationalgeographicbrasil.com/ciencia/2023/12/ansiedade-climatica-quais-sao-os-sinais-de-que-uma-pessoa-esta-sofrendo-com-o-problema>

Ao apelar para essa linha de argumentação, Haidt demonstra seu empenho para concentrar no âmbito técnico/tecnológico a responsabilidade pela elevação das taxas de adoecimento psíquico observada tanto na infância quanto na adolescência (Haidt, 2024). Em contrapartida, o preço pago por essa escolha é inviabilizar a adoção de uma abordagem sistêmica do problema, necessária para revelar sua complexidade e seu entrelaçamento com múltiplos agentes que não podem ser compreendidos de modo isolado.

No livro “Crescer na era das mídias eletrônicas”, David Buckingham (2007) chama atenção para o fato de que, ao longo do século XX e início dos anos 2000, pesquisas sobre mídias e crianças passaram por uma intensa mudança de paradigma. A primeira delas envolve a ampla difusão do pressuposto da infância como construção social: “a idéia de infância e os pensamentos e emoções a ela vinculados não são dados ou fixos: ao contrário, estão sujeitos a um contínuo processo de definição – e uma luta social pelo significado” (Buckingham, 2007, p. 149). Nesse sentido, o autor ressalta a incontornável disputa entre perspectivas acerca do fenômeno, notadamente o antagonismo entre o discurso popular (ex.: veículos de comunicação e cultura pop) e o discurso acadêmico (pesquisadores, especialistas, professores). Este, aliás, é por si só fragmentário e multifacetado, orientando-se por diferentes bases teóricas e metodológicas que, por sua vez, afetam de modo significativo a natureza dos resultados das investigações no tocante aos conhecimentos produzidos sobre as crianças.

Entre os principais enfoques científicos em evidência, destaca-se o que Buckingham (2007) denominou de “pesquisa dos efeitos”. Tradição historicamente hegemônica em estudos das relações entre crianças e mídias, essa corrente busca, por meio de estudos laboratoriais e experimentais, conexões causais entre estímulos midiáticos e respostas comportamentais: por exemplo, se o consumo de conteúdos violentos pode desencadear hábitos agressivos no público. Entretanto, estudos focados nesse tipo de conexão direta perderam força à medida que investigações posteriores constataram a existência de “variáveis intervenientes” que atuam como mediadores nas interações entre as mídias e seus usuários, criando situações em que indivíduos respondem de formas diferentes aos mesmos estímulos. Nesse sentido, enfoques centrados nas ciências comportamentais aos poucos cederam espaço a abordagens

construtivistas e culturalistas, deslocando o foco das relações de causa-efeito para os diferentes modos como a criança entende e interpreta as mídias e suas vivências nelas/com elas (Buckingham, 2012). Essa vertente ajudou a reconhecer a existência de mediações e formas de agência distintas demonstradas pelas crianças em relação aos meios de comunicação, enfraquecendo a imagem dos infantes como meros alvos passivos e indefesos diante de forças externas onipotentes: “ao dar sentido às mídias, compreende-se que elas usem ‘esquemas’ e ‘roteiros’: conjuntos de planos e expectativas que construiram a partir de suas experiências anteriores, tanto da mídia quanto do mundo em geral” (Buckingham, 2007, p. 155). Desse modo, tão importante quanto verificar “o quê” as crianças estão fazendo no ciberespaço é indagar sobre o “como” e os “porquês” dessas atividades.

Nesse ponto, GA revela uma de suas principais fragilidades: a escassez de vozes infantis. Haidt (2024) parece falar mais “sobre” as crianças e suas relações com as mídias do que “com” elas. Frequentemente recorre a relatos de segunda ou mesmo terceira mão, baseando-se na redescritção ou rememoração de situações que lhes foram narradas pelas próprias crianças ou por seus pais. Esse obstáculo é uma questão fundamental do ponto de vista científico e educacional, já que o reconhecimento da margem de ação e iniciativa das crianças em uma pesquisa constitui um elemento metodológico essencial para a identificação de quais experiências podem tornar esses indivíduos mais resistentes aos potenciais riscos associados às telas, dando-lhes maior autonomia e segurança. A escolha de não incorporar a escuta das crianças como base para a produção de evidências ajuda a compreender o motivo pelo qual a maior parte das mudanças e soluções práticas sugeridas por Haidt para reverter a tendência de adoecimento mental se baseia na proibição de acesso a tecnologias: afinal, se não há como as crianças adquirirem imunidade ou proteção aos dispositivos eletrônicos, o que resta a elas é tão somente permanecerem restritas ao “mundo real” e barradas do ciberespaço.

É importante ressaltar que, em termos de perfil acadêmico, Jonathan Haidt é um psicólogo social especializado em estudos no campo da moral, tendo se destacado por livros como “A hipótese da felicidade” (2006), “A mente moralista: por que as pessoas boas são divididas pela política e pela religião” (2012) e “*The Coddling of the American*

*Mind: How Good Intentions and Bad Ideas Are Setting Up a Generation for Failure*¹⁰” (2018). Nesse sentido, o autor parece não ter uma trajetória de pesquisa consolidada em áreas-chave abordadas por ele em GA, mais precisamente nos âmbitos dos estudos sobre a crianças/infância, a comunicação e a educação. Por esse motivo, faz sentido que tenha optado por privilegiar conceitos e princípios oriundos da psicologia infantil e do desenvolvimento, em detrimento dos consensos estabelecidos nas vertentes da antropologia da criança e da sociologia da infância, como o reconhecimento da legitimidade e da relevância científica das vozes desses sujeitos (Belloni, 2009; Friedmann, 2020).

