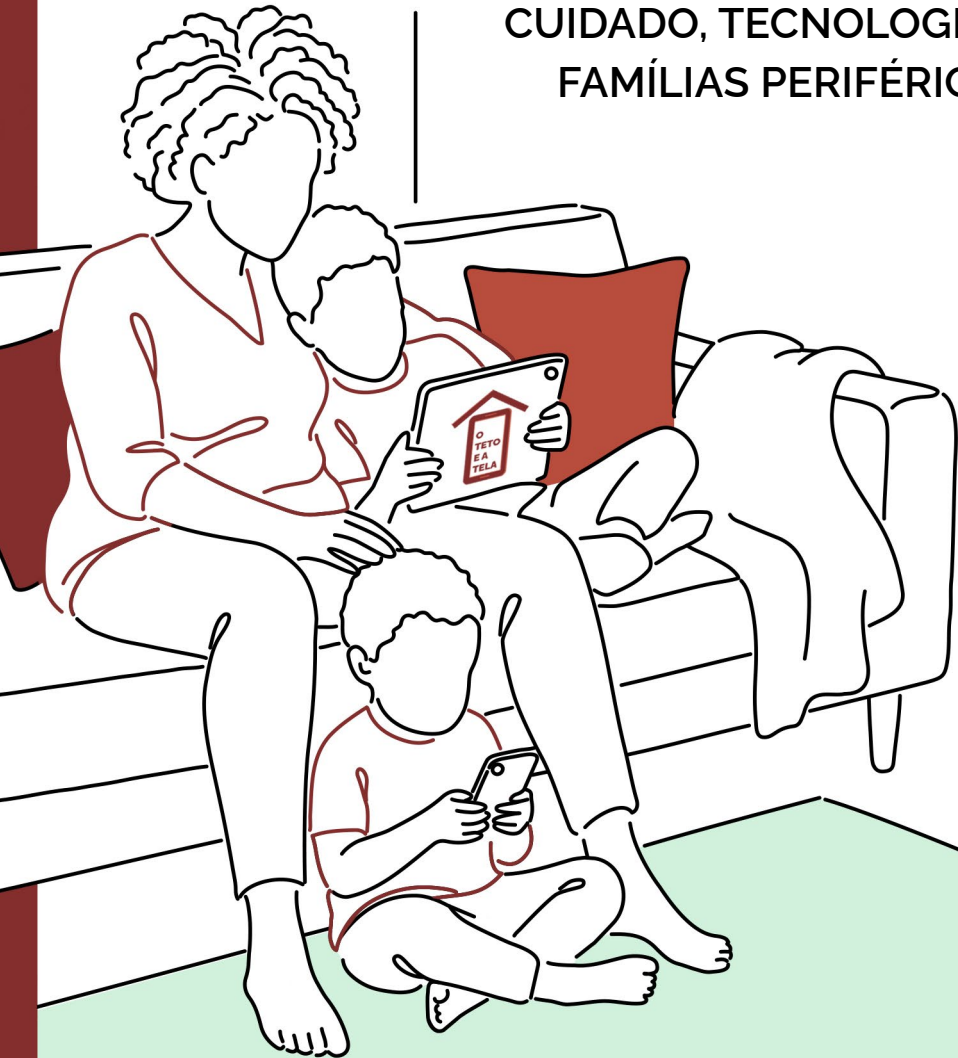


O Teto e a tela:

CONVERSAS SOBRE
CUIDADO, TECNOLOGIA E
FAMÍLIAS PERIFÉRICAS



O Teto e a Tela:

CONVERSAS SOBRE CUIDADO, TECNOLOGIA
E FAMÍLIAS PERIFÉRICAS



Realização

OMPerifa
Observatório das Mulheres Periféricas

nós.
mulheres da periferia

Parceria

**INSTITUTO
SALVE QUEBRADA**

Apoio e Financiamento

Puentes

**famílias
ahora**

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

O Teto e a tela [livro eletrônico] : conversas sobre cuidado, tecnologia e famílias periféricas / realização Observatório das Mulheres Periféricas (OMPerifa), Nós, Mulheres da Periferia ; coordenação Franciellen Carneiro ; parceria Instituto Salve Quebrada ; equipe de pesquisa Amanda Stabile...[et al.]. -- São Paulo : Ed. dos Autores, 2026.
PDF

Outros pesquisadores: Fran Carneiro, Gabriela Carvalho, Moara Oliveira, Pietra Alcântara.

Bibliografia.

ISBN 978-65-02-04815-3

1. Cultura digital 2. Desigualdade social
3. Família - Aspectos sociais 4. Maternidade - Aspectos sociais 5. Mulheres - Aspectos sociais
6. Periferia - Condições sociais 7. Políticas públicas I. Observatório das Mulheres Periféricas.
II. Nós, Mulheres da Periferia. III. Carneiro, Franciellen. IV. Instituto Salve Quebrada.
V. Stabile, Amanda. VI. Carneiro, Fran.
VII. Carvalho, Gabriela. VIII. Oliveira, Moara.
IX. Alcântara, Pietra.

26-352093.0

CDD-305.42

Índices para catálogo sistemático:

1. Mulheres : Aspectos sociais : Sociologia 305.42
Eliane de Freitas Leite - Bibliotecária - CRB 8/8415

Ficha técnica

REALIZAÇÃO

Observatório das Mulheres Periféricas (OMPerifa)
Nós, mulheres da periferia

PARCERIA

Instituto Salve Quebrada

FINANCIAMENTO E APOIO

Famílias: Agora
Puentes

COORDENAÇÃO GERAL DA PESQUISA

Franciellen Carneiro

COORDENAÇÃO DO PROJETO

Amanda Stabile

EQUIPE DE PESQUISA

Amanda Stabile
Fran Carneiro
Gabriela Carvalho
Moara Oliveira
Pietra Alcântara

PROJETO GRÁFICO

Raíssa Ribeiro

PERÍODO DE REALIZAÇÃO DA PESQUISA

Setembro de 2025 – Março de 2026

Sumário

APRESENTAÇÃO	6
INTRODUÇÃO	8
TERRITÓRIO: CONTEXTO E ANÁLISES	12
Hiperconectividade e desigualdade urbana nas periferias da zona sul de São Paulo	13
MÃES E CUIDADORAS: ANÁLISE SOCIODEMOGRÁFICA	22
Detalhamento do perfil sociodemográfico	23
Detalhamento em relação ao uso de celular e internet	24
Análise dos dados	25
MÃES E CUIDADORAS: RODA DE CONVERSA	27
Sentimentos iniciais	28
Comportamentos e gatilhos	29
Vulnerabilidades, apoio e julgamento	30
Rotina, “babá eletrônica” e cuidado	32
Busca pelo equilíbrio	34
A ESCRITA COMO ESPAÇO DE EXPRESSÃO E ELABORAÇÃO DAS EXPERIÊNCIAS	36
A oficina de escrita criativa	39
Deolutivas	41
CONCLUSÃO	43
GLOSSÁRIO	47
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	50

Apresentação

“O Teto e a Tela” foi uma bela surpresa para o ano de 2025. Quando recebemos o edital “Famílias: Agora”, pela Puentes, e pudemos conhecer uma prévia de outros projetos que seriam desenvolvidos por instituições de toda América Latina, não imaginávamos o quão transformador e muito diferente - para melhor - seria desenvolver essa ideia.

A roda de conversa que desenvolvemos para determinar o rumo desta pesquisa foi um presente. Trazer, em um domingo de manhã, 15 mulheres que são mães e avós cuidadoras para conversar sobre sua vida, rotina e relação com internet parecia complexo. “E se não quiserem?”, “E se atrapalhássemos?” ou, ainda, “E se não proporcionássemos algo que elas precisam?”.

Mas aconteceu. Aos poucos, até a mulher mais tímida conseguiu se abrir, contar suas vulnerabilidades e, o que consideramos a maior experiência possível: se sentir segura para trocar com outras mães, como ela, acolhimentos, conselhos ou simplesmente abraços de ternura, como quem reafirma à outra que ela não está sozinha.

Essa roda de conversa aconteceu da forma mais humana que poderíamos: com emoção, com verdade e com entrega de todas as partes. Entre olhares carinhosos, brincadeiras e provocações, até mesmo as discordâncias viraram construção -

entre elas e entre nós. Assim, o texto que compõe essa pesquisa quer levar ao mundo o que foi a conversa sobre maternidade e hiperconectividade em periferias.

Encontramos através dessas mulheres uma realidade que, para algumas de nós, pode ser desconhecida ou distante, às vezes dura. Mas ao mesmo tempo, encontramos forças para renovar nossos sonhos, individuais e coletivos.

