



Ispá

Instituto Universitário
de Ciências Psicológicas,
Sociais e da Vida

PATRÍCIA ANDRADE DIAS POSSER VILLAR

**Dispositivos digitais e idade pré-escolar: percepções e mediação
parentais**

Orientadora de Dissertação:

PROFESSORA DOUTORA LILIANA SALVADOR

Coorientadora de Dissertação

PROFESSORA DOUTORA JOANA PIPA

Professor de Seminário de Dissertação:

PROFESSORA DOUTORA VERA MONTEIRO

Dissertação submetida como requisito parcial para obtenção do grau de:

MESTRE EM PSICOLOGIA

Especialidade em Psicologia Educacional

2024

Dissertação de Mestrado realizada sob a orientação das Professoras
Liliana Salvador e Joana Pipa, apresentada no ISPA – Instituto
Universitário para obtenção de grau de Mestre na
especialidade de Psicologia Educacional.

AGRADECIMENTOS

Quando comecei a fazer a tese, tive o mesmo pensamento que persistia quando comecei a tirar a carta de condução: “nunca vou conseguir fazer isto”. Tinha a certeza. Agora, aqui estou eu... com a carta de condução e a tese acabada. Não teria conseguido sozinha, por isso quero agradecer:

À professora Liliana pelo grande apoio neste ano difícil, e à professora Joana por ter aceiteado este desafio. Obrigada pela grande ajuda, pelo entusiasmo e por acreditarem em mim, apesar das adversidades deste último ano.

À tia Sofia, por me ter dado a motivação necessária para chegar aqui. Pela organização, entusiasmo e dedicação, pela disponibilidade, por me fazer refletir, ser melhor profissional e melhor pessoa.

À minha família, por ter tantos filhos, primos, amigos, netos, conhecidos por me ajudarem a partilhar incessantemente o meu questionário.

Aos meus pais, pela paciência, pelo apoio nestes últimos tempos e claro, pelas propinas. Já está! Não se preocupem que não há mais!

Às minhas amigas, por me ouvirem diariamente falar sobre este trabalho numa montanha-russa de emoções. Um agradecimento especial à Marta por me ensinar a utilizar os programas estatísticos, pelas videochamadas e por não me deixar desmotivar.

E, por fim, ao Tomás, que esteve sempre comigo neste ano desafiador, fazendo tudo o que estava ao seu alcance (e mais) para me ajudar e motivar diariamente neste percurso, não deixando nunca que desistisse. Muito obrigada.

RESUMO

Os dispositivos digitais (DD), cada vez mais presentes na vida das crianças, têm sido associados a benefícios e riscos para o seu desenvolvimento, dependendo do modo como são usados. Os pais desempenham um papel central na forma como os seus filhos usam os DD, pelo que é crucial perceber que estratégias seguem para gerir esse uso e que fatores podem explicar a forma como o fazem. O presente estudo tem como principais objetivos descrever e relacionar as perceções que os pais têm sobre o uso de dispositivos digitais (DD) pelos seus filhos, as práticas que usam para o mediar, bem como a frequência com que utilizam esses dispositivos. Foram inquiridos 232 pais portugueses com filhos em idade pré-escolar através de um questionário online partilhado nas redes sociais, que incluía dois instrumentos construídos por Nikken e Schols (2015), traduzidos e adaptados para o presente estudo. Foi realizada uma análise fatorial confirmatória para garantir a validade do instrumento. Os principais resultados permitiram perceber que os pais percecionam mais os efeitos negativos dos DD, comparativamente com os outros tipos de perceções. Além disso, utilizam maioritariamente as estratégias de mediação restritiva e de supervisão. Foi possível identificar correlações positivas fracas e moderadas entre todas as estratégias de mediação e as perceções parentais dos efeitos positivos dos DD. Adicionalmente, observou-se uma correlação entre a frequência de uso dos DD (dos pais e filhos) e as perceções dos DD como *babysitters*, uma correlação entre a frequência de uso dos DD pelos filhos e as estratégias de mediação parental ativa e co-uso e, por fim, uma correlação entre a frequência de uso de DD pelos pais e pelos filhos. Estes resultados levantam questões para estudos futuros.

Palavras-chave: mediação parental; perceções parentais; dispositivos digitais; pré-escolar

ABSTRACT

Digital devices (DD), which are increasingly present in children's lives, have been associated with developmental benefits and risks, depending on how they are used. Parents play a central role in how their children use DD, so it's crucial to understand what strategies they follow to manage this use and what factors can explain how they do it. The main objectives of this study are to describe and relate the perceptions that parents have about the use of digital devices (DD) by their children, the practices they use to mediate it, as well as the frequency with which they use these devices. 232 Portuguese parents with preschool-age children were surveyed through an online questionnaire shared on social networks, which included two instruments built by Nikken and Schols (2015), translated and adapted for the present study. A confirmatory factor analysis was performed to ensure the validity of the instrument. The main results allowed us to perceive that parents perceive more the negative effects of DD, compared to other types of perceptions. In addition, they mostly use restrictive mediation and supervisory strategies. It was possible to identify weak and moderate positive correlations between all mediation strategies and parental perceptions of the positive effects of DD. Additionally, a correlation was observed between the frequency of DD use (of parents and children) and the perceptions of DD as babysitters, a correlation between the frequency of DD use by children and active parental mediation and co-use strategies and, finally, a correlation between the frequency of DD use by parents and children. These results raise questions for future studies.

Keywords: parental mediation; parental perceptions; digital devices; preschool

ÍNDICE

I.	INTRODUÇÃO	1
II.	REVISÃO DE LITERATURA.....	3
2.1.	Utilização dos Dispositivos Digitais.....	3
IV.	MÉTODO	18
4.1.	Delineamento do estudo	18
4.2.	Participantes.....	19
4.3.	Instrumento.....	19
V.	ANÁLISE DE RESULTADOS	22
5.1.	Validade do Instrumento.....	22
5.1.1.	Qualidades psicométricas do questionário das percepções parentais sobre o uso de DD pelos filhos.....	22
5.1.2.	Qualidades psicométricas do questionário de mediação parental do uso de DD pelos filhos	23
5.2.	Questão de investigação 1: Que percepções é que os pais têm em relação à utilização que os seus filhos fazem dos dispositivos digitais?.....	24
5.3.	Questão de investigação 2: Quais são as estratégias de mediação da utilização de dispositivos digitais a que os pais recorrem?	24
5.4.	Questão de investigação 3: Qual a frequência de uso de dispositivos digitais, quer dos pais, quer das crianças?.....	25
5.5.	Questão 4: Qual a relação entre as percepções e as estratégias de mediação parentais do uso de dispositivos digitais?	25
5.6.	Questão 5: Qual a relação entre as percepções dos pais e a frequência de uso de dispositivos digitais dos pais e das crianças?	26
5.7.	Questão 6: Qual a relação entre estratégias de mediação parental e a frequência de uso de dispositivos digitais dos pais e das crianças?.....	27
5.8.	Questão 7: Qual a relação entre a frequência de uso dos DD pelos pais e a frequência de uso dos DD pelos filhos?.....	28
5.9.	Outras questões.....	28
VI.	DISCUSSÃO	29
VII.	CONSIDERAÇÕES FINAIS	33

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 - Estatística Descritiva: Percepções Parentais.....	24
Tabela 2 - Estatística Descritiva: Estratégias de Mediação	25
Tabela 3 - Frequência de uso de DD.....	25
Tabela 4 - Correlação entre as estratégias de Mediação Parental e as Percepções.....	26
Tabela 5 - Correlação entre as percepções parentais e a frequência de uso dos DD pelos pais e filhos	27
Tabela 6 - Correlação entre as estratégias de mediação parental e a frequência de uso de DD pelos pais e filhos	27
Tabela 7 - Correlação entre a exposição aos DD, as percepções e a frequência de uso dos pais	28

LISTA DE ANEXOS

Anexo 1 - Questionário Original Percepções	1
Anexo 2 - Instrumento Completo Mediação Parental	7
Anexo 3 - Questionário Final Percepções	12
Anexo 4 - Questionário Final Mediação Parental	13
Anexo 5 – Exposição aos DD.....	15
Anexo 6 - Estatísticas descritivas Mediação Parental e Percepções.....	16
Anexo 7 - Frequência de Uso DD	16
Anexo 8 - Análise Fatorial Confirmatória – Percepções	17
Anexo 9 - Consistência Interna Percepções	20
Anexo 10 - Análise Fatorial Confirmatória Mediação	21
Anexo 11- Consistência Interna Mediação.....	23
Anexo 12 - Correlações Percepções-Mediação.....	24
Anexo 13 - Correlação Frequência de uso - Percepções	25
Anexo 14 - Correlação Frequência de uso pais – mediação.....	25
Anexo 15 - Correlação Frequência de Uso filhos – Percepções.....	26
Anexo 16 - Correlação Frequência de Uso Filhos – Mediação.....	26
Anexo 17 - Correlação Frequência de Uso Filhos – Frequência de uso pais	27
Anexo 18 - Correlação Exposição DD – Percepções	27

I. INTRODUÇÃO

Atualmente, os dispositivos digitais (DD), i.e., smartphones, tablets ou computadores, fazem parte do quotidiano da maioria das famílias e, por isso, cada vez mais têm sido estudadas as suas implicações para o desenvolvimento das crianças, para a sua relação com os outros e para as dinâmicas familiares (Chakraborty, 2022; Nikken & Schols, 2015; Žulec et al., 2022). Desta forma, são muitos os estudos que dão ênfase aos benefícios e aos riscos do uso dos DD. Ou seja, por um lado, são destacadas vantagens para a aprendizagem, linguagem, criatividade, motricidade e comunicação (e.g., Almuaiyel et al., 2021; Chaudron et al., 2015; Sigerson, 2017), mas por outro, muitos estudos enfatizam as implicações negativas no sono, na atenção, na socialização ou em fatores psicológicos (e.g. ansiedade) (e.g., Domoff et al., 2019; Yadav & Chakraborty, 2022; Žulec et al., 2022). No contexto desta área de estudo, as perceções dos pais sobre o uso destes dispositivos, por parte dos seus filhos bem como a forma que escolhem para o gerir, uma vez que são os principais responsáveis pela vida digital dos seus filhos, tem sido um dos tópicos abordados (Archer et al., 2021; Nikken & Jansz, 2006).