Em certa medida, isso ajuda a entender o motivo pelo qual a maior parte das ações sugeridas por Haidt para enfrentar o problema envolve afastar as crianças dos dispositivos eletrônicos e ambientes digitais por intermédio de práticas de vigilância sobre o uso de celulares e da adoção de ferramentas de controle parental. Em GA, essa necessidade é justificada pelo fato de que as crianças são consideradas cognitivamente imaturas para enfrentar os perigos no ciberespaço, de modo que protegê-las dos riscos on-line representaria uma medida indispensável para melhorar as condições de seu desenvolvimento e bem-estar (Haidt, 2024). Entretanto, ao subestimar a agência de crianças e adolescentes em relação às tecnologias, Haidt desconsidera ainda a capacidade desses sujeitos construírem, desde o presente, habilidades e repertórios úteis para enfrentar os riscos à sua integridade presentes na internet, deixando de reconhecer o potencial de ações educacionais de letramento digital que, se fomentadas desde a infância, podem gerar benefícios também para a vivência on-line na fase adulta.

Neste ponto, convém destacar que a saúde mental é uma questão complexa, dotada de uma estrutura multicausal. Como esclarece a Organização Mundial da Saúde (OMS):

A saúde mental é um estado de bem-estar mental que permite que as pessoas lidem com o estresse da vida, percebam suas habilidades, aprendam bem e trabalhem bem e contribuam para sua comunidade. Tem valor intrínseco e instrumental e é parte integrante do nosso bem-estar.

A qualquer momento, um conjunto diversificado de fatores individuais, familiares, comunitários e estruturais pode se combinar para proteger ou

¹⁰ Em tradução livre: “A mimação da mente americana: como boas intenções e más ideias estão preparando uma geração para o fracasso”.

prejudicar a saúde mental. Embora a maioria das pessoas seja resiliente, as pessoas expostas a circunstâncias adversas – incluindo pobreza, violência, deficiência e desigualdade – correm maior risco de desenvolver uma condição de saúde mental” (OMS, 2025).

Diante disso, algumas indagações se fazem necessárias: quem é a Geração Z (ou a “geração ansiosa”) quando não está diante das telas? Para além do contato precoce e prolongado com as mídias digitais, quais são os demais fatores que caracterizam a experiência de mundo dessa geração? Em que pontos essas vivências indicam ruptura e distanciamento em relação às condições de vida das gerações anteriores? E em que medida elas sugerem continuidade ou mesmo intensificação de tendências já observadas no passado? Quais dos componentes dessa trama estão potencialmente associados à recente tendência geral de adoecimento psíquico?

Politizando o adoecimento: infância e saúde mental no contexto neoliberal

Primeiramente, é importante destacar que não é objetivo deste ensaio recorrer, tampouco construir, uma narrativa universal sobre a infância, já que isso causaria a simplificação do problema e dos sujeitos envolvidos, ao reduzir toda a pluralidade intrínseca às crianças e seus diferentes espaços-tempos de inserção a um conjunto predefinido de características e padrões comportamentais. Os modos de ser e viver desses sujeitos não são condicionados exclusivamente por aspectos de ordem técnica ou tecnológica, também incidindo sobre eles influências de natureza sociocultural, histórica, política e econômica, das quais as próprias tecnologias também não podem escapar. Não obstante, esse reconhecimento não implica ignorar conceitos e enfoques capazes de ajudar na construção de uma compreensão ampliada acerca das relações entre infância e saúde mental na era digital. Entre essas possibilidades, encontra-se uma categoria que vem adquirindo destaque no âmbito das ciências humanas, demonstrando potencial analítico para enfrentar problemáticas e fenômenos que emergem na contemporaneidade: o neoliberalismo.

A despeito de consensos pontuais, essa ideia não possui uma definição única, assumindo nuances próprias de acordo com os contextos e objetos de investigação aos

¹¹ Mais detalhes em: https://www.who.int/health-topics/mental-health#tab=tab_1

quais se associa. Ainda assim, o neoliberalismo costuma ser vinculado ao conjunto de teorias econômicas empregadas para orientar o funcionamento do atual estágio do capitalismo tardio e que têm em pensadores como Milton Friedman e Friedrich Hayek seus principais pilares intelectuais. A essa corrente de pensamento também são atribuídos princípios macroeconômicos comuns, como a redução do Estado – sobretudo de sua participação na economia –, o livre mercado, a competitividade, a austeridade fiscal e a privatização. Por outro lado, estudos recentes têm destacado facetas outras do neoliberalismo, atribuindo a ele funções como: racionalidade governamental (Dardot; Laval, 2016); forma de subjetivação (Han, 2018); economia moral (Safatle, 2020); filosofia social individualista (Cabanas; Illouz, 2022); ou tão somente uma forma de viver (Dunker, 2017). Em comum, essas visões partilham o esforço de destacar o transbordamento de práticas e concepções da economia política para os domínios sociocultural e psicológico.