E, claro: desejamos que os sonhos dessas cuidadoras e de seus filhos sejam a maior potência transformadora em uma sociedade que não está pronta para ser confrontada.

Fran Carneiro, Diretora de Pesquisa e Inovação do
Observatório das Mulheres Periféricas (OMPerifa)

Introdução

Esta pesquisa, realizada pelo Observatório das Mulheres Periféricas (OMPerifa) e pelo Nós, Mulheres da Periferia, em parceria com o Instituto Salve Quebrada, investiga como mães e cuidadoras periféricas vivenciam os impactos da digitalização nas rotinas de cuidado, nas dinâmicas familiares e no acesso a direitos, produzindo conhecimento com e para elas.

O estudo integra a iniciativa latino-americana *Becas de Exploración Narrativa: Tejer encuentros más allá de las pantallas* (“bolsas de narrativa exploratória: construir encontros além das telas”, em tradução livre), promovida pela plataforma Familias: Ahora e pela organização Puentes, que busca apoiar projetos capazes de documentar e experimentar formas de fortalecer vínculos familiares e comunitários diante dos desafios que o mundo digital impõe à vida cotidiana.

Em um contexto de rápida digitalização da vida social, o acesso à internet e às tecnologias digitais passou a ocupar um papel central nas rotinas domésticas, influenciando práticas de cuidado, educação, sociabilidade e acesso a direitos. Nas periferias urbanas, entretanto, a presença crescente das telas convive com desigualdades estruturais que atravessam o acesso à tecnologia, a qualidade da conectividade, o letramento digital e a disponibilidade de espaços públicos de convivência.

Partindo desse cenário, com base na metodologia da Geração Cidadã de Dados, a pesquisa investiga como mães e cuidadoras periféricas vivenciam os impactos da digitalização nas rotinas de cuidado, nas dinâmicas familiares e no acesso a direitos, produzindo conhecimento com e para elas.

A hipótese principal é a de que a hiperconexão digital nas periferias não acontece apenas por escolha individual, mas sim por estar profundamente relacionada ao cansaço, à sobrecarga das mães e cuidadoras, à ausência de políticas de cuidado e à falta de segurança e espaços públicos acessíveis nos territórios.

O estudo foi realizado com 15 mães e cuidadoras de territórios da zona sul da cidade de São Paulo — Jabaquara, Jardim Ângela, Pedreira e Cidade Ademar — e no município de Diadema, na região metropolitana, áreas marcadas por profundas desigualdades urbanas, mas também por fortes redes comunitárias de solidariedade e cuidado.

A pesquisa se desdobra em um conjunto de objetivos específicos articulados entre si, como produzir dados situados a partir da escuta ativa e do protagonismo de mulheres cuidadoras periféricas, articulando escuta qualificada e dados secundários; promover espaços de leitura crítica, apropriação e reimaginação dos dados, que coloquem as mulheres como autoras da narrativa de seus territórios; e garantir uma devolutiva ética, acessível e compartilhável que favoreça a continuidade dos usos dos dados por elas, por coletivos locais e redes de cuidado.

Também mapeia e analisa o acesso à tecnologia e à internet entre essas mães e cuidadoras periféricas, considerando

desigualdades de infraestrutura e de letramento digital. Além disso, identifica os desafios cotidianos enfrentados por elas no uso de tecnologias digitais na mediação de vínculos familiares.

Esta pesquisa investiga, ainda, como o mundo digital influencia os laços afetivos e as formas de presença no ambiente doméstico, observando se ele atua como ponte ou obstáculo para o cuidado compartilhado; bem como analisa o papel das redes sociais na vida dessas famílias.

No que tange à metodologia utilizada, o trabalho utiliza da abordagem da Geração Cidadã de Dados, que [de acordo com Pedro Paulo Silva](#) (2024) “busca envolver diretamente os cidadãos na produção da pesquisa, possibilitando a produção de informações que refletem mais autenticamente as realidades e aspirações das comunidades, particularmente aquelas marginalizadas”. Valorizando, dessa forma, o protagonismo das mulheres periféricas na leitura crítica, produção e reapropriação de informações sobre suas próprias vidas.

O processo combinou análise de dados secundários com um encontro presencial, conduzidos por uma facilitadora e um conjunto de dinâmicas participativas, sensíveis e acessíveis. As dinâmicas foram selecionadas coletivamente, considerando a escuta das participantes, o contexto dos territórios e experiências de cuidado e a análise interseccional dos dados existentes sobre tecnologia, cuidado e desigualdades.

Por fim, este projeto parte do princípio de que o cuidado é também um lugar de produção de saber. Ao escutar e amplificar as vozes de mães e cuidadoras é possível disputar narrativas e influenciar políticas públicas. Ao visibilizar suas experiências, estratégias e formas de resistência, esta

pesquisa pretende contribuir para a construção de um ecossistema narrativo e de dados enraizado nas periferias, com potência de transformação coletiva.

Território: Contexto e análises

O aumento do uso de celulares e internet na vida cotidiana impõe novas questões para as famílias. No Brasil, o tempo médio de navegação chega a cerca de nove horas por dia, segundo a pesquisa [Consumer Pulse](#) — um período superior à média global —, sendo mais de três dessas horas dedicadas às redes sociais.

Especialmente nos territórios periféricos das grandes cidades, a relação com a internet é atravessada por desigualdades de infraestrutura e acesso. Uma pesquisa do [Instituto Locomotiva](#) indica que 43% dos moradores de favelas não têm acesso adequado à internet móvel em suas casas, seja pela ausência de sinal ou pela baixa qualidade do serviço.

Embora os smartphones estejam presentes em quase todos os lares, o acesso costuma depender de planos pré-pagos — presentes em cerca de 86% dos casos —, que frequentemente se esgotam antes do período previsto.

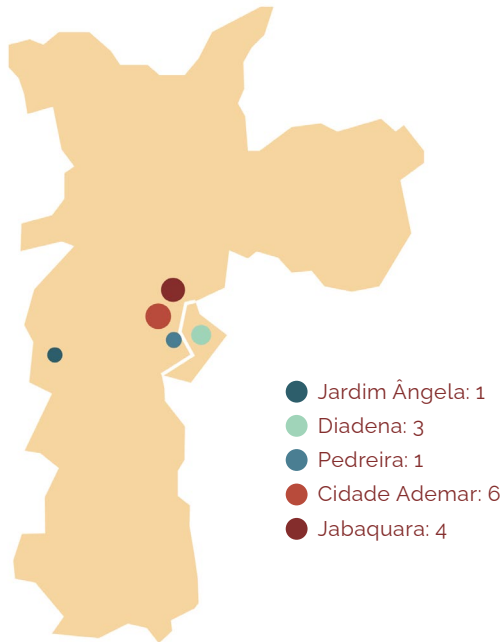
Dados mais recentes, da [TIC Domicílios - Pesquisa sobre o Uso das Tecnologias de Informação e Comunicação nos Domicílios Brasileiros](#) (2024), mostram que 60% dos usuários de internet no Brasil acessam a rede exclusivamente pelo telefone celular, proporção ainda mais significativa entre as classes de menor renda.

Entre pessoas das classes D e E que possuem celular, 69% utilizam planos pré-pagos, geralmente associados a pacotes de dados mais limitados, o que evidencia restrições estruturais no acesso à conectividade. Além disso, apenas 6% desses usuários têm conexão domiciliar, cujo custo representa menos de 2% da renda familiar, em contraste com 58% na classe A, evidenciando as desigualdades econômicas no acesso à internet.

Dessa forma, para essa população, o celular funciona como ferramenta de comunicação, acesso a serviços, acompanhamento escolar e organização das redes de cuidado. Para muitas mães e cuidadoras, a internet se torna também um espaço de busca por informação, troca de experiências e apoio diante dos desafios da vida familiar, a relação com a internet é atravessada por desigualdades de infraestrutura e acesso.

HIPERCONNECTIVIDADE E DESIGUALDADE URBANA NAS PERIFERIAS DA ZONA SUL DE SÃO PAULO

Na cidade de São Paulo, em distritos da zona sul como Jabaquara, Jardim Ângela, Pedreira e Cidade Ademar, assim como o município vizinho de Diadema, com seus bairros Campanario e Serraria, concentram histórias de luta e resistência aliadas à criatividade diante de um Estado que se faz presente, muitas vezes, por sua ausência.



Esses são os territórios onde vivem as 15 mães e cuidadoras que participaram desta pesquisa, o que orientou a escolha dessas localidades como foco das análises apresentadas neste estudo. Nesses solos férteis e, ao mesmo tempo, áridos, a hiperconectividade digital emerge não como uma escolha individual, mas como uma resposta e representação complexa às contradições da vida urbana nas periferias.