Estes estudos acerca das perceções parentais sobre o uso de DD têm revelado que de uma forma geral os pais têm consciência dos riscos do uso dos DD pelos seus filhos (e.g. exposição a conteúdo inapropriado, dependência e perturbações do sono), mas reconhecem também as suas vantagens (e.g. rápido acesso à informação, contacto com familiares e amigos e ajuda à aprendizagem) (Nikken & Schols, 2015; Yadav & Chakraborty, 2022; Žulec et al., 2022). Além disso, alguns pais destacam também o papel de auxílio dos DD, i.e., de babysitters, defendendo que, de alguma forma, os DD lhes fornecem momentos de descanso ou permitem a realização de algumas tarefas domésticas (Nikken & Schols, 2015).

Relativamente às estratégias a que os pais recorrem para gerir o uso dos DD pelos seus filhos, a literatura tem mencionado os seguintes tipos de práticas: mediação ativa (e.g., os pais explicam e conversam sobre o uso dos DD), mediação restritiva (e.g., os pais impõem regras de uso dos DD, como limites de tempo ou de lugar onde o podem fazer), supervisão (e.g., os pais estão por perto, enquanto os seus filhos utilizam os DD), co-uso (e.g., os pais utilizam os DD com os seus filhos) e restrições técnicas (e.g., os pais recorrem às definições dos DD para limitar conteúdo ou tempo de uso) (e.g. Livingstone & Helsper, 2015; Nikken & Schols; Zoman et al., 2018). Segundo a literatura, a escolha da prática utilizada para mediar o uso dos DD relaciona-se com diversos fatores, como, por exemplo, o estatuto socioeconómico, o género e idades dos

filhos, o nível de escolaridade dos pais e as percepções que estes têm sobre o uso dos DD (Chaudron et al., 2015; Nikken, 2018; Nikken & Schols, 2015).

No contexto português, são ainda escassos os estudos sobre a forma como os pais lidam com o uso dos DD por parte dos seus filhos, nomeadamente em idades pré-escolares. O presente estudo pretende completar esta lacuna, contribuindo para a maior compreensão desta questão. Neste sentido, tem como objetivos: (1) Estudar as percepções dos pais em relação à utilização que os seus filhos em idade pré-escolar fazem dos dispositivos digitais, as estratégias a que recorrem para mediar esse uso e a frequência com que, quer os pais, quer as crianças, utilizam esses dispositivos; (2) Analisar as relações entre as percepções dos pais, as estratégias de mediação parental e a frequência de utilização de dispositivos digitais.

Para responder a estes objetivos foi utilizado um questionário online, que inclui dois instrumentos desenvolvidos por Nikken e Schols (2015), bem como perguntas sobre dados demográficos e a frequência de uso de DD. O questionário foi partilhado nas redes sociais e obtiveram-se 232 participantes (36 pais e 196 mães de crianças com idades entre os 3 e os 6 anos). Os resultados foram analisados, através do software JAMOVl versão 2.5 (The Jamovi Project, 2024).

O presente estudo encontra-se dividido em 9 capítulos, em que o capítulo II é constituído pelo enquadramento teórico sobre o tema em estudo. Este encontra-se dividido em 4 subcapítulos: (1) Utilização dos Dispositivos Digitais; (2) Estratégias de Mediação Parental do Uso de Dispositivos Digitais; (3) Percepções e estratégias de mediação parentais do uso de dispositivos digitais e, por fim, (4) Percepções, Estratégias de Mediação Parentais e Frequência do Uso de Dispositivos Digitais. Relativamente ao capítulo III, este é composto pela problemática de investigação, onde são apresentados e fundamentados os objetivos e questões de investigação. O capítulo IV apresenta o método, onde estão descritos o tipo de metodologia, os participantes, o procedimento de recolha de dados e os instrumentos. Já no capítulo V, são apresentados os resultados obtidos e é feita a sua análise. No capítulo seguinte, VI, os resultados são discutidos e interpretados, recorrendo à literatura apresentada no enquadramento teórico. No capítulo VII são apresentadas as principais conclusões do estudo, as suas limitações e propostas para estudos futuros. O capítulo VIII destina-se às referências bibliográficas e, por fim, o último capítulo, aos anexos.

II. REVISÃO DE LITERATURA

2.1. Utilização dos Dispositivos Digitais

Os dispositivos digitais (DD), como smartphones, tablets, computadores, têm evoluído rapidamente e estão cada vez mais presentes na vida das pessoas, com diferentes propósitos como comunicação, informação, lazer e entretenimento (Sigerson et al., 2017; Yildirim & Yayan, 2023). Estudos recentes têm indicado que as crianças começam a usar DD ativamente a partir dos dois anos, aos quatro anos já conseguem recorrer a gestos simples em ecrãs táteis e, por volta dos sete anos, aplicam gestos mais complexos e conseguem utilizar aplicações de realidade aumentada, ou seja, *apps* que juntam imagens do mundo real, com animações, que permitem que as crianças interajam com o dispositivo (Yadav & Chakraborty, 2022). Os tablets são frequentemente mencionados na literatura como o DD preferido pelas crianças (Chaudron et al., 2015).

A utilização dos DD, especialmente por crianças e jovens, pode ter efeitos positivos e negativos em diferentes aspetos da sua vida: emocional, cognitivo, social e comportamental, dependendo do tipo de uso. Um uso social e ativo (i.e., que pressupõe que a criança interaja com o DD, como videochamadas ou aplicações que permitam falar com outros utilizadores e fomentem a tomada de decisões) traz, normalmente, mais benefícios a nível da comunicação, por exemplo, enquanto o uso excessivo e passivo (e.g. apenas olhar para o ecrã enquanto vê vídeos) pode levar a consequências prejudiciais, como distúrbios de sono, baixa autoestima ou procrastinação (Dienlin & Johannes, 2020; Žulec et al., 2022). De um modo geral, de acordo com diferentes estudos, a forma como os DD são utilizados pelas crianças e jovens terá impacto no seu bem-estar, bem como na sua segurança e aprendizagem (Mantilla & Edwards, 2019).

2.1.1. Vantagens da Utilização dos Dispositivos Digitais

Na literatura, são muitos os estudos que referem benefícios do uso DD, sugerindo que um certo tipo de uso pode promover diferentes áreas do desenvolvimento da criança, como sejam o caso da linguagem, aprendizagem, criatividade e desenvolvimento motor (e.g., Dore et al., 2019; Moon et al., 2019; Yadav & Chakraborty, 2022).

Linguagem e aprendizagem

Diversos estudos têm apresentado dados que associam o uso de DD ao desenvolvimento da linguagem. Yadav e Chakraborty (2022), numa revisão de literatura, afirmaram que crianças

até aos 2 anos, demonstram uma melhoria ao nível da compreensão oral, da pronúncia ou de aquisição de vocabulário quando usam os DD para ver vídeos regularmente. Além disso, apresentaram também evidência de que recorrer aos DD para fazer videochamadas tem um impacto positivo na aquisição de vocabulário em crianças pequenas, trazendo-lhes ainda uma maior sensação de proximidade quando falam com os seus pais.

No contexto atual, cada vez mais têm sido desenvolvidas aplicações (*apps*) destinadas às crianças, nomeadamente, para promover a aquisição da linguagem e a literatura científica tem procurado perceber o seu impacto. Por exemplo, no estudo de Walter-Laager et al. (2017), foram comparados dois grupos de crianças: um que aprendeu palavras novas através de cartões e outro que as aprendeu através de uma *app*. Os autores concluíram que as crianças do segundo grupo aprenderam melhor as palavras, comparativamente com as crianças do primeiro, especialmente quando acompanhadas por um adulto durante o uso da *app*. Também Dore et al. (2019) corroboraram esta ideia, demonstrando que crianças que utilizam aplicações de jogos para aprender vocabulário apresentam melhorias na receção e expressão do mesmo.

Além da linguagem, os DD e as tecnologias são também muito utilizados para a aprendizagem e desenvolvimento de outras competências. A revisão de literatura de Domoff et al. (2019a) apresenta diversos estudos que revelam a importância de utilizar os DD e as tecnologias em contexto de sala, uma vez que demonstram ser vantajosos para a aprendizagem de diversas temáticas, como por exemplo, música, sequências e matemática.

Criatividade

A criatividade é um aspeto fundamental do desenvolvimento das crianças, sendo uma competência muito estudada relativamente ao uso de DD. Diferentes investigadores têm procurado compreender de que forma é que estes dispositivos influenciam a expressão criativa, por exemplo, através de aplicações interativas, que, além de estimularem a imaginação, promovem a colaboração e a participação ativa das crianças (Chaudron et al., 2015).

Estudos demonstram que várias aplicações promovem a criatividade, sendo que as de contagem de histórias ajudam a promover esta competência através da leitura, criação ou modificação de histórias recorrendo a conteúdos multimédia (fotografias ou vídeos) capturados pelos smartphones (Yadav & Chakraborty, 2022). O estudo de Sakr, et al. (2016) com crianças entre os 4 e os 5 anos comparou os processos de criação de narrativas em diferentes suportes: papel e digital, concluindo que, com o suporte tradicional as crianças refletem mais experiências

reais, enquanto com o digital, acabam por mencionar cenários mais imaginativos, deduzindo então que o digital promove a criatividade.

Desenvolvimento Motor

Outra vantagem do uso de DD mencionada na literatura é a melhoria da capacidade motora, isto é, alguns estudos demonstram que o uso de dispositivos táteis permite às crianças mais pequenas um melhor desenvolvimento da motricidade fina. Por exemplo, Moon et al. (2019) estudaram uma amostra de crianças entre os 3 e os 5 anos e concluíram que o desenvolvimento de competências de motricidade fina (pelo uso do dedo indicador para deslizar o ecrã, por exemplo) em crianças de 3 anos está associado à frequência de uso de dispositivos táteis. No entanto, o mesmo não foi observado em crianças mais velhas (Yadav & Chakraborty, 2022). Também Bedford et al. (2016) num estudo com crianças dos 6 aos 36 meses, no Reino Unido, verificaram que o uso ativo de dispositivos táteis (i.e., deslizando e tocando no ecrã), estava associado a desenvolvimento motor fino mais precoce.