No entendimento de Dardot e Laval (2016), o neoliberalismo se estabeleceu como nova razão hegemônica do mundo que opera por meio da onipresença da lógica de mercado em todos os setores da vida. Para isso, conta com diferentes estratégias de disseminação, como a consagração da empresa como instituição-modelo para a formação de sujeitos, que passam a se orientar – a viver – por princípios de (auto)governo, como a competitividade, a produtividade, o risco, a flexibilidade e o individualismo. Por sua vez, estes se infiltram em todos os âmbitos da ação pública e da vida social, incluindo a esfera pessoal, não mais se restringindo ao contexto das relações corporativas e da gestão de recursos humanos no interior das empresas. Com isso, deve tornar regra “[...] uma relação do sujeito individual com ele mesmo que seja homóloga à relação do capital com ele mesmo ou, mais precisamente, uma relação do sujeito com ele mesmo como ‘capital humano’ que deve crescer indefinidamente, isto é, de um valor que deve valorizar-se cada vez mais” (Dardot; Laval, 2016, p. 31). O sucesso dessa empreitada está diretamente ligado à difusão da crença na capacidade de autoprodução infinita do sujeito (Han, 2018). Em outras palavras, no regime de subjetivação neoliberal, o indivíduo deve acreditar que não há limites concretos ou abstratos para quaisquer metas, objetivos e projetos que venha a abraçar: seu único e maior obstáculo é ele próprio. Mas, afinal, no que consiste essa relação e de que modo ela afeta a vida psíquica dos sujeitos contemporâneos, em especial, das crianças?

Em GA, observa-se que a economia é desconsiderada como fator relevante para a constituição de um panorama favorável à proliferação de transtornos mentais: “simplesmente não há como atribuir o aumento da depressão e da ansiedade nos adolescentes a qualquer evento ou tendência econômica de que eu tenha conhecimento” (Haidt, 2024, p. 49). Para o autor, ameaças globais, como o colapso climático e a crise financeira de 2008, não seriam razões suficientemente fortes para influenciar os processos de adoecimento da Geração Z, já que os referidos eventos, diz ele, teriam como seus maiores afetados os *Millennials*¹² “que viram uma infância feliz destroçada com menos perspectivas de ascensão social” (Haidt, 2024, p. 39). Haidt acredita que a redução nos índices de desemprego em paralelo com o aumento das taxas de depressão e ansiedade em adolescentes ao longo da década de 2010, por si só, constitui uma prova de que crises econômicas não têm um papel determinante na deterioração da saúde mental das novas gerações.

Se a crise financeira e outras preocupações econômicas tivessem contribuído de maneira decisiva, a saúde mental dos adolescentes americanos teria caído em 2009, o ano mais sombrio da crise financeira, e teria melhorado na década de 2010, quando a taxa de desemprego diminuiu, e o mercado de ações voltou a subir e a economia, a se aquecer (Haidt, 2024, p. 49).

Apesar da certeza na ausência de correlação entre colapsos financeiros e transtornos psicológicos, os vínculos entre ambos parecem ter sido subdimensionados. As consequências de uma crise econômica não podem ser medidas somente por meio de estatísticas ligadas ao nível de inserção dos cidadãos no mercado de trabalho formal, ou seja, por quem está ou não empregado. Historicamente, esse tipo de instabilidade costuma gerar impactos estruturais intrincados e efeitos colaterais sentidos pela população em curto, médio e longo prazo, em especial pelas camadas médias e mais pobres. Mesmo aqueles que têm a oportunidade de assumir novos postos de trabalho

¹² Nos Estados Unidos, é muito comum que as diferentes gerações sejam classificadas de acordo com recortes temporais mais ou menos precisos, sendo cada grupo dotado de certas características legadas por seu espaço-tempo. Entre os grupos geracionais mais recentes, destacam-se: a) *Baby Boomers* (nascidos entre 1946 e 1964); b) *Geração X* (nascidos entre 1965 e 1980); c) *Millennials* (nascidos entre 1981 e 1996); e d) *Geração Z* (Nascidos entre 1997 e 2010). Além de variar de acordo com a fonte consultada, a segmentação de grupos baseada apenas em marcadores etários, como qualquer tipo de generalização, traz consigo alguns riscos. Um deles é a homogeneização das diferenças existentes entre todos os indivíduos pertencentes a uma mesma geração, que passaria a ser definida com base num número reduzido de traços estereotípicos.

após terem sido vitimados pelo desemprego em massa frequentemente são afetados, por exemplo, por um quadro geral de precarização do trabalho: queda de salários, aumento de contratos flexíveis e temporários, enfraquecimento de sindicatos e órgãos de representação de classe, além da perda de direitos trabalhistas (aposentadoria, seguro-desemprego, assistência social) decorrente do avanço de políticas de austeridade.

Além disso, não há como isolar os efeitos de uma crise econômica sobre membros de uma única geração em detrimento das demais, uma vez que todos esses indivíduos coexistem em um mesmo mundo, engajando-se em dinâmicas intergeracionais complexas. Ignorar as relações socioafetivas da “geração ansiosa” com Millennials, Geração X e Baby Boomers, na condição de pais, avós, irmãos, amigos, professores e colegas, significa perder a oportunidade de compreender até que ponto a onda de transtornos mentais observada na Geração Z representa uma tendência genuinamente nova e em que medida ela constitui apenas a continuidade de condições já observadas nas gerações anteriores. O livro “Nascidos na era digital: entendendo a primeira geração de nativos digitais”, escrito por John Palfrey e Urs Gasser, já em 2008¹³ demonstrava riscos oriundos do contato precoce de crianças com o ciberespaço e com as tecnologias digitais, em especial, aqueles decorrentes da sobrecarga informacional, da hiperexposição on-line e da vulnerabilidade a formas de violência em rede, como o cyberbullying¹⁴ e o assédio (Palfrey; Gasser, 2008).