Os dados do [Mapa da Desigualdade 2025](#) apontam para um retrato que quem vive nesses territórios conhece na pele. Em conjunto, esses indicadores revelam lugares marcados por desigualdades estruturais que atravessam habitação, mobilidade, educação, cultura, lazer e conectividade.

INDICADOR	JABAQUARA	JARDIM ÂNGELA	PEDREIRA	CIDADE ADEMAR
População total	213.838	308.974	163.991	245.527
População preta e parda (%)	34,40%	60,10%	52,40%	50%
População feminina (%)	53,63%	51,96%	52,17%	53%
Domicílios em favelas (%)	16,05%	19%	20,26%	14,57%
Tempo médio de deslocamento (TP, pico manhã)	38 min	57 min	53 min	44 min
Acesso a transporte de massa (%)	27,51%	0%	0,05%	0%
Antenas de internet móvel / 10 mil hab.	4,82	1,8	1,69	2,07
Antenas de internet móvel / km ²	7,92	1,68	1,53	4,86
Matrículas no ensino básico público (%)	64,87%	96,46%	89,13%	88,51%
Escolas públicas com quadra (%)	58,62%	47,83%	70%	60,47%
Centros culturais (municipais)	0,04	0,03	0	0
Equipamentos públicos de cultura	2,6	0,57	0	0,34
Cinemas	0,04	0,03	0	0
Espaços culturais independentes	1,3	0	0	0,69
Equipamentos públicos de esporte	0,17	0,2	0,18	0,14

Em três dos quatro distritos analisados, mais da metade da população se autodeclara preta ou parda (negra), enquanto as mulheres representam a maioria dos habitantes em todos eles, superando 52% da população.

Outro elemento comum é a presença significativa de moradias em favelas, que varia entre 14,57% e 20,26% dos domicílios nos distritos analisados. Esses números indicam não apenas desigualdades habitacionais, mas também a concentração de populações em territórios historicamente marcados por menor presença de infraestrutura urbana e serviços públicos.

A mobilidade urbana limitada também é uma característica compartilhada. Em três dos quatro distritos analisados, o acesso a transporte de massa — como metrô, trem ou monotrilho — é praticamente inexistente, atendendo entre 0% e 0,05% da população. Ao mesmo tempo, a infraestrutura cicloviária é bastante restrita, com cobertura que varia de 0,14% a 4,71% da população, com exceção do Jabaquara, onde esse índice chega a 30,19%.

No campo da cultura, esporte e lazer, os indicadores revelam um cenário igualmente restritivo. O número de centros culturais e cinemas é inexistente ou próximo de zero em todos os distritos analisados, enquanto os equipamentos públicos de cultura e esporte aparecem em proporções extremamente baixas quando comparados a regiões centrais da cidade.

Essa escassez de infraestrutura cultural e de convivência urbana é acompanhada por limitações na infraestrutura digital. A disponibilidade de antenas de internet móvel varia entre 1,69 e 4,82 antenas por 10 mil habitantes – o que significa que

milhares de pessoas dependem de poucas estruturas de conexão, o que pode afetar a qualidade do sinal e a estabilidade da internet móvel.

É nesse contexto de escassez de infraestrutura urbana, de lazer e de direitos básicos que o mundo digital invade o cotidiano. **A hiperconexão nas periferias, portanto, não pode ser compreendida apenas como um fenômeno tecnológico, mas como um sintoma social. Quando não há praças seguras, quadras esportivas, centros culturais ou cinemas, a tela do celular torna-se a principal, e muitas vezes a única, janela para o entretenimento, a informação e até mesmo o cuidado.**

A hipótese que orienta esta pesquisa é que a hiperconexão digital nas periferias urbanas está profundamente relacionada ao cansaço e à sobrecarga das mães e cuidadoras, à ausência de políticas de cuidado e à falta de segurança e espaços públicos acessíveis nos territórios. **O digital ocupa o vazio deixado pelo analógico.**

Nesse cenário, as contradições se avolumam. Ao mesmo tempo em que a internet pode representar uma possibilidade de acesso a conhecimento, expressão criativa e até mesmo engajamento cívico e político, ela também expõe crianças, adolescentes e suas famílias a riscos graves.

Os debates contemporâneos sobre regulação e proteção no ambiente digital ganham contornos ainda mais urgentes quando mirados a partir das periferias. O [Guia Sobre Usos De Dispositivos Digitais](#), lançado pelo Governo Federal em 2025, recomenda limites rigorosos, orientados pela Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP), para o uso de dispositivos por crianças e adolescentes: nenhuma tela antes dos dois anos, no máximo

uma hora por dia entre dois e cinco anos, e até três horas diárias na adolescência.

A [Lei nº 15.100/2025](#), em vigor desde fevereiro do mesmo ano, proíbe o uso de celulares nas escolas, inclusive nos intervalos. E o chamado ECA Digital ([Lei nº 15.211/2025](#)), que atualiza o Estatuto da Criança e do Adolescente para o mundo online, estabelece obrigações inéditas para as plataformas, como verificação de idade, vinculação de contas de adolescentes a responsáveis e ferramentas de supervisão parental.

Mas a conexão precária não impede que os riscos cheguem. Exposição a conteúdos inadequados, *cyberbullying*, pressão estética e consumista, desafios perigosos que circulem livremente em plataformas como TikTok, Instagram e X, chegam aos celulares das crianças e adolescentes independentemente da qualidade da conexão.

Estudo realizado pela empresa de verificação de identidade Unico, em parceria com o instituto de pesquisa Ipsos, aponta que 57% dos jovens entre 10 e 17 anos já foram expostos a conteúdos inadequados na internet nos últimos 12 meses. A mesma pesquisa revela ainda que 30% dos adolescentes afirmam ter mentido sobre a idade mínima para acessar plataformas digitais, enquanto 35% relatam ter tido contato com conteúdos de violência extrema e 21% afirmam ter acessado conteúdo adulto ou sites de relacionamento.

Além disso, a aplicabilidade dessas normas em territórios como os analisados neste estudo esbarra em questões estruturais, como evidenciam os indicadores já citados. **Como limitar o tempo de tela das crianças se não há outras opções de lazer gratuitas por perto, se as mães solas precisam**

trabalhar e não têm com quem deixar os filhos? Como responsabilizar as famílias pelo cumprimento das regras quando o acesso à informação e ao letramento digital é profundamente desigual?

Esse cenário se torna ainda mais complexo quando se observa quem, na prática, assume a responsabilidade cotidiana pelo cuidado das crianças e adolescentes. [Dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística \(IBGE\)](#) indicam que elas dedicam, em média, 21 horas semanais aos afazeres domésticos e ao cuidado de pessoas, quase o dobro do tempo dedicado pelos homens, que realizam cerca de 11 horas semanais dessas atividades.

Ao mesmo tempo, transformações recentes na estrutura familiar brasileira mostram que [49% dos domicílios do país têm mulheres como responsáveis](#), proporção praticamente igual à dos lares comandados por homens. Entre esses domicílios, 29% são compostos por mães que vivem com filhos e sem cônjuge, o que significa que cerca de três em cada dez lares brasileiros são chefiados por mães solo.

Em territórios de favela, a centralidade dessas mulheres no sustento e na organização da vida familiar também aparece como uma preocupação coletiva. A pesquisa [Sonhos da Favela](#), do Data Favela em parceria com a Data Goal, mostra que 62% dos moradores desses territórios defendem a criação de programas de renda e trabalho voltados para mães solo, apontando a autonomia econômica feminina como uma das políticas públicas mais urgentes para enfrentar desigualdades e garantir direitos nesses contextos.

É preciso, portanto, olhar para essa questão de forma interseccional, que articule as dimensões de gênero, raça, território e classe. As mulheres, que representam mais da metade da população em todos os distritos analisados, são elas que enfrentam no cotidiano os dilemas entre permitir o acesso ao mundo digital como forma de entretenimento e proteção, uma vez que há a crença de que ‘dentro de casa’ o filho estaria teoricamente seguro”, e lidar com os impactos negativos que esse mesmo acesso pode gerar na saúde mental, na autoestima e na socialização de seus filhos.

Por isso, esta pesquisa, ancorada na metodologia da Geração Cidadã de Dados, propõe justamente escuta-las, valorizar seus saberes e suas estratégias de resistência, além de produzir conhecimento com e para elas.

Se o poder público insiste em não ver, se as políticas públicas chegam tarde e mal, se a infraestrutura urbana segue desigual, são as mães e cuidadoras periféricas que seguram as pontas, inventando diariamente formas de cuidar, proteger e educar em meio às contradições de um mundo cada vez mais digital.