2.1.2. Riscos da Utilização dos Dispositivos Digitais

Apesar das vantagens associadas ao uso de DD para a aprendizagem e desenvolvimento infantil, o uso excessivo ou desadequado destes dispositivos pode trazer vários riscos para as crianças. Com a evolução dos DD foi necessário definir o que significa o uso excessivo ou problemático dos mesmos, considerando outros fatores, além das horas diárias. Para Domoff et al. (2019b) considera-se que há uso excessivo ou problemático dos DD quando este causa problemas nas relações, na escola, no trabalho ou na saúde mental e física da pessoa. Os riscos associados a este tipo de uso de DD podem variar de acordo com o tipo de dispositivo, o tempo de utilização e as características da criança (Chassiakos et al., 2016).

Sono

O uso de DD, especialmente durante a noite, tem sido associado a uma diminuição da qualidade e quantidade de sono nas crianças, sendo este o principal fator abordado na literatura (Domoff et al., 2019a). Os estudos demonstram que o uso excessivo de DD está associado a fenómenos como insónias, dificuldade em adormecer, interrupções do sono ou tempos de latência (tempo antes de adormecer) mais elevados (Domoff et al., 2019a).

Vijakhana et al. (2015), na Tailândia, avaliaram uma amostra de 208 bebés em duas fases diferentes – aos 6 e aos 12 meses. Para perceber a relação entre a exposição a DD à noite e a duração do sono noturno dos bebés, estas variáveis foram medidas através de diários de

sono e de perguntas sobre a exposição, respetivamente, em ambos os momentos de avaliação. Os resultados indicaram que, quando os bebés eram expostos a DD após as 19h nos dois períodos de avaliação, isto é, aos 6 e aos 12 meses, o seu tempo de sono noturno aos 12 meses diminuía. Ou seja, foi possível concluir que a exposição a DD à noite tem influência na duração do sono.

Existe também evidência de que o uso de DD à noite faz aumentar o tempo que os jovens demoram a adormecer (Domoff et al., 2019a). Scott e Woods (2018), mostraram que jovens entre os 12 e os 18 anos, além de apresentarem maior tempo de latência quando utilizam DD à noite, deitam-se mais tarde, apresentam menor tempo de sono, bem como uma maior ativação cognitiva antes de ir dormir.

Ainda, Mantilla e Edwards (2019), numa revisão sistemática da literatura, apresentam evidência que corrobora os estudos apresentados, defendendo que o uso de DD pelas crianças à noite tem influência no sono, podendo gerar alguns distúrbios associados ao mesmo.

Problemas Psicológicos e Sociais

No mesmo sentido, também fatores psicológicos parecem estar associados ao uso de DD, sendo que, na maioria das vezes, o uso desadequado ou excessivo de DD está relacionado com problemas como depressão, ansiedade, stress ou baixa autoestima (Domoff et al., 2019a). Elhai et al. (2017) e Hoge et al. (2017) identificaram uma relação significativa entre o uso excessivo de DD e o aumento da gravidade dos sintomas de depressão. Além disso, Yadav e Chakrabarty (2022) referem que este uso pode também estar associado a ansiedade e ao risco de exposição a cyberbullying ou a conteúdos inapropriados, bem como a sintomas de dependência dos DD, em crianças mais velhas. Já Guram e Heinz (2018) descreveram também a existência destes sintomas de dependência, mencionando que o uso de DD de modo excessivo pode estar relacionado com dificuldade em desligar-se dos dispositivos.

Radesky (2016), no seu estudo com crianças mais novas (até aos 5 anos), mostrou que o uso de DD para distrair as crianças ou controlar o seu comportamento (efeito *babysitter*) durante rotinas diárias, por exemplo, pode comprometer o desenvolvimento de competências de autorregulação emocional e, conseqüentemente, ter um impacto negativo no seu desenvolvimento socioemocional futuro. Além disso, num estudo com crianças entre os 2 e os 5 anos, Schwarzer et al. (2022) demonstraram que expor estas crianças a DD por tempo

excessivo (i.e. >1 hora/dia) estava também associado a pior desenvolvimento competências socioemocionais.

Segundo Mantilla e Edwards (2019), o uso problemático dos DD pode afetar negativamente a interação social (quer com a família, quer com os pares), uma vez que, quando os pais utilizam recorrentemente os DD à frente das crianças, esta ação influencia a qualidade da relação, limitando o tempo de interação entre ambos o que tem influência, por sua vez, no desenvolvimento socioemocional das crianças (Radesky et al., 2016).

Efeitos Físicos

A utilização prolongada de dispositivos digitais (DD) pode causar diversos efeitos físicos, sendo a tensão postural um dos mais mencionados na literatura. Estes estão associados a dores no pescoço, cabeça e nas costas, que são preocupantes para o desenvolvimento físico das crianças (Bickham et al., 2021; David et al., 2021; Fares et al., 2017).

Howie et al. (2017), num estudo com crianças entre os 3 e os 5 anos demonstraram que o uso de *tablets* provoca uma maior flexão do pescoço, comparativamente com a visualização de televisão ou o uso de brinquedos não digitais. A investigação decorreu em contexto laboratorial, onde 10 crianças foram observadas, enquanto faziam estas 3 atividades. O estudo tinha como objetivo descrever a variação da postura e a amplitude da cabeça, do tronco e dos braços, bem como a atividade muscular e física e o nível de sedentarismo das crianças durante os diferentes momentos. Os resultados mostraram que a flexão do pescoço durante o uso do *tablet* pode ser considerada um risco se for prolongada, especialmente quando comparada com a postura enquanto veem televisão ou brincam com brinquedos. Este estudo realça ainda a importância que os cuidadores têm na supervisão de crianças que usam os DD, para as ajudar a adotar posturas adequadas e a considerar o tempo que passam em atividades sedentárias.

Além da tensão postural e dor referidas anteriormente, também são reportados na literatura outros sintomas físicos associados ao uso excessivo de DD, como dores de cabeça ou cansaço ocular (Domoff, 2019a).

Obesidade Infantil

Cada vez mais tem sido estudada a relação entre o uso de DD e a obesidade. O aumento do tempo em atividades sedentárias (como o uso passivo de DD), juntamente com uma menor prática de exercício físico, são fatores que contribuem para o excesso de peso em crianças

(Yadav & Chakraborty, 2022). Ou seja, o uso prolongado dos DD faz diminuir o tempo que as crianças poderiam dedicar às atividades físicas.

Neste sentido, Kenney e Gortmaker (2017) referem que mais horas de uso de DD estão associadas a maior risco de obesidade e a menos tempo de atividade física. Além disso, o estudo de Dube et al. (2017), com crianças do 5º ano, no Canadá, demonstrou que o uso de DD, uma hora antes do sono pelas crianças, ou a simples presença de um telemóvel no quarto, durante a noite, aumenta a probabilidade de desenvolver obesidade, comparativamente com as outras crianças.

2.1.3. Dispositivos Digitais em Portugal

Em Portugal, nas últimas décadas, tem havido um enorme crescimento do uso de DD. Em 2014, 35% das crianças entre os 9 e os 16 anos tinham acesso à internet nos *smartphones* (Simões et al., 2014) e, em 2018, este aumentou para 85% (Ponte et al., 2019). Além disso, entre 2014 e 2023, a percentagem de agregados domésticos privados com ligação à internet subiu 24%, revelando que quase a totalidade dos portugueses tem acesso à internet (PORDATA & INE, 2023).

Rodrigues et al. (2020) descreveram os padrões de utilização de DD em crianças entre os 3 e os 10 anos, no contexto português, e conseguiram perceber que mais de 90% dos participantes utilizava dispositivos (*tablets*, *smartphones*, televisão, etc.) durante mais de uma hora por dia e que 77% das crianças com idade igual ou superior a 6 anos, utilizava-os por mais de duas horas. Estes autores revelaram também que, desde cedo, aos 3 anos, as crianças têm acesso aos *tablets*, sendo o segundo dispositivo que mais usam (depois da televisão).

2.2. Perceções dos pais

Tendo em conta os riscos e benefícios mencionados anteriormente, é importante perceber o que é que os pais pensam sobre uso dos DD no geral e, em particular, pelos seus filhos. Apesar de conseguirem reconhecer alguns dos benefícios dos DD, as preocupações acerca desta temática são consideradas das mais desafiantes na educação de crianças até aos 12 anos (McDaniel & Radesky, 2018; Nikken & De Haan, 2015; Nikken & Oprea, 2018; Ponte et al., 2018).

Num inquérito europeu, Chaudron et al. (2015) demonstraram que os pais de crianças de 6 e 7 anos percebem os DD como positivos, mas desafiantes ao mesmo tempo, exigindo controlo e regulação. De acordo com este inquérito, os pais conseguem mais facilmente

perceber os riscos do que os benefícios do uso de DD pelos seus filhos. Os benefícios que identificam passam pelo desenvolvimento de competências como a criatividade, a imaginação, as competências sociais, o conhecimento, a coordenação mão-olho, além de serem uma ferramenta para a educação futura dos seus filhos. Relativamente aos riscos, os pais nomearam as compras não intencionais (por exemplo compra de apps ou subscrições acidentais), a exposição a conteúdo inapropriado (preocupando-se mais com exposição a violência e a linguagem desadequada do que a conteúdo sexual) e as consequências a nível da saúde ou do desenvolvimento de competências sociais. No entanto, apesar desta perceção de riscos, os pais acabam por adiar algumas preocupações por verem as crianças como pouco competentes (a nível digital, da leitura, ou da escrita), estando desta forma, a salvo dos perigos. Contudo, o estudo demonstrou que algumas crianças já tinham encontrado conteúdos desadequados. Assim, é salientado neste inquérito o desejo que, tanto as crianças, como os pais, apresentam de receber mais orientações e apoio relativamente ao uso saudável de DD.

No estudo de Takeuchi (2011), as principais preocupações que os pais apresentam sobre o uso de DD incluem a falta de atividade física, de privacidade online, bem como o impacto no tempo não despendido em outras atividades. No entanto, os pais conseguem reconhecer as vantagens deste uso, acreditando que é essencial para o sucesso escolar e para a escolha de carreira. Relativamente aos videojogos, estes são vistos, por um lado, como benéficos, uma vez que ajudam a desenvolver algumas competências cognitivas, como a resolução de problemas, sociais e visuais. No entanto, os pais consideram também que estes jogos podem expor as crianças a conteúdos violentos.