Entre as análises recentes envolvendo a questão, vale destacar o livro “Não aguento mais não aguentar mais: como os Millennials se tornaram a geração do burnout¹⁵”, publicado em 2021 pela escritora, jornalista e doutora em Estudos de Mídia, Anne Helen Petersen. Por intermédio de dados estatísticos, depoimentos e entrevistas, a autora demonstra que, na atualidade, a síndrome de burnout¹⁶ não é apenas um problema individual, mas uma condição estrutural crônica vinculada a exigências econômicas e socioculturais sistêmicas (Petersen, 2021). Desde a infância, os Millennials

¹³ Data de lançamento original nos Estados Unidos. A versão brasileira foi lançada apenas em 2011, pela Editora Artmed.

¹⁴ Mais detalhes em Palfrey e Gasser (2011).

¹⁵ Do título original “Can’t Even: How Millennials Became the Burnout Generation”.

¹⁶ A autora define a síndrome de Burnout como o colapso físico e mental resultante do excesso de trabalho. Não se trata de um tipo qualquer de exaustão, já que “exaustão significa ir até um ponto em que não é possível ir além; burnout significa chegar a esse ponto e se esforçar, por dias, semanas ou anos” (Petersen, 2021, p. 22).

foram ensinados a “fazer tudo certo” e a seguir um roteiro de vida que se mostrou exitoso para seus pais e avós: tirar boas notas, entrar numa faculdade bem avaliada, ser produtivos e construir um currículo competitivo. Entretanto, o livro revela o adoecimento de boa parcela daqueles que pautaram suas vidas e carreiras nessa fórmula, e que vêm sentindo na pele o peso da falência de certezas do passado. A corrosão da saúde mental dos Millennials, destaca Petersen (2021), está fortemente associada à generalização de uma cultura de cobrança e autossuperação constantes, somada à permanente sensação de precariedade e à ausência de meios para alcançar marcos simbólicos historicamente associados à vida adulta (sair da casa dos pais, comprar um imóvel, ter filhos, aposentadoria). Por sua vez, o imaginário neoliberal frequentemente trivializa a pressão autodirigida permanentemente e o esgotamento dela resultante, enaltecendo ou mesmo romantizando sacrifícios e práticas de (auto)exploração empregadas em prol da máxima produtividade.

Sob esse panorama, o neoliberalismo revela sua faceta de política de gestão do sofrimento. Como explica Dunker (2017, p. 17), em contraste com os liberais clássicos que acreditavam que o sofrimento do cidadão-trabalhador representa um obstáculo para a produtividade e um entrave ao cálculo da felicidade “como máximo prazer com mínimo de desprazer”, o ideário neoliberal inverte essa equação ao descobrir que pode “extrair mais produção e mais gozo do próprio sofrimento” (Dunker, 2017, p. 17). Quanto mais inseguro um trabalhador se sente em sua função, temendo, por exemplo, o desemprego, maiores serão as chances de que ele se esforce para maximizar sua performance, seja na forma de maior dispêndio de tempo e energia em suas tarefas, seja na busca de conhecimentos para expandir seu repertório de habilidades. Ao nos reenquadrar como agentes plenamente autônomos e independentes sob as rédeas de nosso próprio destino, o neoliberalismo “[...] permitiu que os déficits, as contradições e os paradoxos estruturais dessas sociedades fossem assimilados como atributos psicológicos e responsabilidades individuais” (Cabanas; Illouz, 2022, p. 82).

Do mesmo modo, se há inquietação quanto ao futuro das crianças diante de um cenário de crescente incerteza, suas famílias tenderão a se valer dos meios ao seu alcance para, desde a mais tenra idade, direcionar o desenvolvimento dos jovens no sentido de favorecer a aquisição de habilidades e disposições capazes de maximizar seu rendimento

e competitividade em diferentes âmbitos de suas vidas. Desse ponto emerge uma das ideias fundamentais para compreender a convergência entre infância, transtornos psíquicos e neoliberalismo: a criança como capital humano. Entre os principais divulgadores dessa abordagem, destaca-se o economista estadunidense e vencedor do Prêmio Nobel de Economia, James Heckman, que formulou a teoria baseada na premissa de que o investimento precoce no desenvolvimento infantil gera maiores retornos à economia de uma nação¹⁷ (Heckman, 2017). Destaca ainda a importância da primeira infância¹⁸, fase em que o estímulo a habilidades variadas, em especial, as de natureza cognitiva e socioemocional, é capaz de render os melhores resultados em médio e longo prazo. Sob essa ótica, a criança representa um tipo de ativo que deve ser valorizado por intermédio de intervenções públicas e privadas, como a garantia de educação de qualidade focada na aquisição de competências sustentadas em princípios de mercado, a exemplo da empregabilidade (Heckman, 2017). Nas últimas décadas, o pensamento de Heckman se mostrou profundamente influente na formulação de políticas públicas e educacionais ao redor do mundo, especialmente em países como os EUA, servindo ainda de parâmetro para a construção de diretrizes e recomendações produzidas e publicadas por organismos multilaterais como OCDE, UNESCO e Banco Mundial.