Ao ouvir e amplificar suas vozes, suas dores e suas potências, este estudo busca contribuir para a construção de um ecossistema narrativo e de dados enraizado nas periferias, capaz de disputar sentidos e incidir sobre políticas de cuidado mais justas e conectadas às realidades locais.

A hiperconectividade, vista a partir das bases das periferias, revela-se assim como um fenômeno ambivalente: ao mesmo tempo que aprofunda vulnerabilidades e expõe a ausência do Estado, também pode ser ressignificada como

ferramenta de cuidado compartilhado, expressão criativa, fortalecimento comunitário e luta por direitos.

O desafio é compreender essa ambivalência sem romantizá-la nem demonizá-la, mas assumindo seu potencial transformador quando enraizada nas experiências, nos saberes e nas lutas de quem vive o território todos os dias.

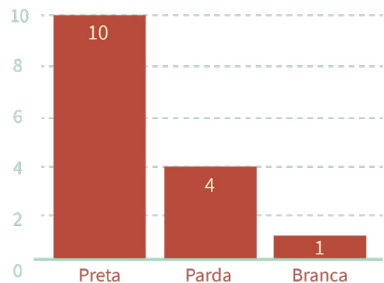
Mães e cuidadoras: Análise sociodemográfica

Em parceria com o Instituto Salve Quebrada – organização sem fins lucrativos focada na transformação social e valorização da potência periférica, principalmente na zona sul de São Paulo, que oferece cursos gratuitos de qualificação, arte, cultura, esporte e segurança alimentar–, em novembro de 2025 realizou-se uma atividade com 15 mulheres. O encontro consistiu em uma roda de conversa sobre hiperconectividade e maternidade, seguida de oficina de escrita.

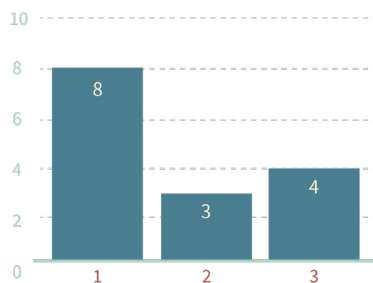
Para garantir que as participantes pudessem se dedicar ao encontro com tranquilidade, foram contratados recreadores para acompanhar as crianças durante a atividade. Essa medida buscou assegurar o bem-estar tanto das mães quanto das crianças, reconhecendo que o cuidado é parte central da vida dessas mulheres. Além disso, todas as participantes receberam ajuda de custo pela participação, como forma de valorizar seu tempo, seu deslocamento e seu protagonismo na construção desta pesquisa.

De modo geral, o perfil da pesquisa atingiu um público de maioria mulheres negras (93%), heterossexuais (86%), com um a dois filhos (média de 1,7), vivendo em domicílios com média de 3,6 pessoas.

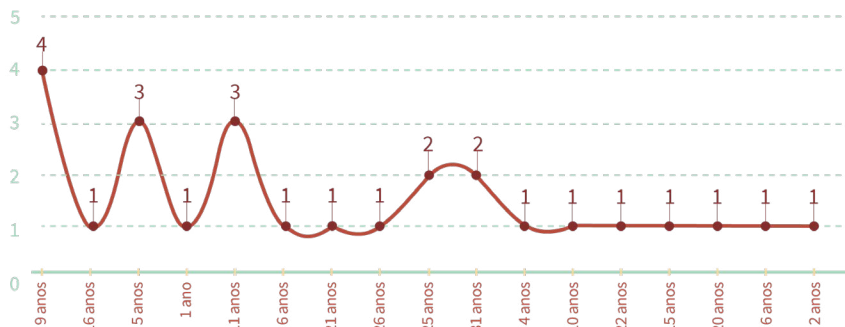
Cor/Raça



Quantidade de filhos por cuidadora

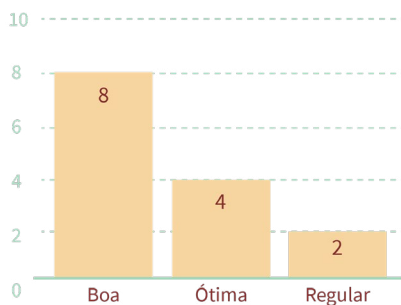


Quantidade de filhos por idade

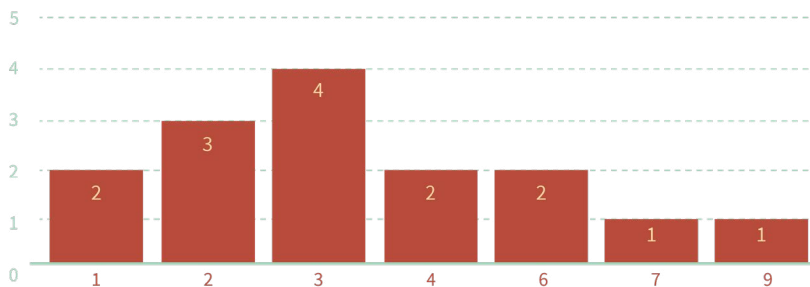


Em relação à internet, 100% têm internet em casa, majoritariamente por cabo/fibra, com boa qualidade percebida (86% ótima/boa). Já sobre celular, 93% têm aparelho móvel próprio e todas usam internet diariamente, principalmente para mensagens, vídeos, serviços bancários e trabalho.

Qualidade da internet

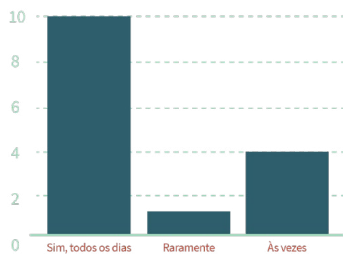


Quantidade de cuidadoras x Quantidade de aparelhos com internet

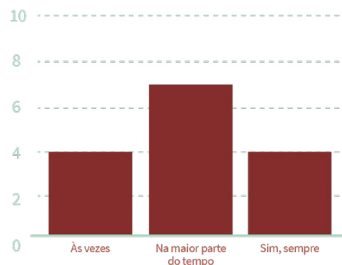


Por fim, no que diz respeito ao uso da internet pelas crianças, observa-se que o acesso digital também está presente cotidiano dos filhos das participantes. Em grande parte dos domicílios, as crianças utilizam a internet diariamente, principalmente para assistir vídeos e jogar. O acompanhamento por parte dos responsáveis ocorre de forma parcial, refletindo os desafios de mediação digital em contextos marcados pela sobreposição de trabalho, cuidado e responsabilidades domésticas.

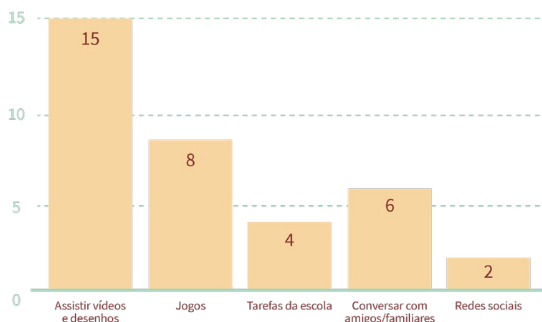
Frequência de uso de celular e internet pelas crianças



Frequência de supervisão do uso de celular e internet pelas crianças



Descrição do uso de celular e internet pelas crianças



DETALHAMENTO DA ANÁLISE

A partir da análise do questionário aplicado na etapa quantitativa da pesquisa, observa-se a predominância de mulheres negras na amostra, o que permite examinar como processos de inclusão digital se manifestam em grupos historicamente atravessados por desigualdades estruturais no Brasil.

Um primeiro aspecto que merece destaque – e que será aprofundado posteriormente na fala das participantes –, é que ainda que 100% dessas mulheres tenham internet em casa e considerem a conexão boa, o desafio está não simplesmente no acesso, mas na qualidade do uso, levantando tópicos como alfabetização digital e mediação do uso para crianças e adolescentes.

Além disso, a internet aparece como uma necessidade básica e um elemento estruturante da vida cotidiana dessas mulheres e famílias. Mais do que uma ferramenta de comunicação, ela aparece como um recurso essencial para o desempenho de atividades produtivas, acesso a serviços financeiros, consumo cultural, informação e manutenção de redes de sociabilidade.

Tais mães e cuidadoras são, também, as responsáveis pela mediação do uso da internet pelas crianças e adolescentes. Essa responsabilidade amplia a sobrecarga cotidiana – somando-se às demais responsabilidades relacionadas ao cuidado, à gestão doméstica e ao trabalho remunerado – e envolve tarefas como supervisão, controle de conteúdo, apoio em tarefas escolares e negociação do tempo de uso.

As tendências identificadas nesta etapa quantitativa são aprofundadas na seção seguinte, que apresenta os resultados da etapa qualitativa da pesquisa, realizada por meio de uma roda de conversa com as participantes.