Na Grécia, numa investigação com pais de crianças de idade pré-escolar, Papadakis et al. (2022), tentaram perceber, através de um questionário, diversos aspetos relacionados com a utilização de *smartphones* pelas crianças em casa, como a frequência do uso, a preferência de aplicações, perceções e estratégias adotadas pelos pais. Os resultados do estudo demonstraram que a maioria dos pais reconhece as vantagens da utilização dos DD pelos seus filhos, como a possibilidade de desenvolver competências, como a leitura, a escrita, o pensamento matemático, ou a criatividade. No entanto, os pais percebem também os riscos que podem estar associados a este uso, como a exposição a conteúdo inapropriado, ou o tempo de uso excessivo, que receiam ter impacto no desenvolvimento social ou na saúde dos seus filhos. Por fim e em linha com Chaudron et al. (2015), também estes pais mencionam a falta de apoio que lhes é dado neste tema.

No contexto português Ponte et al. (2018) identificou que muitos pais não tinham consciência do que os seus filhos faziam com os DD, mostrando a dificuldade que tinham em gerir o uso. Além disso, o estudo revelou também que os pais ficam preocupados com a exposição a vídeos violentos ou a outros conteúdos inapropriados, realçando a importância de uma supervisão mais ativa.

Muitas vezes, estas perceções contraditórias dos pais em relação ao uso dos DD estão associadas a falta de informação, à dificuldade de controlar a quantidade de parâmetros envolvidos na sua utilização (Papadakis et al., 2022), ou até à diferença geracional que existe associada às tecnologias (Connell et al., 2015 citado por Papadakis et al., 2022).

Com a presença cada vez mais recorrente dos DD nas vidas das crianças e do número crescente de estudos sobre as perceções que os pais têm sobre o uso dos DD, surgiu a necessidade de sistematizar e conceptualizar as diferentes perceções dos pais, encontradas em diversos estudos.

Neste contexto, Nikken e Schols (2015) basearam-se em estudos sobre as perceções e mediação parentais do uso de DD para conceptualizá-las e definiram 4 dimensões: (1) efeitos negativos dos DD, como a exposição a conteúdo inadequado, ou isolamento social, por exemplo; (2) efeitos positivos, como a promoção da aprendizagem, da comunicação, ou apoio escolar; (3) função de *babysitter* dos DD, isto é, a capacidade que estes têm de entreter as crianças enquanto os pais têm tempo para si, para trabalhar, ou adiantar tarefas e, por fim, (4) dificuldade do uso destes dispositivos, considerando-os muito complicados para os seus filhos.

2.3. Estratégias de Mediação Parental do Uso de Dispositivos Digitais

Embora os pais reconheçam que os dispositivos digitais (DD) podem trazer benefícios para o desenvolvimento das crianças, continuam a ter preocupações sobre seu impacto. Desta forma, sabendo que a utilização destes dispositivos pelas crianças ocorre maioritariamente em contexto familiar e que os pais têm um papel fundamental no seu desenvolvimento (Griffith & Arnold, 2019), vários autores têm desenvolvido estudos para perceber de que maneira é que os pais medeiam o uso de dispositivos pelos seus filhos. Os pais são os principais moderadores da vida digital das crianças, especialmente quando estas são mais novas, podendo, desta forma, limitar ou escolher o que estas veem e fazem (Archer et al., 2021; Nikken & Jansz, 2006; Žulec et al., 2022). Existe evidência de que a mediação parental pode diminuir os efeitos negativos

dos DD e maximizar os seus benefícios, pelo facto de orientar as crianças nesta temática (Clark, 2011).

Valkenburg et al. (1999) iniciaram os estudos sobre a mediação parental, debruçando-se especificamente sobre a visualização de televisão e destacaram 3 tipos de estratégias de mediação parental: (a) mediação instrutiva, i.e., explicar ou conversar sobre alguns programas que veem; (b) mediação restritiva, onde os pais definem regras que proíbem ou permitem a visualização; (c) co-visualização social, i.e., os pais vêem televisão com os seus filhos.

No seguimento deste estudo, Nikken e Jansz (2006), estudaram os tipos de mediação parental do uso de videojogos pelos seus filhos, chegando também a três tipos semelhantes de mediação parental: (1) mediação ativa, que se assemelha à mediação instrutiva mencionada por Valkenburg et al. (1999), (2) mediação restritiva e (3) “co-jogar” (*co-playing*), ou seja, igual à co-visualização, mas aplicado aos videojogos.

Em 2008, Livingstone e Helsper, num inquérito nacional no Reino Unido, tentaram perceber quais as estratégias que os pais usavam para mediar o uso de Internet pelos seus filhos, bem como se essas estratégias seriam eficazes para reduzir o risco de exposição aos perigos. Foram realizadas entrevistas a crianças entre os 9 e os 17 anos e os autores conseguiram identificar quatro estratégias de mediação parental do uso de Internet: (1) Co-uso ativo, que consiste no uso de internet em conjunto com os filhos, por exemplo, ver vídeos, ou navegar juntos nos *sites*; (2) Restrições de interação, ou seja, limitar as interações das crianças online, restringindo alguns contactos ou as redes sociais (3) Restrições técnicas, que consiste no uso das ferramentas e configurações dos dispositivos para limitar o seu uso e (4) Monitorização, i.e. vigiar o que os filhos fazem online, através do histórico, ou da observação passiva da criança.

Já Nikken e Schols (2015), num estudo realizado na Holanda, com pais de crianças com idades entre o 1 e os 7 anos enquadraram as estratégias descritas pelos pais em categorias semelhantes às referidas previamente, adaptadas ao uso de DD: (1) mediação ativa; (2) mediação restritiva e (3) co-uso (4) as restrições técnicas e, por fim, (5) a supervisão, que consiste em estar por perto, enquanto os seus filhos usam os DD.

Ainda, Venkatesh et al. (2019), com base em estudos sobre *informational systems* (IS), apresentaram, cinco comportamentos adotados pelos pais para lidar com o uso excessivo de internet por parte dos filhos, que em muito se assemelham às estratégias sugeridas por Nikken e Schols (2015) e Livingstone e Helsper (2008): 1) controlo parental, que consiste na imposição

de regras de utilização; 2) monitorização; 3) tempo não-estruturado, ou seja, momentos de liberdade, onde é requerido à criança comportamento responsável; 4) dissuasão, isto é, argumentar para que a criança não utilize a internet; e 5) racionalização, onde a criança é educada e orientada para utilização correta e responsável da internet. No entanto, este estudo refere-se a pais de crianças mais velhas (média \approx 14 anos).

Em Portugal, Ponte et al. (2019) identificaram três principais perfis de mediação parental do uso de internet por crianças de 3 a 8 anos: (1) mediadores implicados, (2) mediadores intermitentes e (3) mediadores desengajados. Os mediadores implicados são os pais que se envolvem muito nas práticas digitais dos seus filhos, recorrendo à mediação ativa, i.e., conversando frequentemente sobre a segurança online e às ferramentas técnicas para limitar o uso da internet. Relativamente aos mediadores intermitentes, estes usam a mediação ativa, mas de forma menos consistente e menos frequente, sendo que apenas intervêm nas práticas digitais dos filhos, esporadicamente. Por fim, os mediadores desengajados consistem em pais que praticamente não participam ou supervisionam o uso da internet pelas crianças, sendo que raramente conversam ou implementam regras sobre o uso da internet.

2.3.1. Estratégias de Mediação Parental em função de diversos fatores

Os estudos mostram que as estratégias de mediação parental do uso de DD pelos seus filhos não são rígidas, sendo que muitas vezes os pais as ajustam consoante determinadas circunstâncias e necessidades (Dias & Brito, 2018, 2021). Por exemplo, fatores como a idade ou género da criança, o contexto social e económico, o nível de escolaridade e a idade dos pais, ou a frequência de uso de DD (Dardanou et al., 2020; Kaya, 2020; Nikken & Schols, 2015) podem influenciar a escolha que os pais fazem para mediar o uso de DD pelos seus filhos.

Relativamente à idade das crianças, por exemplo, sabe-se que os pais de crianças mais novas tendem a recorrer mais às regras, à supervisão e ao co-uso do que pais de adolescentes ou pré-adolescentes (Livingstone & Helsper, 2008; Nikken, 2017). Além disso, Ramirez-García et al. (2023) acrescentaram que quanto mais velha é a criança, mais estratégias de mediação ativa e restrições técnicas são utilizadas. Nikken e Schols (2015) referem que pais com mais do que um filho, acabam por ter de pensar mais acerca das estratégias que vão escolher para mediar o uso de DD pelos seus filhos, por terem de considerar as suas idades.

Além disso, sabe-se também que a idade dos pais também afeta a sua prática de mediação, sendo que quanto mais novos são, menos restrições técnicas utilizam para mediar o uso de DD pelos seus filhos (Ramirez-García et al., 2023)

Outros fatores que têm sido associados à escolha das estratégias de mediação parental são o estatuto socioeconómico e o nível de escolaridade. Nos seus estudos, Papadakis et al. (2022) e Nikken e Schols (2015) encontraram diferenças significativas nas práticas de mediação entre famílias de diferentes meios socioeconómicos, demonstrando que pais com um nível de escolaridade mais elevado e com maior rendimento oferecem mais novas formas de tecnologia do que os pais com baixo rendimento, dando, desta forma, mais oportunidades aos seus filhos de adquirir competências de uso de DD. Diferentes estudos indicam que, estes pais utilizam mais estratégias de co-uso e de mediação ativa (Gözüm & Kandır, 2021; Livingstone et al., 2015; Papadakis et al., 2022). Por outro lado, os pais com menor nível de escolaridade e rendimento económico recorrem mais às restrições técnicas e à mediação restritiva (Nikken & Jansz, 2014; Nikken, 2022).

As práticas de mediação parental em relação ao uso de DD podem também ser influenciadas pelo género das crianças que usam os dispositivos. Nikken (2022) observou que os pais de raparigas têm mais tendência para usar estratégias de mediação ativa e co-uso, enquanto para os rapazes, recorrem mais a restrições técnicas. No entanto, nem todos os autores encontraram estas relações. Papadakis et al. (2022) não descobriram diferenças significativas entre a mediação do uso de DD por rapazes e raparigas.

2.4. Perceções e estratégias de mediação parentais do uso de dispositivos digitais

Nos últimos anos tem-se observado um número crescente de estudos que têm como objetivo compreender se existe uma relação entre as perceções dos pais e as estratégias a que recorrem para mediar o uso de DD (Dias et al., 2016; Nikken & Schols, 2015; Ponte et al., 2019).