Partindo de sua investigação focada nos Millenials, Petersen (2021) demonstra o quanto boa parte dessa geração esteve e ainda está submetida a agendas repletas de afazeres e compromissos que, em longo prazo, ajudaram a moldar uma atmosfera propícia à cultura de produtividade a todo o custo, à autovigilância e, por consequência, ao adoecimento.

“Comecei a me sentir ocupada aos sete anos.” Foi isso que Caitlin [...] me contou. De início, havia uma variedade de atividades – natação, beisebol, artes –, pelo menos uma todos os dias depois da escola. [...]

“Quando cheguei à vida adulta, me dei conta de que fico estressada quando não estou fazendo algo”, diz Caitlin. “Eu me sinto culpada quando estou só relaxando. Até na faculdade, eu me peguei fazendo seis matérias por semestre, trabalhando no campus, participando de clubes, voluntariados, peças e musicais, e mesmo assim sentia que não estava fazendo o suficiente” (Petersen, 2021, p. 61).

¹⁷ Detalhes em:

https://heckmanequation.org/wp-content/uploads/2017/01/D_Heckman_FMCSV_ReduceDeficit_012215.pdf

¹⁸ Período da vida da criança que abrange a faixa etária entre zero e 5 anos de idade.

É importante destacar que essa realidade não se restringe às famílias norte-americanas ou a membros das camadas socioeconômicas mais altas. No Brasil, por exemplo, cresce a cada ano o investimento em educação pública em tempo integral¹⁹, proposta que, de par com os potenciais benefícios como o aumento na oferta de atividades educacionais, culturais, artísticas e esportivas nas instituições públicas de ensino, também traz preocupações para o campo da saúde mental. Problemas como a pressão permanente por desempenho, a sobrecarga e a exaustão emocional frequentemente são notados em contextos de hiperescolarização da infância. Esse processo, em particular, tende a ser alvo de críticas porque, entre outras preocupações, impacta a disponibilidade de crianças e estudantes para explorarem livremente outros interesses e domínios da vida não subordinados aos estabelecimentos escolares²⁰ – como o “brincar livre” tão defendido por Haidt.

À primeira vista, essa tendência parece somente refletir o senso comum presente nos comportamentos de pais e mães. De fato, o investimento na criação dos filhos e em seu “currículo” não é uma invenção recente. Ainda assim, nota-se que essa cultura tem adquirido novos contornos em meio a um cenário global marcado pela crescente instabilidade econômica, de modo que a formação das crianças assume, entre outras demandas, a prioridade de manter ou melhorar o status de classe estabelecido em suas respectivas famílias. Para isso, tutores e responsáveis recorrem a estratégias de maximização da produtividade do tempo das crianças, submetendo todas as esferas de suas vidas à lógica e aos esforços de valorização de seu capital humano. Essa situação é ainda mais evidente em famílias que vivenciaram conjunturas de mobilidade decadente generalizada – como aquela testemunhada pelos EUA após a crise de 2008 – e em que “a posição de classe da família era algo instável e que derramar recursos, literais ou figurados, nas crianças era a única forma de proteção contra essa queda” (Petersen, 2021, p. 272). Entretanto, como mencionado, a fórmula baseada na dedicação integral aos

¹⁹ Mais detalhes em: <https://www.gov.br/mec/pt-br/assuntos/noticias/2024/fevereiro/educacao-em-tempo-integral-cresce-no-brasil>

²⁰ Ainda assim, há que se reconhecer que, em países marcados por desigualdades, como o Brasil, a educação em tempo integral cumpre papéis fundamentais para a população, sobretudo para as camadas mais pobres. Esse tipo de iniciativa costuma ser parte indispensável de políticas educacionais com contornos assistenciais, cumprindo função indispensável de rede de apoio à disposição de pais e mães de baixa renda que precisam de um ambiente apropriado para deixar seus filhos durante a sua jornada diária de trabalho.

estudos, ao trabalho e a qualquer atividade voltada ao autoaperfeiçoamento já não é vista como um caminho infalível para o “sucesso”, isto é, como uma maneira inequívoca de garantir condições de vida e bens, materiais e imateriais, considerados fundamentais pelas gerações passadas à entrada e ao pleno exercício da maioridade.

Há que se destacar que a racionalidade neoliberal

[...] não funcionaria se não houvesse outra dimensão dos processos de intervenção social. Dimensão na qual podemos encontrar um profundo trabalho de design psicológico, ou seja, de internalização de predisposições psicológicas visando à produção de um tipo de relação a si, a outros e ao mundo guiada através da generalização de princípios empresariais de performance, investimento, de rentabilidade, de posicionamento, para todos os meandros da vida. Dessa forma, a empresa poderia nascer no coração e na mente dos indivíduos. Um design psicológico que só poderia ser feito através da repetição generalizada de exortações morais que nos levam a compreender a resistência a tal redescrição empresarial da vida como falta moral, como recusa em “ser o adulto na sala”, em assumir a virtude da coragem diante do risco de empreender e abrir novos caminhos por conta própria (Safatle, 2020, p. 30).