Mães e cuidadoras: Roda de conversa

A roda de conversa constituiu a principal etapa qualitativa desta pesquisa, reunindo cuidadoras, como mães e avós, para compartilhar percepções em relação ao uso de dispositivos digitais, como celular, internet e demais telas, por seus filhos e netos.

A análise apresentada nesta seção, baseia-se nos relatos transcritos em uma planilha de decupagem, que sistematiza as falas das participantes durante o encontro, e nas respostas a uma pesquisa qualitativa distribuída durante a roda de conversa. Mais do que opiniões isoladas, os relatos revelam uma teia complexa de sentimentos que vão da utilidade ao desespero, passando pela culpa, pela busca de controle e pela reflexão sobre o próprio papel na educação das crianças na era digital.

Os depoimentos evidenciam como as telas se tornaram um elemento central na dinâmica familiar, atuando ao mesmo tempo como ferramenta de desenvolvimento, “babá eletrônica” e fonte de conflitos e preocupações.

SENTIMENTOS INICIAIS

As mulheres participantes expressam com intensidade suas relações com a tecnologia, marcada pela dualidade entre o reconhecimento de seus benefícios e o medo de seus malefícios. A fala de abertura da Iris sintetiza essa ambiguidade ao descrever a experiência como estando “entre a alegria e o desespero”.

A “alegria” ou, melhor dizendo, o alívio, vem do fato de a tela funcionar como uma pausa necessária em meio à exaustão da rotina, permitindo que a cuidadora realize outras tarefas. O “desespero”, por sua vez, está ligado à sensação de perda de controle e ao conteúdo nocivo que pode estar sendo consumido.

Já Clara abre sua fala com a palavra “insegurança” como seu primeiro sentimento, exemplificando a dificuldade de supervisionar o que a criança acessa: “não dá para você acompanhar ele o tempo todo o que eles estão fazendo”.

Esse sentimento se intensifica com a percepção de que a internet é um território sem fiscalização adequada, onde conteúdos impróprios se disfarçam de educativos, como ela mesma relata: “você vai ver é, por exemplo, o personagem Sonic matando o Homem-Aranha. Então são coisas assim muito macabras”.

Sara complementa essa visão, destacando a necessidade e a dificuldade do controle: “se a gente não fizer um controle, perde, né? Ele se perde, ele quer ficar o tempo inteiro”. A preocupação, portanto, não é apenas com o conteúdo, mas com

o comportamento viciante que a tela pode gerar, um medo que se materializa em diversos relatos sobre mudanças de comportamento.

COMPORTAMENTOS E GATILHOS

Foram muitas as situações marcantes que serviram como pontos de virada na percepção das mulheres participantes desta pesquisa quando o assunto é o impacto das telas. Esses “gatilhos” frequentemente envolvem comportamentos agressivos, ansiedade e uma adultização precoce das crianças.

Fabiana conta como percebeu a mudança drástica no comportamento do filho, que sempre foi uma criança doce e carinhosa: “teve um momento que por conta do tablet e os estresses dos videozinhos e dos jogos, ele jogou o celular no chão, o tablet no chão e pisou em cima do tablet com raiva”. A agressividade tornou-se um sinal claro de que o limite havia sido ultrapassado. Ao sinalizar sobre a agressividade, todas as outras mulheres do local concordaram e manifestaram identificações.

Iris aponta para uma mudança mais sutil, mas tão preocupante quanto, associada ao formato de vídeos curtos, os “shorts”. Ela observa no filho mais novo, de cinco anos, uma perda da paciência e uma necessidade de recompensa imediata: “Ele vai perdendo o controle do ‘por favor’... ele quer aquilo na hora, ele não tem paciência”.

Ela conecta esse comportamento ao consumo de conteúdo que ela própria investigou e classifica como *brainrot* (“cérebro podre”, em tradução livre), que nada acrescenta e

estimula o vício. “*Brainrot*”, inclusive, é um termo usado pelas próprias crianças e adolescentes para exemplificar a seus cuidadores os conteúdos que consomem e, mais do que isso, que sentem falta e necessidade de consumir ainda mais.

Joana, traz um forte exemplo de adultização e exposição ao mundo adulto por meio das redes sociais. Após dar celulares aos filhos gêmeos, de 11 anos, ela se deparou com conversas no *WhatsApp* que a chocaram: uma menina da mesma idade pressionando seu filho com perguntas sobre sentimentos e roupas, num tom que ela comparou à série “*Bebê Rena*” – conhecida por retratar uma relação marcada por obsessão, insistência e pressão emocional.

O episódio exemplifica a pressão social e a antecipação de dinâmicas de relacionamento para as quais as crianças não estão preparadas, gerando ansiedade, confusão e risco de sexualização, como ela percebeu no filho.

Marta observou a mudança por meio da dificuldade de sono da filha de dez anos: “Ela não conseguia dormir... eu já via uma aceleração do que ela estava vendo muito grande mexendo com ela”. A agitação e a aceleração mental foram os sintomas que a levaram a reduzir drasticamente o tempo de tela.

VULNERABILIDADES, APOIO E JULGAMENTO

Um dos temas mais recorrentes e tocantes é a dificuldade de estabelecer conversas abertas sobre o assunto, seja com outras cuidadoras ou com a própria família. O medo do

juízo e a exposição da própria vulnerabilidade surgem como grandes barreiras.

Ao serem questionadas sobre o espaço para conversar sobre hiperconectividade e uso de celulares pelos filhos com outros pais ou na escola, com educadores, as participantes não só negaram a possibilidade quanto assumiram que a primeira reação de todos é o julgamento.

Clara expressa a raridade desse tipo de troca: “E às vezes pode soar como egoísmo... mas assim, esse momento que vocês tão proporcionando pra gente é muito importante. É uma rede de apoio que talvez eu nunca imaginei que eu poderia ter acesso”.

A fala demonstra que o grupo de discussão em si já preenche uma lacuna, pois o cotidiano é marcado pela superficialidade (“a primeira coisa que a gente fala é: ‘Meu, eu tô cansada’”, como destaca Clara) e pela omissão das dores reais.

Iris reafirma essa visão, admitindo que evita o assunto por vergonha: “é expor uma vulnerabilidade nossa. Então, eu falo por mim, assim, eu nunca tive esse hábito de conversar com ninguém, por quê? Porque é um lado meu que eu não gostaria de expor, que é o quê? A falta de atenção que eu tenho com o meu filho e suprir com o celular”.

O julgamento pode vir de dentro da própria casa, como aponta Joice: “a minha mãe fala: ‘Nossa, essa menina tá celular demais... você só deixa o celular’”. Isso desestimula a busca por ajuda e aprofunda o sentimento de solidão da cuidadora.

Em contrapartida, quando a rede de apoio funciona, ela é vista como fundamental. Maura, mãe adotiva de uma pessoa com deficiência, destaca a importância dos grupos de mães e

profissionais: “A gente tem grupo de mães, tem pessoas especiais. Então, assim, é uma ajuda para outra... a gente precisa mesmo. É que é uma rede de apoio”. Sua fala mostra como o compartilhamento com quem vive a mesma realidade é vital para entender e lidar com os desafios diários, que são imensos e constantes.

Valéria, na posição de avó cuidadora, também expressa a falta de apoio e a inversão de papéis. Ela relata sua tentativa de orientar a própria filha (mãe das crianças): “você tem que brincar com ele. Você tem que ter calma... E ela não tem. Ela chega lá, ela vai com a tela também”. Nesse caso, a rede de apoio (a filha) não só não ajuda como se torna mais uma fonte de preocupação.

ROTINA, “BABÁ ELETRÔNICA” E CUIDADO

A análise da rotina das mulheres participantes da roda de conversa mostra que as hipóteses ao esboçar esta pesquisa se confirmam: as telas aparecem com mais frequência justamente nos momentos de maior vulnerabilidade da cuidadora: cansaço extremo, necessidade de realizar tarefas domésticas ou de trabalho e ausência.

Clara descreve a dinâmica com seu filho de cinco anos de forma crua e cheia de culpa: “E aí a tela pra ele é mais à noite, que aí é a hora que eu já estou um caco... eu deito na cama e só existo e falo: “Assiste aí até você dormir”... E aí eu me culpo

muito por essa parte. Porque é quando eu tô, basicamente, só o bagaço da laranja”.

Iris reforça que vê a função da tela como uma pausa necessária: “Às vezes é o tempo de você lavar uma louça que você poderia estar conversando com o seu filho... Assiste aqui um pouquinho, por favor”. Ela nomeia a função da tela de forma direta: “o motivo principal não é a tecnologia... O motivo principal é a babá, é ser a babá que a gente não tem”.