Diferentes estudos têm mostrado que pais com perceções maioritariamente positivas sobre o uso de DD, isto é, que os consideram benéficos para a educação, para o desenvolvimento de competências sociais ou cognitivas, bem como para o aumento da coordenação motora, por exemplo, tendem a adotar estratégias de mediação mais permissivas, tendo maior probabilidade de incentivar as atividades digitais e a usar os DD em conjunto com as crianças (co-uso), participando ativamente nessas atividades (Nikken & Jansz, 2006; Dias et al., 2016). Por outro

lado, os pais com percepções mais negativas, ou seja, que veem maioritariamente os riscos do uso de DD para a saúde, ou para o desenvolvimento social e emocional, recorrem muito a estratégias de mediação restritiva (definindo lugares e tempo de uso) para mediar o uso que os seus filhos fazem destes dispositivos (Dias et al., 2016; Ponte, et al., 2019; Nikken, 2017). Estes pais utilizam mais restrições técnicas, de modo a poderem controlar melhor o que os seus filhos têm acesso, por exemplo, limitando sites ou tempo de ecrã e estratégias de mediação ativa (Nikken, 2017).

Nikken e Schols (2015) no seu estudo já referido anteriormente, também compararam as percepções dos pais sobre o uso de DD pelos seus filhos e as estratégias que usam para mediar esse uso. A principal conclusão a que chegaram é que os pais não consideram apenas os riscos e os benefícios dos DD, mas também o facto de o uso de DD facilitar a vida das famílias, através do entretenimento das crianças e ajuda na educação, por exemplo. Além disso, observaram que apesar de as percepções dos pais nem sempre estarem diretamente associadas ao tempo que as crianças usam os DD, essas percepções têm um impacto na frequência de uso e no tipo de mediação parental utilizada. Os principais resultados obtidos vão na linha dos resultados de Dias et al. (2016) e Nikken (2017) e mostram que, quando os pais se focam nos efeitos negativos dos DD, reforçando os seus riscos, utilizam estratégias de mediação restritivas e, por outro lado, quando destacam os efeitos positivos do uso de DD, vendo os seus benefícios, acabam por ser mais permissivos. Além disso, quando os pais veem os dispositivos como demasiado complicados para os seus filhos, acabam por utilizar mais práticas de mediação ativa e restrições técnicas, ao passo que, quando veem os DD como *babysitters*, têm tendência para ser mais restritivos, limitando mais o tempo de uso e o conteúdo.

Também em Portugal, Ponte et al. (2019) corroboraram esta ideia de Nikken e Schols (2015), referindo que os pais que reconhecem tanto os riscos como os benefícios do uso de internet procuram adotar uma prática de mediação mais ativa e capacitante e, por outro lado, os pais mais preocupados com os riscos da internet têm maior probabilidade de usar restrições técnicas para limitar o seu acesso, mesmo não estando tão envolvidos no acompanhamento diário (mediadores desengajados). Além disso, os pais com visões mais negativas tendem a não ser consistentes com as suas práticas ou até a não intervir.

2.5. Percepções, Estratégias de Mediação Parentais e Frequência do Uso de Dispositivos Digitais

A frequência com que os pais utilizam os DD é também uma variável a considerar. De acordo com diferentes estudos, esta variável está relacionada com as estratégias de mediação, as percepções parentais e com a frequência de uso dos DD pelas crianças. Embora os dados sejam pouco conclusivos a este respeito.

Por exemplo, Brito (2018) demonstrou que pais que utilizam os DD frequentemente têm maior probabilidade de ter percepções mais positivas sobre o seu uso e, por isso, mostram-se mais disponíveis para ensinar, utilizando-os com os seus filhos (co-uso). Adicionalmente, também Lee et al. (2022) e Nikken e Schols (2015) referiram que estes pais tendem a ver os DD como benéficos e, por isso, adotam práticas de mediação menos restritivas e mais mediação ativa. Pelo contrário, Brito e Dias (2017) defendem que é mais provável os pais que usam os DD com maior frequência recorram a práticas mais restritivas para mediar o uso de DD pelos seus filhos. Além disso, num outro estudo, realizado nos Estados Unidos com pais de crianças com idades entre os 6 meses e os 5 anos, Cingel e Krcmar (2013) verificaram que percepções parentais positivas sobre o uso de DD são preditores de uma maior frequência de uso de DD pelas crianças. No entanto, esta relação não foi observada com as percepções negativas, uma vez que não se relacionavam com uma diminuição do uso de DD pelas crianças.

Relativamente ao uso de DD pelos pais, existe também literatura que relaciona esta variável com o uso de DD pelos filhos. Poulain et al. (2019) mediram a frequência (tempo diário) de uso de DD (TV, videojogos, computadores e telemóveis) por crianças entre os 2 e os 9 anos e pelas suas mães. Os resultados do estudo demonstraram que existe uma associação significativa entre o tempo de ecrã das crianças e das suas mães. Além disso, Lee et al. (2022) corroboraram esta ideia, demonstrando que quanto mais tempo os pais usam os DD, mais tempo os seus filhos o fazem. Ainda, Paulus et al. (2024), num estudo com crianças entre os 0 e os 4 anos, apresentaram uma relação positiva entre a frequência de uso de DD pelas mães e o tempo de uso dos mesmos pelos seus filhos.

III. PROBLEMÁTICA

Com a grande evolução dos DD nas últimas décadas e pelo facto de cada vez mais, serem acessíveis a todos, esta temática tem sido muito abordada na literatura, onde se têm realçado os seus benefícios e riscos para as diferentes faixas etárias e contextos diversificados (Mantilla & Edwards, 2019).

Por um lado, um conjunto de estudos tem mostrado que o uso de DD promove diversas áreas de desenvolvimento das crianças, como a aprendizagem, a linguagem, ou a criatividade (Chakraborty, 2022; Radesky et al., 2014; Žulec et al., 2022), permitindo ainda o rápido acesso à informação (Sigerson, 2017), melhoria de capacidades motoras (Chaudron et al., 2015) e à presença de emoções positivas, como a felicidade, em pessoas que os utilizam (Almuaigel et al., 2021).

Por outro lado, estudos demonstraram também que o uso excessivo de DD pode ter impacto na qualidade e no tempo de sono (Domoff et al., 2019a; Vijakkhana et al., 2015), estando também associado a obesidade infantil (Yadav & Chakraborty, 2022) e a outros problemas de saúde física, como dor, ou alterações de visão (Žulec et al., 2022). Foram ainda descritas várias implicações a nível psicológico, como depressão, ansiedade e dependência dos DD, em crianças mais velhas (a partir dos 9 anos) (Yadav & Chakraborty, 2022). Por fim, outros perigos apontados na literatura são a exposição a conteúdo inadequado e impróprio bem como, ao *cyberbullying* (Guram & Heinz, 2017; Žulec, 2022).

Considerando os riscos e benefícios mencionados, cada vez mais tem sido um foco dos estudos perceber qual a perspetiva dos pais sobre o uso DD, bem como de que forma é que o medeiam. Chaudron et al. (2015), num inquérito europeu, descreveram as perceções dos pais sobre o uso de DD pelos seus filhos de 6 e 7 anos e concluíram que os estes identificam mais facilmente os desafios, do que as vantagens, olhando para os DD como positivos, mas reconhecendo que este uso exige muito controlo e regulação. Já Nikken e Schols (2015) agruparam as principais perceções dos pais sobre o uso de DD pelos seus filhos e definiram 4 dimensões: (1) efeitos negativos dos DD; (2) efeitos positivos; (3) função de *babysitter* dos DD (4) dificuldade do uso destes dispositivos.

A gestão do uso dos DD tem sido descrita como das mais desafiantes na educação das crianças mais pequenas (McDaniel & Radesky, 2018; Nikken & Oprea 2018; Ponte et al., 2018), por isso, nos últimos anos, têm sido realizados diversos estudos com o objetivo de perceber de

que forma é que os pais medeiam o uso que os seus filhos fazem dos DD. Nestas investigações foram definidos diferentes tipos de mediação parental (Livingstone & Helsper, 2015; Nikken, 2018; Ponte et al., 2018; Zoman et al., 2018), sendo que Nikken e Schols (2015) se destacaram pela sua conceptualização: (1) mediação ativa, (2) restritiva, (3) co-uso, (4) supervisão, e (5) restrições técnicas. Além de outros fatores que podem influenciar a escolha da estratégia de mediação parental, como a idade das crianças, o estatuto socioeconómico ou nível de escolaridade, por exemplo (Chaudron et al., 2015; Nikken. 2018, 2022; Nikken & Schols, 2015; Zoman et al., 2018), Nikken e Schols (2015) mostraram também a relação entre a mediação parental e as perceções dos pais sobre o uso de DD.

No que se refere ao contexto português, as estatísticas mais atuais revelam que as crianças, são, cada vez mais cedo, expostas a diferentes dispositivos (*tablets, smartphones, televisão, entre outros*), passando mais tempo do que o recomendado a utilizá-los (Rodrigues et al., 2020). Em 2014, a percentagem de agregados domésticos privados com ligação à internet era de 64,9%, valor que tem vindo a aumentar na última década e, em 2023, passou a 89% (PORDATA & INE, 2023), fazendo cada vez mais parte da vida das crianças. Assim, neste contexto, foram realizados diversos estudos, onde se descreveram as famílias portuguesas da atualidade e a forma como lidam com os dispositivos digitais (Ponte et al., 2018, 2019), se relacionaram as perceções com as práticas de mediação parentais relativamente ao uso de dispositivos táteis (Dias & Brito, 2021), bem como se percebeu a sua utilização em contexto educacional (Brito et al., 2021; Patrão et al., 2020). No entanto, continua a ser escassa a literatura quantitativa sobre o uso de DD, destinada à faixa etária mencionada para o presente estudo, isto é, a maioria das investigações encontradas refere-se a crianças mais velhas (Patrão et al., 2020), ou estuda intervalos de idades mais abrangentes (0-8 anos; Dias & Brito, 2017; Ponte et al., 2018), muitas vezes de forma exclusivamente qualitativa (Brito & Dias, 2021, 2017).

Deste modo, o presente estudo pretende completar esta lacuna, procurando descrever e relacionar as perceções dos pais sobre o uso dos DD com as práticas a que recorrem para mediar a utilização dos DD pelos seus filhos em idade pré-escolar, numa amostra de pais portugueses, através de uma abordagem quantitativa. Para isso, serão considerados os seguintes objetivos:

Objetivo 1- Estudar as perceções dos pais em relação à utilização que os seus filhos em idade pré-escolar fazem dos dispositivos digitais, as estratégias a que recorrem para mediar esse uso e a frequência com que, quer os pais, quer as crianças, utilizam esses dispositivos.