Atualmente, já podem ser observadas apropriações da racionalidade neoliberal no universo e nas culturas infantojuvenis. Um exemplo é a ascensão dos “coaches mirins”: crianças que atuam como influenciadores, palestrantes motivacionais e treinadores de desenvolvimento pessoal, que têm adquirido crescente destaque nas redes sociais, sobretudo no Brasil. Entre as características dessa figura está o uso de discursos e jargões do empreendedorismo, além do profundo desprezo pela escolarização: “O ENEM não vai te deixar rico²¹” (Marques, 2025). A crescente rejeição das novas gerações ao mercado de trabalho formal, assim como a outras formas de exercício profissional regulamentadas por leis trabalhistas e respaldadas por entidades sindicais, não é acidental. A transformação da Consolidação das Leis do Trabalho (CLT) em objeto de escárnio e forma de ofensa entre crianças e jovens é sintomática, materializando o desdém que se prolifera na forma de memes, depoimentos em podcasts e demais conteúdos on-line que frequentemente demonstram o desconhecimento sobre o papel historicamente cumprido por essa legislação na proteção das classes trabalhadoras²². Essas evidências

²¹ Frase retirada da matéria realizada pela Revista Piauí em 12 de fevereiro de 2025. Mais detalhes em: <https://piaui.folha.uol.com.br/enem-influenciadores-coach-criancas/>

²² Detalhes em: <https://economia.uol.com.br/noticias/redacao/2025/03/13/era-sonho-virou-ofensa-por-que-os-jovens-tem-medo-de-ser-clt.htm>

indicam que o *ethos* do empreendedor de si mesmo já faz parte do modo de vida de cada vez mais integrantes das novas e velhas gerações.

A generalização da forma-empresa, esclarece Safatle (2020), não é apenas uma expressão da racionalidade econômica, mas também a normalização de formas hegemônicas de violência. Segundo ele, a competição empresarial é um modelo relacional alicerçado na ausência de solidariedade, na exploração colonial dos desfavorecidos, na destruição ambiental e numa competição cínica que, em essência, sustenta-se à base de pretensões monopolistas (Safatle, 2020). Mais do que isso, “essa violência pede uma justificação política, ela precisa se consolidar em uma vida social na qual toda figura da solidariedade genérica seja destruída, na qual o medo do outro como invasor potencial seja elevado como afeto central” (Safatle, 2020, p. 32). Nesse sentido, a consagração do modo de vida neoliberal se deve ainda à sua capacidade de atuar como forma de sujeição que se disfarça de um aparente exercício irrestrito da liberdade. Para Han (2018), doenças psíquicas como a depressão e o burnout são manifestações de uma ampla crise da (noção de) liberdade, a qual, de modo discreto, tem se convertido em novas modalidades de dominação: “O sujeito do desempenho é na realidade um servo: é um servo *absoluto*, na medida em que, sem um senhor, explora voluntariamente a si mesmo” (Han, 2018, p. 10). Ao perceber-se como um indivíduo supostamente livre e dotado da dádiva de autoprodução infinita, isto é, da capacidade de ser e fazer o que quiser, o sujeito neoliberal alimenta mecanismos internos de cobrança, aumentando os custos psíquicos de situações de fracasso e de desajustes em relação a expectativas externas.

Quem fracassa na sociedade neoliberal de desempenho em vez de questionar a sociedade ou o sistema, considera a si mesmo como responsável e se envergonha por isso. Aí está a inteligência peculiar do regime neoliberal: não permite que emerga qualquer resistência ao sistema (Han, 2018, p. 16).

Diante desse cenário, é possível perceber que a análise promovida por GA acerca do quadro geral de saúde mental das crianças da atualidade tropeça em sua visão limitada em relação às dimensões psicopolíticas do tema. Ao observar um número restrito de fatores envolvidos no aumento das taxas de adoecimento, Haidt perde a oportunidade de expandir o mapa de forças e atores em jogo, contentando-se em buscar bodes

expiatórios e atacar alvos fáceis, como as telas e os dispositivos eletrônicos, de par com conduta supostamente superprotetora dos pais. Sobre este ponto, convém lembrar Petersen (2021), ao demonstrar que parte significativa dos pais e mães dos integrantes da chamada “geração ansiosa” também sofre de transtornos psíquicos e emocionais, muitos deles adquiridos pela vivência em longo prazo da sensação de insegurança, da precariedade e da cultura de autocobrança acima descritas. Diante do exposto, questiona-se: considerando que o diagnóstico apresentado por Haidt (2024) negligenciou os corresponsáveis pela situação que ele mesmo denuncia, o quão eficazes são as recomendações feitas por ele a pais, professores, governos e empresas de tecnologia? A redução do tempo de telas e o aumento do tempo reservado às brincadeiras livres, por si só, serão capazes de frear a curva ascendente de adoecimento dessas crianças?

Há motivos para ceticismo em relação ao poder de resolução dessas sugestões; afinal, não se deve perder de vista que mesmo atividades lúdicas também podem ser instrumentalizadas a serviço de lógicas centradas no rendimento, quando operam unicamente, por exemplo, em função da aquisição precoce de competências e valorização do capital humano infantil. Esse seria um obstáculo relevante ao brincar livre longe das telas como estratégia para favorecer o desenvolvimento cognitivo da Geração Z e para assegurar a formação ideal do córtex pré-frontal (tão valorizada por Haidt), como base para o fortalecimento da capacidade executiva e de habilidades de autocontrole desses jovens. No entanto, um alerta se faz necessário: “O sujeito neoliberal como empreendedor de si mesmo é incapaz de se relacionar livre de qualquer propósito. Entre empreendedores não surge amizade desinteressada” (Han, 2018, p. 11). A lógica de maximização do rendimento em todos os âmbitos da vida frequentemente assume feições informais e descontraídas, por vezes gamificadas, como aquelas já identificadas nos mesmos ambientes on-line aos quais, atualmente, têm sido associadas formas distintas de estresse e adoecimento.