Essa constatação é um dos pontos centrais da pesquisa, explicitando a realidade de mães solo ou sem rede de apoio efetiva, para quem o celular se torna um recurso de sobrevivência diária, ainda que acompanhado de culpa.

A rotina de Maura é um exemplo extremo de como a vida se organiza em torno das necessidades de um filho com deficiência, e o celular se torna um “suprir um pouco a falta”. Ela e o filho estão em constante movimento, de curso em curso, e o celular é o que o mantém ocupado e calmo durante suas próprias atividades.

A fala de Aline aponta para um padrão comum: “O incrível é que aparece quando ele não está comigo, quando ele está com a avó dele ou com a tia. É nesse momento que aparece mais (o uso de tela)”, indicando que a supervisão e as regras podem ser mais frouxas na ausência da mãe.

BUSCA PELO EQUILÍBRIO

Mesmo com tantos desafios, as mulheres desenvolvem estratégias e refletem sobre o que gostariam que sua rede de apoio e a sociedade soubessem. Um desejo unânime é o de que as crianças possam simplesmente “ser crianças”, resgatando o brincar livre e criativo.

Iris deixa claro que deseja que a rede de apoio “deixe a criança brincar. Brincar sem celular, brincar de se sujar, fazer barulho, brincar de rolar na grama, brincar de bater panela”. Ela conecta a perda desse direito ao celular e à falta de paciência dos adultos, também exaustos.

Maura enfatiza a importância de criar “momentos de qualidade”, mesmo na correria: “mesmo que seja de passeio, atividade... a gente vai ter no parque... isso vai ser muito importante pra eles, esse momento... eles vão ter essa memória”. Ela mesma colocou em prática essa filosofia ao optar por um piquenique no parque para o aniversário do filho, que resultou em interação e alegria genuínas.

A busca por um “meio termo” é uma constante. Fabiana quer proporcionar o que há de bom na tecnologia, mas sem perder o controle, usando o celular para pesquisar as perguntas curiosas do filho, mas sempre junto com ele. Joana, que por muito tempo optou por não dar telas aos filhos, hoje busca equilibrar o uso com atividades obrigatórias e educativas, como o Duolingo, reconhecendo que “não dá para nenhuma das duas partes... romantizar nem um sem tela e nem um com tela”.

Clara pede compreensão e empatia da rede de apoio: “é entender por que a Carol tá dando essas orientações... antes de

ter essa consciência da tela em si, é ter consciência do porquê que a mãe passa tal orientação”. Ela deseja que seus pedidos não sejam vistos como “chatos”, mas como fruto de uma preocupação legítima e de um contexto que a outra pessoa talvez não conheça.

Marta traz uma perspectiva de longo prazo, a partir da experiência com o filho mais velho, que hoje trabalha com tecnologia. Ela defende o equilíbrio e que nem tudo precisa ser catastrófico: “o equilíbrio é importante. Não vai tirar tudo, né?... Nem sempre vai dar certo. Tá tudo bem”. Sua experiência mostra que é possível navegar por esse território sem que a criança seja prejudicada, desde que haja diálogo e presença.

Iris finaliza a conversa contando sobre o “danoninho no saquinho”, a estratégia da marca de lançar o produto em um saquinho, ao invés do tradicional pote. A justificativa era que, para poder comer no potinho, as crianças deveriam soltar o celular. E para mantê-las na tela, lançaram a versão “em saquinho”.

Este exemplo é uma metáfora poderosa para como a lógica das telas está reconfigurando até os hábitos mais básicos, tudo em função da não-interrupção do tempo de tela. É um chamado de atenção para a gravidade e a onipresença do fenômeno.

A escrita como espaço de expressão e elaboração das experiências

Ao final da roda de conversa, o encontro seguiu para um momento de pausa e criação coletiva: a oficina de escrita criativa. Depois de tantas falas, escutas e trocas, a proposta era abrir também um espaço para que as participantes pudessem se expressar de outras formas — nem sempre apenas pela fala.

Durante a roda, pequenas dinâmicas com *post-its* (notas adesivas) já haviam introduzido essa dimensão mais silenciosa da expressão. Em dois momentos do encontro, as participantes foram convidadas a escrever e colar em um mural desejos e necessidades relacionados ao uso de telas em suas rotinas de cuidado.

No primeiro momento, registraram desejos e necessidades ligados ao presente: cansaços, dificuldades cotidianas, pedidos de ajuda ou pequenas vontades que atravessam a vida de quem cuida.

PAINEL 1 | ESCREVA UM DESEJO OU NECESSIDADE SUA HOJE, PENSANDO NO USO DE TELAS NA SUA ROTINA DE CUIDADO

TEMA	EXEMPLOS DE REGISTROS DAS PARTICIPANTES
Letramento digital	“Gostaria de ter conhecimento suficiente sobre o que é saudável ou não para o meu filho e como aplicar isso de forma correta para a nossa família”
Controle e mediação do uso de telas	“Conseguir dentro do APP de controle indicar conteúdos dentro do celular da criança”
Tempo de qualidade com os filhos	“Eu queria poder ter coisas e equipamentos dentro de casa que pudessem facilitar na rotina e que sobrasse mais tempo para poder brincar com eles”
Sobrecarga e rede de apoio	“Meu desejo hoje é ter mais suporte para as mães atípicas, o uso de tela acaba virando necessidade no dia a dia”
Autocuidado das mães	“Necessidade de autocuidado psicológico e o desejo de ter mais tempo de criatividade e participação com a criança”
Condições de trabalho e estudo	“Notebook para conseguir estudar EAD para ficar com eles”

No segundo momento, foram convidadas a imaginar desejos para o futuro — para si mesmas e para as crianças — pensando em relações mais equilibradas com as telas e em rotinas de cuidado mais leves.

PAINEL 2 | ESCREVA UM DESEJO OU NECESSIDADE PARA O SEU FUTURO E O FUTURO DAS CRIANÇAS, PENSANDO NO CUIDADO E NAS TELAS

TEMA	EXEMPLOS DE REGISTROS DAS PARTICIPANTES
Uso consciente da internet	“Que meu filho tenha sabedoria para usar a internet sempre com responsabilidade e consciência”
Segurança digital	“Maior segurança na internet e redes sociais. Uma conscientização nas escolas sobre o uso consciente e equilibrado”
Equilíbrio no uso das telas	“Desejo de conseguir controlar as telas e ter a necessidade só para uso de estudos”
Responsabilidade das plataformas	“Um desejo é que os criadores de conteúdo e as plataformas sejam mais responsáveis com o que é postado”
Condições de trabalho e cuidado	“Flexibilidade no trabalho. Mais autonomia no acompanhamento deles”
Infância e convivência fora das telas	“Que as crianças voltem a ser crianças como antigamente”

Colados lado a lado, esses pequenos papéis coloridos formaram um retrato coletivo de sentimentos muitas vezes compartilhados, mas raramente verbalizados em grupo. Em frases curtas e diretas apareciam pedidos simples e profundos ao mesmo tempo: mais tempo, mais paciência, mais rede de apoio, mais brincadeiras sem tela, mais tranquilidade no

dia a dia. Os *post-its* funcionaram, assim, como uma forma de dizer para além das palavras ditas em voz alta, revelando dimensões íntimas da experiência de cuidar em um mundo hiperconectado.

A OFICINA DE ESCRITA CRIATIVA

A oficina de escrita surgiu, então, como continuidade natural desse movimento. Inspirada nas escritas de si e nas escrevivências de Carolina Maria de Jesus – escritora negra, catadora de papel e moradora da favela do Canindé, em São Paulo –, a atividade convidou as participantes a transformar sentimentos, memórias e sonhos em palavras. Como ponto de partida, foi apresentado um trecho do livro *Quarto de Despejo* (1960), no qual a autora escreve:

“...Eu durmi. E tive um sonho maravilhoso. Sonhei que eu era um anjo. Meu vestido era amplo. Mangas longas cor de rosa. Eu ia da terra para o céu. E pegava as estrelas na mão para contemplá-las. Conversar com as estrelas. Elas organiSaram um espetáculo para homenagear-me. Dançavam ao meu redor e formavam um risco luminoso.

Quando despertei pensei: eu sou tão pobre. Não posso ir num espetáculo, porisso Deus envia-me estes sonhos deslumbrantes para minh’alma dolorida. Ao Deus que me protege, envio os meus agradecimentos”.

A leitura desse trecho abriu espaço para uma reflexão coletiva sobre sonhos, desejos e formas de imaginar futuros

possíveis mesmo diante das dificuldades do cotidiano. A partir daí, cada participante foi convidada a escrever livremente sobre si mesmas, suas experiências e realidades, utilizando as palavras e formas de expressão com as quais se sentissem mais confortáveis.