Q1- Que percepções é que os pais têm em relação à utilização que os seus filhos fazem dos dispositivos digitais?

Q2- Quais são as estratégias de mediação do uso de dispositivos digitais a que os pais recorrem?

Q3- Qual a frequência de uso de dispositivos digitais, quer dos pais, quer das crianças?

Objetivo 2 – Analisar as relações entre as percepções dos pais, as estratégias de mediação parental e a frequência de utilização de dispositivos digitais.

Q4- Qual a relação entre as percepções dos pais e estratégias de mediação parental em relação ao uso de DD?

Q5- Qual a relação entre as percepções dos pais e a frequência de uso de DD dos pais e das crianças?

Q6- Qual a relação entre estratégias de mediação parental e a frequência de uso de DD dos pais e das crianças?

Q7- Qual a relação entre a frequência de uso dos DD pelos pais e a frequência de uso dos DD pelos filhos?

IV. MÉTODO

4.1. Delineamento do estudo

O presente estudo segue uma metodologia transversal (recolhe os dados num determinado momento) e quantitativa (avalia as percepções dos pais e estratégias de mediação do uso dos DDs através de resultados numéricos obtidos a partir das respostas dadas aos questionários aplicados). Uma das vantagens desta metodologia transversal quantitativa é a de fornecer a informação em pouco tempo e permitir medir as percepções e as práticas correntes (Creswell, 2012).

Para alcançar os objetivos do estudo, será realizada uma investigação por inquérito. As percepções e as práticas dos pais relativamente à utilização que os seus filhos fazem dos DD, foram obtidas através de um questionário online. Este tipo de metodologia é muito utilizado em educação e consiste na aplicação de um questionário quantitativo a uma determinada amostra ou população, com o objetivo de descrever as suas opiniões, atitudes, características ou comportamentos (Creswell, 2012).

O primeiro objetivo tem uma natureza descritiva, assentando na análise das médias das respostas obtidas para as variáveis em estudo. O segundo objetivo será estudado através de uma abordagem correlacional, que permitirá perceber se existem relações entre as variáveis apresentadas (percepções dos pais sobre o uso de DD, mediação parental dos DD e frequência de uso dos mesmos), medindo o grau de associação entre elas.

4.2. Participantes

Participaram neste estudo, 232 pais (36 pais e 196 mães) de crianças entre os 3 e os 6 anos, com idades compreendidas entre os 20 e os 60 anos ($M=38.2$; $DP=5.42$). De um total de 388 participantes, foram eliminados 156 por não responderem completamente a pelo menos um dos instrumentos. Os participantes foram obtidos por método bola de neve, através da partilha do link do questionário pelas redes sociais, como o *WhatsApp*, *Instagram*, *Facebook* e *E-mail*.

Relativamente às habilitações literárias, 202 (89.9%) participantes têm o ensino superior (42.2% licenciatura, 40.1% mestrado e 4.7% doutoramento), 28 (12.1%) o ensino secundário e as restantes, o ensino básico (0.9%). No que diz respeito à região de residência, 68.5% dos participantes reside na área da Grande Lisboa, 14.7% na Península de Setúbal e, o restante (16.8%) proveniente de outras regiões do país. Em relação ao número de filhos em idade pré-escolar, 176 pais têm apenas um filho em idade pré-escolar (76.5%), 45 (19.6%), têm 2 filhos e 9 (3.9%) têm 3 ou mais filhos.

4.3. Instrumento (Anexo 1)

Percepções dos Pais em relação ao uso de DD pelos seus filhos

A avaliação das percepções dos pais sobre o uso de DD pelos seus filhos foi feita a partir de uma adaptação do questionário desenvolvido por Nikken e Schols (2015).

O questionário original é constituído por 24 itens (afirmações sobre os dispositivos digitais), que avaliam 4 dimensões: (1) *efeitos positivos dos dispositivos digitais* (11 itens; ex. “O o/a meu/minha filho/a pode aprender muitas coisas novas ao usar dispositivos digitais.”), (2) *dispositivos digitais funcionam como chuchas/babysitters* (4 itens; ex. “Quando o/a meu/minha filho/a usa os dispositivos digitais é-me dado um momento de descanso.”), (3) *efeitos negativos dos dispositivos digitais* (7 itens; ex. “Através dos dispositivos digitais, o/a meu/minha filho/a pode ter contacto com pessoas erradas.”) e, por fim, (4) *os dispositivos*

digitais são demasiado complicados (2 itens; ex. “os dispositivos não correspondem aos interesses do meu/minha filho/a.”, “os dispositivos digitais são muito complicados para o/a meu/minha filho/a.”). Para cada uma das afirmações é pedido ao participante para, de acordo com uma escala de likert (1= discordo completamente; 2= discordo; 3= não concordo nem discordo; 4= concordo; 5= concordo completamente), indique o seu grau de concordância com a mesma.

Os scores obtidos neste questionário são calculados através da média de cada dimensão, que pode variar entre 1 e 5. Isto é, o valor total obtido em cada dimensão é dividido pelo número de itens e para analisar os resultados, estes são comparados com o ponto médio da escala (3) – quanto mais a média se aproxima de 5, maior o nível de concordância que os pais tem sobre cada uma das dimensões.

Uma vez que as dimensões do questionário original eram compostas por um número reduzido de itens, foram criados e adicionados 8 novos itens – 1 item à dimensão *efeitos positivos dos DD*, 5 itens à dimensão *dispositivos digitais funcionam como babysitters* e 2 itens à dimensão *os dispositivos digitais são demasiado complicados*. Estes foram baseados em estudos anteriores, como Radesky et al. (2016), Kabali et al. (2015), Nikken e Jansz (2014).

Além disso, foram removidos 2 itens à primeira dimensão, por serem desadequados à faixa etária (“Os dispositivos digitais são úteis para o/a meu/minha filho/filha, porque pode usá-los para procurar informação.” e “Graças aos dispositivos digitais o/a meu/minha filho/filha aprende a ver as diferenças entre a informação boa e má na internet.”). Esta decisão foi tomada com o parecer de duas especialistas e a autora deste trabalho.

Uma vez que não existia uma versão portuguesa do questionário, este foi traduzido para português, seguindo os passos recomendados para este procedimento (Domino & Domino, 2006). O instrumento foi traduzido para português e, de seguida, traduzido novamente para a língua original, neste caso, inglês, por duas pessoas independentes. De seguida, foi necessário avaliar o nível de concordância entre a retroversão e a versão original. Quando foi necessário fazer ajustes finais, estes foram feitos pelo autor deste trabalho e postos à consideração dos seus orientadores, para aprovação final. Neste processo, foi ainda necessário adaptar a estrutura frásica de 3 itens da dimensão *dispositivos digitais funcionam como babysitters* e 4 itens da dimensão *efeitos negativos dos dispositivos digitais* para uniformizar a escala e facilitar a tomada de posição (e.g. “O uso dos dispositivos digitais pelo meu filho dá-me um momento de descanso.” em vez de “quando /a meu/minha filho(a) usa dispositivos digitais, é-me dado um

momento de descanso”). Em anexo, encontra-se uma tabela de tradução e adaptação do instrumento (**anexo 1**)

Estratégias de Mediação Parental do uso de DD pelos filhos

As estratégias de mediação a que os pais recorrem para gerir o uso de DD pelos seus filhos foram avaliadas a partir do questionário também desenvolvido por Nikken e Schols (2015) e adaptado para o presente estudo. O questionário original é composto por 17 itens, que descrevem comportamentos dos pais, sobre a forma como medeiam o uso dos DD pelos seus filhos que se dividem em 5 dimensões: (1) *mediação ativa*, que consiste em conversar sobre o que a criança faz nos DD (5 itens; ex. “Explicar ao/à seu/sua filho/filha como pode utilizar os meios digitais”), (2) *mediação restritiva*, onde os pais definem regras de utilização dos DD, limitando o tempo ou o conteúdo (3 itens; ex. “Dizer ao/à seu/sua filho/filha para parar quando achar que ele está no computador, tablet ou smartphone há tempo suficiente”), (3) *co-uso*, ou seja, os pais usarem os DD com os seus filhos (4 itens; ex. “Utilizar os dispositivos digitais em conjunto com o o/a seu/sua filho/filha, porque acha que isso é importante”), (4) *supervisão*, que consiste e estar por perto quando os filhos usam os DD (2 itens; ex. “Vigiar o/a seu/sua filho/filha quando este utiliza dispositivos digitais”) e (5) *restrições técnicas*, onde os pais recorrem às ferramentas dos DD para limitar o que os seus filhos têm acesso (3 itens; ex. “Utilizar filtros para garantir que o/a seu/sua filho/filha pode visitar apenas *websites* seguros”). Para cada um dos itens é pedido ao participante para de acordo com uma escala de 1 a 5 (1 – “Nunca” 5 – “Quase sempre/sempre”), indique a frequência com que põe em prática cada um dos comportamentos (estratégias de mediação) descritos.

À semelhança do questionário mencionado anteriormente, as dimensões do questionário original das estratégias de mediação parental do uso de DD também contêm poucos itens e, por isso, foram criados e acrescentados 11 novos itens – 3 à dimensão de *Mediação Ativa*, 2 à dimensão *Mediação Restritiva*, 1 item à dimensão *Co-uso*, 2 itens à dimensão *Supervisão* e, por fim, 3 à dimensão *Restrições Técnicas*. Além disso, foi necessário inverter um item da dimensão *mediação restritiva* (“Impedir que o/a seu/sua filho/filha visite um novo site, use uma aplicação ou jogo que este/a escolheu por ele/a mesmo/a, por considerar divertido.” em vez de “Permitir que o/a seu/sua filho/filha visite um novo site, use uma aplicação ou jogo que este/a escolheu por ele/a mesmo/a, por considerar divertido.”), para que quanto maior fosse a pontuação, maior a mediação restritiva. Os itens adicionados foram baseados em estudos anteriores, como Radesky et al. (2016), Kabali et al. (2015), Nikken e Jansz (2014).