Considerações finais

O objetivo deste trabalho foi refletir sobre as relações entre infância, saúde mental e educação na cultura digital, em diálogo com o livro “A Geração Ansiosa” de Jonathan Haidt. Para isso, o texto apresentou uma visão geral da obra, seguida de apontamentos sobre o modo como infância e tecnologias são abordadas, destacando as dimensões políticas do problema em discussão.

Inicialmente, é preciso destacar o mérito e a urgência do debate em questão. Em seu livro, Haidt expõe o quadro geral de adoecimento que atualmente aflige crianças e jovens, enfatizando o papel das tecnologias digitais nesse processo. Também contribui com o debate ao demonstrar como meninos e meninas desenvolvem formas distintas de sofrimento nesse cenário, além de descrever prejuízos observados em ambos os sexos (privação social, privação de sono, atenção fragmentada e vício). Ademais, o autor se esforça para não apenas expor o problema, mas também esboçar ações coletivas para o seu enfrentamento, acionando diferentes agentes e instituições, como pais, professores, governos e empresas de tecnologia. Em última análise, pode-se dizer que, em GA, Haidt (2024) concebe (discretamente) o rascunho de seu próprio projeto educacional, constituído por objetivos, estratégias e um percurso formativo bem-definidos – ainda que alguns desses elementos mereçam maiores análises quanto à sua eficácia, viabilidade e consequências socioeducacionais.

Por outro lado, embora o discurso da “geração ansiosa” tenha tido êxito na sua tentativa de chamar atenção para a saúde mental de crianças e adolescentes como um desafio emergente, seu diagnóstico possui lacunas que não podem ser ignoradas. Ainda que experiências on-line mediadas por dispositivos móveis possam liberar, sistemática e reiteradamente, descargas de dopamina em crianças e jovens, dando margem a situações análogas à dependência química, isso é apenas parte do problema. Ao definir as tecnologias como “causadoras” do adoecimento e a superproteção dos pais como cúmplice, essa perspectiva deixa em segundo plano variáveis importantes na recente proliferação de psicopatologias.

Um dos fatores desconsiderados é o crescente transbordamento de aspectos políticos e econômicos – muitos deles ligados à generalização da racionalidade neoliberal

– para a esfera sociocultural. Entre outros efeitos, esse processo deu impulso à conversão da criança num ativo que, de forma cada vez mais precoce, precisa maximizar seu rendimento e valor em todas áreas da vida, sobretudo como (futura) força de trabalho. Nesse caso, a maior incidência de doenças mentais entre membros da Geração Z também pode estar relacionada a uma tendência já estabelecida entre adultos e crianças: o autoaperfeiçoamento como dívida moral. Essa condição está relacionada à sensação de permanente urgência e inconformidade desses sujeitos com suas próprias conquistas (o que têm), ações (o que fazem) e identidades (o que são). Não obstante, essa premissa não deixa de ser compatível com o interesse crescente de *big techs* na elevação do desempenho de seus usuários – em especial dos mais jovens – no que se refere à capacidade de investir a atenção em plataformas digitais, assimilar estruturas de engajamento e impulsionar modelos negócio e monetização. Quanto a isso, novos estudos são necessários para averiguar os custos psicoemocionais pagos pelos indivíduos responsáveis por sustentar tais dinâmicas sociotécnicas.

Outro fator digno de destaque é que as soluções propostas ao problema do adoecimento mental, por ironia, consistem em esforços de (super)proteção sustentados prioritária ou exclusivamente pela restrição do acesso de crianças e adolescentes a tecnologias. Ainda que limitar o acesso a celulares e redes sociais possa reduzir o grau de vulnerabilidade a ameaças na internet, é pouco provável que esses sujeitos adquiram apenas com a idade os conhecimentos e as habilidades de que precisam para lidar de forma segura e autônoma com os desafios da era digital. Defensores desse tipo de estratégia tendem a acreditar que a tarefa de transformar a criança vulnerável às ameaças da rede num adulto plenamente apto a navegar de modo efetivo no ciberespaço depende, nesse caso, tanto da vivência de uma infância idílica do passado quanto de estímulos ao desenvolvimento ideal do sistema nervoso infantil, em particular, das funções cognitivas superiores ligadas ao lobo pré-frontal do cérebro. Enquanto isso, essa visão parece menos preocupada em propor ações formativas voltadas à interação crítica e saudável com essas tecnologias, como a educação midiática. Essas alternativas podem favorecer a construção gradual de experiências e repertórios de competências digitais úteis ao fortalecimento de capacidades de autoproteção, sem com isso enfraquecer a autonomia dessas crianças.

Por fim, cabe enfatizar que o adoecimento psíquico atribuído à cultura digital é um fenômeno complexo, intergeracional e influenciado por fatores individuais, mas também estruturais. Trabalhos como GA atuam como um importante sinal de alerta para a necessidade de maior atenção ao problema. A despeito de suas limitações, a obra trouxe ao grande público *insights* úteis à compreensão inicial do tema, além de condições para a ampliação do debate no âmbito acadêmico, ajudando a mobilizar atores individuais, coletivos e institucionais distintos. Esse cenário também demanda uma maior atenção aos limites e às possibilidades práticas ligadas à desconexão voluntária como parte de uma nova “dieta digital” mais sustentável, sem que isso signifique abandonar a necessidade permanente de políticas públicas e educacionais voltadas à formação de adultos e crianças para os desafios da cibercultura.