Nesse sentido, reforçou-se que não era necessário se preocupar com normas ortográficas ou com a ideia de uma escrita “correta”. Assim como na obra de Carolina Maria de Jesus, a escrita foi compreendida como um espaço de registro da vida e da experiência, em que o mais importante não é a forma normativa da língua, mas a possibilidade de narrar o vivido, os sentimentos e os sonhos.

Algumas escreveram cartas para si mesmas no futuro. Outras escreveram para seus filhos. Houve quem escrevesse sobre cansaço, sobre medo, sobre racismo, sobre abandono, sobre fé. Houve quem escrevesse sobre amor, esperança e sobre o desejo de que seus filhos possam viver em um mundo mais justo e seguro.

Os textos revelam camadas profundas da experiência dessas mulheres: a sobrecarga do cuidado, a preocupação constante com o futuro das crianças, as marcas das desigualdades sociais e, ao mesmo tempo, a força de seguir imaginando outros caminhos possíveis. Em muitos deles aparece a tentativa de se lembrar — ou de lembrar a si mesma — que é preciso continuar, mesmo quando tudo parece pesado demais.

As produções dessa oficina deram origem à zine “**Quando não há espetáculo, sonhamos**”, que reúne parte dos textos escritos durante o encontro. A publicação busca preservar e valorizar essas narrativas, reconhecendo as participantes não

apenas como colaboradoras da pesquisa, mas também como autoras de suas próprias histórias.

A escolha do formato não foi casual. Historicamente, as zines surgiram como publicações independentes e de circulação alternativa, frequentemente utilizadas por movimentos culturais, políticos e comunitários como forma de expressão fora dos circuitos editoriais tradicionais. Por sua natureza artesanal, acessível e autônoma, as zines permitem que vozes frequentemente silenciadas encontrem espaço para narrar suas próprias histórias, experiências e perspectivas.

Assim, mais do que uma atividade complementar, a oficina de escrita criativa se tornou um momento fundamental do processo metodológico desta pesquisa. Ao transformar experiências em palavras e dados em narrativas, ela reafirmou que produzir conhecimento sobre as periferias não significa apenas falar sobre essas mulheres, mas criar condições para que elas mesmas escrevam, interpretem e compartilhem suas próprias histórias.

DEVOLUTIVAS

Como parte do compromisso de devolutiva da pesquisa, foi realizado um café de encontro com as participantes no dia 28 de março, no Instituto Salve Quebrada, espaço parceiro deste projeto. Nesse momento, as mulheres receberam exemplares impressos da zine e puderam revisitar coletivamente as reflexões produzidas durante a roda de conversa e a oficina de escrita.

Durante o encontro, também foi deixado no espaço um banner com os principais achados da pesquisa, permitindo que outras mulheres, famílias e moradores da comunidade tivessem acesso às informações produzidas ao longo do estudo. Algumas cópias da zine permaneceram disponíveis no local e o material também foi disponibilizado em formato digital, ampliando sua circulação e acesso.

A realização dessa devolutiva partiu do entendimento de que pesquisas desenvolvidas em territórios periféricos e em comunidades historicamente vulnerabilizadas devem assumir um compromisso ético com as pessoas que tornam esse conhecimento possível. Mais do que extrair relatos, experiências e saberes para análise acadêmica, a equipe responsável pela pesquisa buscou reconhecer essas mulheres como protagonistas na produção de conhecimento sobre suas próprias realidades.

Nesse sentido, devolver os resultados da pesquisa significou compartilhar com as participantes aquilo que foi construído a partir de suas próprias falas, reflexões e vivências. O banner exposto no espaço do Instituto Salve Quebrada também teve o objetivo de ampliar esse retorno para a comunidade, permitindo que outras pessoas do território conhecessem os principais achados do estudo e se reconhecessem nas discussões levantadas.

* Todos os nomes são fictícios para preservar a identidade das participantes

Conclusão

Esta pesquisa partiu de uma pergunta simples, mas atravessada por muitas camadas: como mães e cuidadoras periféricas vivem, na prática, os impactos da digitalização nas rotinas de cuidado e na vida familiar? Ao longo do processo, tornou-se evidente que falar sobre telas nas periferias significa falar, ao mesmo tempo, de desigualdades urbanas, sobrecarga, ausência de políticas públicas de cuidado e de estratégias cotidianas de sobrevivência.

É importante destacar, no entanto, que este estudo não pretende representar a totalidade das experiências das periferias brasileiras, que são diversas e atravessadas por realidades territoriais distintas. Os relatos reunidos aqui partem de um grupo específico de mães e cuidadoras da zona sul de São Paulo e da região de Diadema, constituindo uma amostra situada dessa realidade — marcada por suas próprias especificidades, desafios e formas de resistência.

A escuta atenta a cada relato, troca e compartilhamento de suas vulnerabilidades trouxe não apenas dados ou análises, mas também emoções mais intensas e, por vezes, silenciadas dessas mulheres. Elas, em suas rotinas e casas, carregam um peso imenso nos ombros. São vozes que ora se calam por vergonha, ora transbordam em lágrimas aliviadas ao perceberem que não estão sozinhas.

Nas falas das participantes, as telas surgem envoltas em sentimentos ambivalentes. Ao mesmo tempo em que podem funcionar como ferramenta de aprendizagem, entretenimento ou descanso momentâneo, também despertam preocupação, insegurança e culpa. Quando algumas mães se descrevem como “só o bagaço da laranja” ao final do dia – entregando o celular ao filho para poder simplesmente existir por alguns minutos ou para “dormir 15 minutos a mais, tomar um banho” –, revelam uma exaustão que beira o desespero. Na confissão de Joana, por exemplo, vimos a necessidade de uso de medicação para suportar os anos em que optou por não dar telas aos filhos, enfrentando sozinha a pressão e o cansaço.

O que muitas compartilharam, por trás de cada palavra, foi uma luta silenciosa e diária, como a de Maura, que acalma o filho com deficiência em meio a surtos e crises, enquanto o mundo ao redor aponta celulares para filmá-los. Nessa situação, contou que um mecânico anônimo se tornou seu anjo da guarda ao distrair o filho com carros e ferramentas.

A culpa é um fantasma que ronda todas elas. Culpa por oferecer a tela. Culpa por não dar atenção. Culpa por precisar trabalhar. Culpa por estar cansada demais para brincar. Culpa por repetir padrões que juraram não repetir. Culpa por, no fundo, saberem que o celular virou a “babá” que a sociedade não lhes permite ter.

Mas se há algo que emerge com força desses relatos é que, no centro de toda essa batalha, existe amor. Amor que faz Fabiana pesquisar junto com o filho o mistério do céu azul. Amor que leva Eliana a apresentar à filha os desenhos animados de sua própria infância, criando pontes entre gerações.

Amor que move Marta a chamar o marido para a conversa e a buscar cursos de parentalidade para entender a filha.

Amor que inspira Sara a colocar uma cruzadinha na bolsa do filho, ensinando que dá para se divertir longe das telas, mesmo que isso signifique enfrentar o olhar julgador das outras crianças.

E há esperança. Esperança que brilha no olhar de Iris quando o filho mais novo cria um “meteoro” com papel alumínio e diz, orgulhoso: “usei minha criatividade”. Esperança que aquece o coração de Fabiana ao ver o filho voltar do parque encantado por ter feito “500 amizades” no melhor aniversário da vida. Esperança que renasce quando uma mãe, mesmo exausta, tira cinco minutos para sentar no chão e desenhar com a criança.

Mas é importante dizer que essas mulheres não são heroínas. São seres humanos, com seus medos e suas contradições. Mas são, acima de tudo, mulheres que amam. Não existe fórmula mágica, não existe manual. Existe, sim, a tentativa diária de acertar, de errar, de aprender, de recomeçar.

Ao mesmo tempo, os relatos deixam claro que os dilemas relacionados ao uso das telas não podem ser compreendidos apenas como responsabilidade individual das famílias. Eles estão profundamente conectados às condições concretas de vida nos territórios periféricos.

Nesse sentido, a metodologia da Geração Cidadã de Dados mostrou-se fundamental para esta pesquisa. Mais do que coletar informações, o processo buscou criar um espaço de escuta, reflexão e produção coletiva de sentido, no qual as

participantes pudessem interpretar suas próprias experiências e produzir narrativas sobre suas realidades.

Ao compartilhar suas histórias, reflexões e estratégias, essas mulheres não apenas contribuíram para a construção deste estudo. Elas produziram interpretações valiosas sobre os desafios de criar crianças em um mundo cada vez mais digital. Escutá-las significa reconhecer que o cuidado também é um lugar de produção de conhecimento.