Tal como no questionário das percepções, não existia uma versão portuguesa do questionário, por isso, este foi traduzido para português, seguindo os passos por Domino e Domino (2006). Em primeiro lugar, o questionário foi traduzido para português e, de seguida, foi novamente traduzido para a língua original, inglês, por duas pessoas independentes. Por fim, foi avaliado o nível de concordância entre a retroversão e a versão original e, quando necessário foram feitos ajustes pela autora deste trabalho e as suas orientadoras. Em anexo, encontra-se uma tabela de tradução e adaptação do instrumento (ver **anexo 2** para versão original dos itens, tradução e versão final dos itens).

O questionário final ficou com 27 itens. Relativamente à cotação, os scores passaram a variar entre: 5 e 25 pontos, na subescala *Mediação Ativa*; 4 e 20 pontos na subescala *Mediação Restritiva*; 5 e 25 pontos na subescala *Co-uso*; 4 e 20 na subescala *Supervisão* e, por fim, 6 e 30 pontos na subescala *Restrições Técnicas*.

Frequência de Uso:

A Frequência de Uso foi definida, para este estudo, em horas diárias. Deste modo, esta foi avaliada através das questões “*Quantas horas, em média, por dia, fora do seu horário de trabalho, costuma utilizar dispositivos digitais (smartphone, tablet, computador)?*” e “*Quantas horas, em média, por dia, o/a seu/sua filho(a) costuma utilizar dispositivos digitais (smartphone, tablet, computador)?*” com 4 categorias de resposta: (1) Menos de 1 hora diária, (2) Entre 1 e 2 horas diárias, (3) Entre 2 e 3 horas diárias, (4) Mais de 3 horas diárias. Aos participantes foi pedido para assinalar a categoria correspondente à sua prática. O mesmo era pedido em relação à frequência de utilização dos filhos dos participantes.

V. ANÁLISE DE RESULTADOS

5.1. Validade do Instrumento

5.1.1. Qualidades psicométricas do questionário das percepções parentais sobre o uso de DD pelos filhos

Para avaliar estatisticamente a estrutura do instrumento foi realizada uma análise fatorial confirmatória, utilizando o software JAMOVI versão 2.5 (The Jamovi Project, 2024). Foram avaliados os 30 itens divididos em 4 dimensões. A dimensão “*DD são demasiado complicados*” foi eliminada, por apresentar baixos pesos fatoriais e um valor muito baixo de consistência interna ($\alpha=.494$; $\omega=.494$). Além disso, foram também eliminados os itens 13 e 19 da dimensão “*DD são como babysitters*” e os itens 21, 22, 25 e 26 da dimensão “*Efeitos Negativos dos DD*”,

por apresentarem baixos pesos fatoriais ou índices de modificação elevados em diversas dimensões.

Relativamente ao ajustamento do modelo, foram calculados o *Comparative Fix Index* (CFI) e o *Tucker-Lewis Index* (TLI) e obtiveram-se valores acima de 0.90 (CFI=0.949; TLI=0.940), que refletem um ajustamento adequado ao modelo (Marôco, 2018). Além disso, foram também considerados os valores do *Standardized Root Mean Square* (SRMR) e *Root Mean Square Error of Aproximation* (RMSEA), que se apresentaram menores do que 0.08 (SRMR=0.068) e 0.07 (RMSEA=0.049), respetivamente, sendo estes valores também sugestivos de um modelo ajustado, quando considerados em simultâneo com os outros parâmetros apresentados (Marôco, 2018).

Depois de eliminados os itens que não apresentavam propriedades psicométricas adequadas, a consistência interna das dimensões *Efeitos Positivos dos DD* ($\alpha=.869$, $\omega=.877$) e *DD são como babysitters* ($\alpha=.858$; $\omega=.860$) foi superior a 0.8, indicando uma consistência interna muito boa. Já a dimensão *Efeitos Negativos dos DD* ($\alpha=.756$; $\omega=.760$), apresentou valores de consistência interna considerados aceitáveis (Marôco, 2018). (ver **anexo 3**, para versão final do questionário usado para as análises seguintes)

5.1.2. Qualidades psicométricas do questionário de mediação parental do uso de DD pelos filhos

Para avaliar estatisticamente a estrutura do questionário da mediação parental foi realizada uma análise fatorial confirmatória, utilizando o software JAMOOVI versão 2.5 (The Jamovi Project, 2024). Apenas um item da dimensão “*Mediação Ativa*” foi removido (“Falar com o/a seu/sua filho(a) sobre aplicações, jogos ou websites agradáveis ou interessantes.”), por apresentar valores dos índices de modificação elevados. Assim, os índices de ajustamento do modelo foram calculados e, tanto o CFI, como o TLI apresentaram valores acima de 0.90 (CFI=0.932; TLI=0.923), bem como o SRMR e o RMSEA valores abaixo de 0.08 e 0.07, respetivamente (SRMR= 0.069; RMSEA= 0.057). Relativamente à consistência interna das dimensões, todas apresentaram valores acima de 0.8 (que sugere um nível de consistência interna muito bom), à exceção da dimensão “*Mediação Restritiva*” ($\alpha=.776$ e $\omega=.788$) que apresentou um valor de consistência interna aceitável, i.e., entre 0.7 e 0.8 (Marôco, 2018) (ver anexo 4, para versão final do questionário usado para as análises seguintes).

5.2. Questão de investigação 1: Que percepções é que os pais têm em relação à utilização que os seus filhos fazem dos dispositivos digitais?

Considerando o ponto médio da escala de resposta (3), é possível perceber que, em média, os pais percecionam mais os efeitos negativos dos DD ($M=4.27$; $DP=0.71$), do que os restantes tipos de percepções. Tanto nas dimensões *DD são como Babysitters*, como *Efeitos Positivos dos DD*, o valor médio das respostas encontra-se abaixo do ponto médio ($M=2.4$; $DP=0.89$ e $M=2.65$; $DP=0.77$, respetivamente), como é possível observar na tabela 1.

Tabela 1

Estatística Descritiva: Percepções Parentais sobre o uso de DD pelos filhos

	N	M*	DP	Min	Max
Efeitos Positivos dos DD	232	2.65	0.772	1.00	4.40
Efeitos Negativos dos DD	231	4.27	0.708	2.00	5.00
DD como <i>Babysitters</i>	232	2.40	0.888	1.00	4.43

*Nota. Os valores podem variar de 1 a 5 e o ponto médio da escala é 3.

5.3. Questão de investigação 2: Quais são as estratégias de mediação da utilização de dispositivos digitais a que os pais recorrem?

Relativamente às estratégias de mediação do uso DD, as médias da Mediação Restritiva ($M=3.94$; $DP=0.97$) e da Supervisão ($M=3.99$; $DP=1.00$) encontram-se acima do valor médio e, por isso, são os tipos de estratégias mais escolhidos pelos pais para mediar o uso de DD pelos seus filhos. Em contraste, o Co-uso é o menos escolhido ($M=2.58$; $DP=0.85$), uma vez que o score médio se encontra abaixo de 3. Os restantes tipos de mediação – Mediação Ativa ($M=2.96$; $DP=0.97$) e Restrições Técnicas ($M=2.95$; $DP=1.44$) – apresentam um valor muito próximo do ponto médio, sugerindo um uso moderado destas estratégias (Tabela 2).

Tabela 2*Estatística Descritiva: Estratégias de Mediação do uso de DD pelos filhos*

	N	M*	DP	Min	Max
Mediação Ativa	142	2.96	0.967	1.00	5.00
Mediação Restritiva	142	3.94	1.005	1.00	5.00
Co-uso	145	2.58	0.849	1.00	4.40
Supervisão	145	3.99	0.996	1.00	5.00
Restrições Técnicas	141	2.95	1.437	1.00	5.00

*Nota. Os valores podem variar de 1 a 5 e o ponto médio da escala é 3.

5.4. Questão de investigação 3: Qual a frequência de uso de dispositivos digitais, quer dos pais, quer das crianças?

No que diz respeito à frequência de uso dos DD pelos pais, 48.7% passa 1 a 2 horas diárias a utilizá-los, 29.7% menos de 1 hora, 14.2%, entre 2 e 3 horas e, por fim, 7.3%, mais de 3 horas diárias. Relativamente aos filhos, 80.4% utiliza os DD menos de 1 hora por dia, 17.2% das crianças utiliza os DD entre 1 a 2 horas por dia, 1.2%, 2 a 3 horas e, por fim, 1.2% mais de 3 horas por dia (tabela 3).

Tabela 3*Frequência de uso de DD*

	% Pais	% Filhos
Menos de 1 hora diária	29.7%	80.4%
Entre 1 e 2 horas diárias	48.7%	17.2%
Entre 2 e 3 horas diárias	14.2%	1.2%
Mais de e horas diárias	7.3%	1.2%

5.5. Questão 4: Qual a relação entre as perceções e as estratégias de mediação parentais do uso de dispositivos digitais?

Como é possível observar na tabela 4, existem correlações significativas entre a dimensão *Efeitos Positivos dos DD* e todos os tipos de estratégias de mediação, no entanto, as que mais se destacam, por serem correlações moderadas, são as estratégias de Co-uso ($r=.401$; $p<.001$) e Mediação

ativa ($r=.315$; $p<.001$), i.e., quanto mais os pais reconhecem os efeitos positivos dos DD, mais recorrem a estratégias de Mediação Ativa e Co-uso. Não existem correlações significativas entre os outros tipos de percepções e as estratégias de mediação parental do uso de DD.

Tabela 4

Correlação entre as estratégias de Mediação Parental e as Percepções

	Efeitos Positivos DD	Efeitos Negativos DD	DD como <i>Babysitters</i>
Mediação Ativa	0.315***	-0.010	-0.094
Mediação Restritiva	0.174*	0.036	-0.016
Co-uso	0.401***	-0.148	0.062
Supervisão	0.214**	-0.027	-0.148
Restrições Técnicas	0.167*	0.043	-0.092

Nota. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

5.6. Questão 5: Qual a relação entre as percepções dos pais e a frequência de uso de dispositivos digitais dos pais e das crianças?

Foi possível observar uma correlação fraca, positiva e significativa entre a dimensão *DD como Babysitters* e a Frequência de Uso de DD pelos pais ($\rho = .161$; $p < .05$). Desta forma, é possível perceber que, quanto maior a frequência de uso dos DD pelos pais, mais estes consideram os DD como uma ajuda, i.e., *babysitters*. Além disso, existe ainda uma correlação também fraca, mas significativa e positiva entre a frequência de uso de DD pelos filhos e a dimensão *Efeitos positivos dos DD* ($\rho = .178$; $p < .05$), que sugere que quanto mais os pais veem os efeitos positivos dos DD, mais os seus filhos os utilizam (Tabela 5).