Referências

BELLONI, Maria Luiza. **O que é sociologia da infância**. Campinas: Autores Associados, 2009.

BRASIL. **Conscientização para uso de celulares nas escolas**: por que precisamos falar sobre isso. Brasília, DF: MEC, 2025.

BRASIL. 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: Presidência da República, 2025b. Disponível em: <https://www2.camara.leg.br/legin/fed/lei/2025/lei-15100-13-janeiro-2025-796892-publicacaooriginal-174094-pl.html>. Acesso em: 3 jun. 2025.

BUCKINGHAM, David. **Manifesto pela educação midiática**. São Paulo: Edições Sesc São Paulo, 2022.

BUCKINGHAM, David. **Crescer na era das mídias eletrônicas**. São Paulo: Edições Loyola, 2007.

BUCKINGHAM David. As crianças e a mídia: uma abordagem sob a ótica dos Estudos Culturais. **MATRIZES**, São Paulo, v. 5, n. 2, p. 93-121, 2012.

BUCKINGHAM, David. Talking about their generation: constuctions of digital learner. In: DAS, Rajana; BECKETT, Charlie (orgs). **“Digital Natives”**: a myth? London: Ofcom, 2009. p. 7-21.

CABANAS, Edgar; ILLOUZ, Eva. **Happycracia**: fabricando cidadãos felizes. São Paulo: Ubu Editora, 2022.

DARDOT, Pierre; LAVAL, Christian. **A nova razão do mundo**: ensaio sobre a sociedade neoliberal. São Paulo: Boitempo, 2016.

DUNKER, Christian. **Reinvenção da intimidade**: políticas do sofrimento cotidiano. São Paulo: Ubu Editora, 2017.

FOLHA DE SÃO PAULO. **Lei do Brasil contra celular nas escolas é uma das melhores do mundo, diz autor de 'A Geração Ansiosa'**. Folha de S.Paulo, São Paulo, 13 maio 2025. Educação. Disponível em: <https://www1.folha.uol.com.br/educacao/2025/05/lei-do-brasil-contra-celular-nas-escolas-e-uma-das-melhores-do-mundo-diz-autor-de-a-geracao-ansiosa.shtml>. Acesso em: 3 jun. 2025.

FRIEDMANN, Adriana. **A voz e a vez das crianças**: escutas antropológicas e poéticas das infâncias. São Paulo: Panda Books, 2020.

HAN, Byung-Chul. **Psicopolítica**: o neoliberalismo e as novas técnicas de poder. Belo Horizonte: Editora Âyiné, 2018.

HAIDT, Jonathan. **A geração ansiosa**: como a infância hiperconectada está causando uma epidemia de transtornos mentais. São Paulo: Companhia das Letras, 2024.

HECKMAN, James. **Giving kids a fair chance**: a strategy that works. Pittsburgh: MIT Press, 2017.

MARQUES, Danilo. **“O Enem não vai te deixar rico”**: Inspirados na cultura coach, influenciadores mirins prometem enriquecimento rápido a crianças e adolescentes. O primeiro ensinamento: largar a escola. Revista Piauí, Rio de Janeiro, 12 fev. 2025. Disponível em: <https://piaui.uol.com.br/web/enem-influenciadores-coach-criancas/>. Acesso em: 3 jun. 2025.

MOVIMENTO DESCONECTA. **Assine o Acordo**. Movimento Desconecta, 2024. Disponível em: <https://movimentodesconecta.com.br/acordo/>. Acesso em: 3 jun. 2025.

PALFREY, John; GASSER, Urs. **Nascidos na era digital**: entendendo a primeira geração de nativos digitais. Porto Alegre: Artmed, 2011.

PETERSEN, Anne Hellen. **Não aguento mais não aguentar mais**: como os Millennials se tornaram a geração do burnout. Rio de Janeiro: Harper Collins Brasil, 2021.

POSTMAN, Neil. **O desaparecimento da infância**. Rio de Janeiro: Graphia, 1999.

SAFATLE, Vladimir. A economia é a continuação da psicologia por outros meios: sofrimento psíquico e o neoliberalismo como economia moral. In: SAFATLE, Vladimir; SILVA JÚNIOR, Nelson; DUNKER, Christian (orgs.). **Neoliberalismo como gestão do sofrimento psíquico**. Belo Horizonte: Autêntica, 2020. p. 17-46.

SELWYN, Neil. **Education and technology**: key issues and debates. London: Bloomsbury Publishing, 2021.

SELWYN, Neil. **What is digital sociology?** London: Polity Press, 2019.

SMARTPHONE FREE CHILDHOOD US. **About**. Smartphone Free Childhood US, 2026.
Disponível em: <https://www.smartphonefreechildhoodus.com/about>. Acesso em: 3 jun. 2025.

Recebido em: 21/09/2025
Revisões requeridas: 27/01/2026
Aprovado em: 09/02/2026

Universidade do Estado de Santa Catarina – UDESC
Programa de Pós-Graduação em Educação – PPGE
Revista Linhas
Volume 27 - Número 64 - Ano 2026
revistalinhas.faed@udesc.br