Existe, entre elas, a certeza de que, mesmo nos piores dias, quando a culpa aperta e a exaustão domina, há sempre uma nova manhã para tentar de novo. Existe, também, o desejo de conscientização de toda família, escola e sociedade a respeito da criação com afeto e compartilhamento do cuidado das crianças e adolescentes; bem como o desejo de que o governo se responsabilize por suas faltas e falhas e crie espaços seguros para o desenvolvimento de seus filhos e netos, condições humanas de trabalho e acesso para essas mulheres e qualidade de vida para todos.

Que este estudo não seja apenas um registro dessas experiências. Que ele possa servir também como reconhecimento, reflexão, manifesto e convite à construção coletiva de caminhos mais justos para cuidar das crianças — e de quem cuida delas.

GLOSSÁRIO

Algoritmos de recompensa imediata: são mecanismos das plataformas digitais pensados para prender a atenção. Eles oferecem estímulos rápidos e contínuos, fazendo com que a pessoa passe mais tempo conectada — como acontece com a reprodução automática de vídeos curtos.

Babá eletrônica: no contexto do estudo, não se refere ao aparelho conhecido por esse nome, mas ao uso de celulares, tablets ou televisão como estratégia para entreter crianças. O termo é utilizado de forma figurada para descrever essa prática no cotidiano.

Desigualdade urbana e digital: são as diferenças de acesso à infraestrutura, serviços e oportunidades entre territórios. Isso afeta diretamente como a tecnologia é usada. Por exemplo, em regiões com menos acesso a equipamentos culturais, o celular acaba sendo uma das principais formas de entretenimento.

Escrevivências (escrita de si): é um conceito criado pela escritora brasileira Conceição Evaristo e se refere à escrita que nasce das experiências vividas, especialmente de mulheres negras. É quando a vida vira texto, conectando histórias individuais a algo coletivo. No estudo, isso aparece na valorização das vivências como forma de produzir conhecimento, como na zine “Quando não há espetáculo, sonhamos”, construído a partir das histórias das participantes.

Geração cidadã de dados: é uma metodologia de pesquisa em que a própria comunidade participa da produção de informações sobre sua realidade, em vez de ser apenas objeto de estudo. Na prática, isso envolve a participação ativa de moradores na construção dos dados e das análises. Neste estudo, as mães participantes contribuíram diretamente com registros e interpretações baseados em suas próprias vivências.

Hiperconectividade: é quando uma pessoa está conectada à internet o tempo todo, com pouca separação entre o tempo online e offline. No cotidiano, isso se manifesta no uso prolongado de dispositivos digitais ao longo do dia.

Infraestrutura de acesso: é o conjunto de condições que possibilitam a conexão à internet, como qualidade do sinal, tipo de plano e disponibilidade de dispositivos. Esse fator determina como e com que estabilidade as pessoas acessam o ambiente digital.

Letramento digital: é a capacidade de utilizar a internet de forma consciente, compreendendo seus usos, riscos e possibilidades. Esse conceito envolve tanto habilidades técnicas quanto leitura crítica do ambiente digital. Um exemplo é quando os responsáveis aprendem a configurar ferramentas de controle e segurança para o uso das crianças.

Rede de apoio: é o conjunto de pessoas que compartilham responsabilidades de cuidado e oferecem suporte emocional ou prático. Esse conceito está relacionado à organização do cuidado no cotidiano. Por exemplo: grupos de mães que trocam experiências e se ajudam em situações do dia a dia.

Sobrecarga invisível: é o acúmulo de tarefas domésticas, cuidado e responsabilidades emocionais que não são reconhecidas como trabalho formal.

Referências Bibliográficas

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. *Diário Oficial da União*, Brasília, DF, 14 jan. 2025. Disponível em: <https://www2.camara.leg.br/legin/fed/lei/2025/lei-15100-13-janeiro-2025-796892-publicacaooriginal-174094-pl.html>. Acesso em: 11 mar. 2026.

BRASIL. Lei nº 15.211, de 17 de setembro de 2025. Dispõe sobre a proteção de crianças e adolescentes em ambientes digitais (Estatuto Digital da Criança e do Adolescente). Brasília, DF: Presidência da República, 2025. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/ato2023-2026/2025/lei/L15211.html. Acesso em: 11 mar. 2026.

BRASIL. Secretaria de Comunicação Social da Presidência da República. *Crianças, adolescentes e telas: guia sobre usos de dispositivos digitais*. Brasília: Governo Federal, 2025. Disponível em: https://www.gov.br/secom/pt-br/assuntos/uso-de-telas-por-criancas-e-adolescentes/guia/guia-de-telas_sobre-usos-de-dispositivos-digitais_ver-saoweb.pdf. Acesso em: 11 mar. 2026.

COMITÊ GESTOR DA INTERNET NO BRASIL (CGI.br). *Pesquisa sobre o uso das tecnologias de informação e comunicação nos domicílios brasileiros: TIC Domicílios 2024*. São Paulo: CGI.br, 2025. Disponível em: <https://cetic.br/pt/publicacao/pesquisa-sobre-o-uso-das-tecnologias->

[-de-informacao-e-comunicacao-nos-domicilios-brasileiros-tic-domicilios-2024/](#). Acesso em: 9 mar. 2026.

DATA FAVELA. **Sonhos da favela 2026**. Rio de Janeiro: Data Favela, 2026. Disponível em: <https://datafavela.com.br/wp-content/uploads/2026/02/DATA-FAVELA-Sonhos-da-favela-2026.pdf>. Acesso em: 11 mar. 2026.

HENRIQUE, Victória. Excluídos do mundo digital, moradores de favelas não têm acesso à internet de qualidade. *Voz das Comunidades*, 21 out. 2021. Disponível em: <https://vozascomunidades.com.br/destaques/excluidos-do-mundo-digital-moradores-de-favelas-nao-tem-acesso-a-internet-de-qualidade/>. Acesso em: 9 mar. 2026.

IBGE – INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Censo 2022: em 12 anos, proporção de mulheres responsáveis por domicílios avança e se equipara à de homens**. Agência de Notícias IBGE, Rio de Janeiro, 25 out. 2024. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/41663-censo-2022-em-12-anos-proporcao-de-mulheres-responsaveis-por-domicilios-avanca-e-se-equipara-a-de-homens>. Acesso em: 11 mar. 2026

IBGE – INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Em 2022, mulheres dedicaram 9,6 horas por semana a mais do que os homens aos afazeres domésticos ou ao cuidado de pessoas**. Agência de Notícias IBGE, Rio de Janeiro, 11 ago. 2023. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/37621-em-2022-mulheres-dedicaram-9-6-horas-por-semana-a-mais-do-que-os-homens-aos-afazeres-domesticos-ou-ao-cuidado-de-pessoas>. Acesso em: 11 mar. 2026.

INSTITUTO CIDADES SUSTENTÁVEIS. *Mapa da Desigualdade de São Paulo 2025*. Disponível em: <https://institutocidadessustentaveis.shinyapps.io/mapadesigualdadesaopaulo2025/>. Acesso em: 9 mar. 2026.

JESUS, Carolina Maria de. *Quarto de despejo: diário de uma favelada*. São Paulo: Ática, 2014.

MACHADO, Ana Clara; COELHO, Thomaz. **Ambiente digital: 57% dos jovens já foram expostos a conteúdos inadequados**. CNN Brasil, São Paulo, 4 fev. 2026. Disponível em: <https://www.cnnbrasil.com.br/nacional/sudeste/sp/ambiente-digital-57-dos-jovens-ja-foram-expostos-a-conteudos-inadequados/>. Acesso em: 11 mar. 2026.

SILVA, Pedro Paulo. Prefácio. In: MENDES, Cláudio et al. *Decodificando: diálogos entre a geração cidadã de dados, a Lei Geral de Proteção de Dados e a justiça racial*. Rio de Janeiro: Labjaca, 2024. Disponível em: <https://decodifica.org/pesquisas/decodificando-dialogos-entre-a-geracao-cidada-de-dados-a-lei-geral-de-protecao-de-dados-e-a-justica-racial/>. Acesso em: 9 mar. 2026.

TRANSSUNION. *Consumer Pulse: relatório do 4º trimestre de 2025*. São Paulo: TransUnion Brasil, 2025. Disponível em: <https://www.transunion.com.br/consumer-pulse-study/reports/q4-2025>. Acesso em: 9 mar. 2026.



Realização

OMPerifa
Observatório das Mulheres Periféricas

nós.
mulheres da periferia

Parceria


INSTITUTO
SALVE QUEBRADA

Apoio e Financiamento

 **Puentes**


famílias!
agora