Tabela 5*Correlação entre as percepções parentais e a frequência de uso dos DD pelos pais e filhos*

	Frequência de Uso de DD Pais	Frequência de Uso de DD filhos
Efeitos Positivos DD	0.125	0.178*
Efeitos Negativos DD	-0.058	-0.097
DD como <i>Babysitters</i>	0.161*	0.139

*Nota. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$*

5.7. Questão 6: Qual a relação entre estratégias de mediação parental e a frequência de uso de dispositivos digitais dos pais e das crianças?

Não existem correlações significativas entre as estratégias de mediação parentais e a frequência de uso de DD pelos pais (tabela 6). No entanto, existe uma correlação positiva, significativa, mas fraca entre a frequência de uso de DD pelas crianças e as estratégias de mediação ativa ($\rho=.240$; $p<.01$) o que significa que, quanto mais os filhos utilizam os DD, mais os pais recorrem a estratégias de mediação ativa. Adicionalmente, existe uma correlação positiva, moderada e significativa entre as estratégias de co-uso ($\rho=.319$; $p<.001$) e a frequência de uso dos DD pelos filhos. Relativamente às restantes estratégias de mediação parental, não existem correlações significativas entre estas e a frequência de uso dos DD pelos filhos.

Tabela 6*Correlação entre as estratégias de mediação parental e a frequência de uso de DD pelos pais e filhos*

	Frequência de Uso de DD Pais	Frequência de Uso de DD Filhos
Mediação Ativa	-0.087	0.240**
Mediação Restritiva	-0.054	-0.049
Co-uso	-0.011	0.319***
Supervisão	0.026	-0.044
Restrições Técnicas	-0.029	0.074

*Nota. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$*

5.8. Questão 7: Qual a relação entre a frequência de uso dos DD pelos pais e a frequência de uso dos DD pelos filhos?

Foi possível observar uma correlação positiva, significativa, mas fraca ($\rho=.210$; $p<.01$) entre a frequência de uso de DD pelos pais e a Frequência de uso de DD pelos filhos. Isto significa que quanto mais os pais usam os DD, mais os filhos o fazem também.

5.9. Outras questões

Perante os resultados obtidos, surgiram duas novas questões: (1) Será que existe relação entre as percepções dos pais sobre o uso de DD pelos seus filhos e a exposição aos DD, i.e., se os pais permitem ou não que os seus filhos utilizem os DD?; (2) Será que existe relação entre a frequência de uso dos DD pelos pais e a exposição aos DD?

Tabela 7

Correlação entre a exposição aos DD, as percepções e a frequência de uso dos pais

	Exposição aos DD
DD Positivos	0.319**
DD Negativos	- 0.233**
DD <i>Babysitters</i>	0.355**
Frequência de uso de DD pais	0.131*

Nota. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Nos resultados obtidos, foi possível perceber que 29.7% dos participantes não permite que os seus filhos utilizem DD. Na tabela 8, é possível observar a relação entre a exposição aos DD (i.e., se os pais permitem ou não que os seus filhos utilizem DD), as percepções que os pais têm sobre o seu uso e também a frequência com que estes utilizam os DD. Desta forma, observamos que existem correlações significativas entre as percepções que os pais têm sobre o uso de DD e a exposição aos DD, assim como entre as percepções que os pais têm sobre o uso de DD e a frequência com que o fazem. Mais especificamente, existem duas correlações

positivas, moderadas e significativas entre as dimensões *DD são como babysitters* ($\rho= 0.355$; $p < .01$) e *Efeitos Positivos dos DD* ($\rho= 0.319$; $p < .01$) e a exposição aos mesmos, o que significa que quanto mais os pais percebem o uso dos DD como *babysitter* e mais reconhecem os efeitos positivos que podem advir desse uso, mais permitem que os seus filhos usem os DD. Existe ainda uma correlação fraca, negativa e significativa ($\rho= -0.233$; $p < .01$) entre a percepção de efeitos negativos e a exposição aos DD, indicando que um aumento na percepção que os pais têm dos efeitos negativos do uso de DD está associado a uma diminuição da permissão dos pais do uso de DD pelos seus filhos. Por fim, observou-se também uma correlação fraca, positiva e significativa entre as horas de uso dos pais e a permissão dada aos filhos, indicando que quanto mais os pais utilizam os DD, mais permitem que os seus filhos o façam ($\rho= 0.131$; $p < .05$).

VI. DISCUSSÃO

O presente estudo, contando com a participação de 232 pais portugueses, teve como objetivos descrever e relacionar as percepções e as estratégias de mediação parentais sobre o uso de DD pelos seus filhos em idade pré-escolar, bem como a frequência com que, tanto os pais, como as crianças, utilizam estes dispositivos. Deste modo, este estudo pretendeu responder às seguintes questões de investigação: (1) Que percepções é que os pais têm em relação à utilização que os seus filhos fazem dos DD? (2) Quais são as estratégias de mediação do uso de DD a que os pais recorrem? (3) Qual a relação entre as percepções dos pais e estratégias de mediação parental em relação ao uso de DD? (4) Qual a relação entre as percepções dos pais e a frequência de uso DD dos pais e das crianças? (5) Qual a relação entre estratégias de mediação parental e a frequência de uso dos DD dos pais e das crianças? E, por fim (6) Qual a relação entre a frequência de uso dos DD pelos pais e a frequência de uso dos DD pelos filhos?

No que diz respeito às percepções que os pais têm em relação ao uso que os seus filhos fazem dos DD, os resultados obtidos através do questionário que avalia esta variável permitiram perceber que os pais percebem mais os efeitos negativos dos DD do que os seus efeitos positivos ou a sua vertente de *babysitter*. Estes resultados são consistentes com os de Chaudron et al. (2015) que, num inquérito europeu demonstraram que os pais apresentam uma preocupação crescente sobre os riscos do uso de DD pelos seus filhos e que conseguem mais facilmente perceber os riscos do que os benefícios deste uso.

Relativamente às estratégias de mediação parental sobre o uso de DD, o presente estudo revelou que as estratégias de mediação a que os pais mais recorrem são a mediação restritiva e

a supervisão. Estes resultados corroboram estudos anteriores, onde a mediação restritiva foi identificada como a principal estratégia de mediação usada pelos pais para gerir o uso de DD pelos seus filhos (Chaudron et al., 2015; Nikken & Schols, 2015; Papadakis et al., 2022). Além disso, segundo Nikken (2017) a supervisão é uma estratégia de mediação utilizada com muita frequência pelos pais de crianças pequenas, como é o caso das crianças da presente investigação. Por fim, tal como no estudo de Livingstone e Helsper (2008), o uso de restrições técnicas foi considerado uma das estratégias menos escolhida pelos pais para mediar o uso de DD pelos filhos. Segundo Ramirez-García et al. (2023), os pais utilizam mais restrições técnicas com filhos adolescentes do que com crianças mais novas, podendo isto justificar o facto de esta estratégia de mediação ser a menos escolhida pelos pais do nosso estudo.

À semelhança dos estudos de Nikken e Schols (2015), Dias et al. (2016) e Nikken (2017), a análise das correlações realizadas no presente estudo permitiu perceber que quanto mais os pais percecionam os efeitos positivos dos DD, mais estratégias de mediação ativa, co-uso e supervisão utilizam. Além disso, foi também possível observar uma correlação positiva, embora fraca, entre as perceções dos efeitos positivos e a mediação restritiva, que pode ser justificada pelo facto de, apesar de os pais reconhecerem os benefícios dos DD, estão também conscientes dos seus riscos (Papadakis et al., 2022) e, por isso, sentem necessidade de adotar medidas mais restritivas para tentar evitá-los (Nikken, 2017). Outra possível justificação é os pais considerarem que os DD podem ter efeitos positivos se forem usados de forma regulada e que as estratégias restritivas (e.g., restringir tempo de uso) são suficientes para impedir os efeitos negativos, por isso, estudos futuros poderão explorar esta possibilidade.

Contrariamente ao que tem sido descrito na literatura, não se encontraram correlações significativas entre as outras perceções (*efeitos negativos dos DD e DD como babysitters*) e as estratégias de mediação parental do uso de DD pelos filhos. Segundo estudos anteriores, seria de esperar que os pais com maior perceção dos efeitos negativos recorressem a mais estratégias de mediação restritiva ou restrições técnicas (Dias et al., 2016; Ponte, et al., 2019; Nikken, 2017). Porém, no presente estudo, esses resultados não foram observados. Uma possibilidade para esta ausência de correlação significativa poderá ser o facto de os pais que não expõe os filhos a DD não terem respondido ao questionário da mediação parental. Estes pais são os mais restritivos e, por isso, se tivessem respondido ao questionário das estratégias, poder-se-ia ter observado esta correlação. Contudo, o facto de neste estudo ter sido seguida esta metodologia, permitiu compreender que, possivelmente a relação entre as perceções negativas e as estratégias

restritivas não é sempre linear, tal como foi referido por (Dias & Brito, 2018, 2021). Por exemplo, pode ser que para alguns pais, apesar de terem representações negativas do uso dos DD e quererem ser mais restritivos, podem não conseguir colocar em prática essas estratégias por não se sentirem capazes de o fazer, por estarem muitas horas ausentes ou por estarem em estados psicológicos de menor bem-estar (e.g., sentimentos de depressão, *burnout*). Estudos futuros poderão investigar esta possibilidade.

As análises dos resultados permitiram perceber também que quanto mais os pais percecionam os efeitos positivos dos DD, maior a frequência de uso dos DD pelos seus filhos, corroborando o estudo de Cingel e Krcmar (2013). No entanto, esta correlação não se observou com a frequência de uso de DD pelos pais, divergindo assim dos resultados de Brito (2018), que observou que os pais que utilizam os DD com maior frequência, têm maior probabilidade de percecionarem os benefícios do uso de DD. Uma vez que as dimensões *Efeitos Positivos* e *Efeitos Negativos dos DD* avaliam as perceções dos pais sobre os efeitos do uso dos DD pelos filhos e não pelos pais, mesmo que os pais usem os DD com muita frequência e até os vejam como benéficos para si, não significa que os vejam como benéficos para os seus filhos.

Tal como aconteceu nos estudos de Lee et al. (2022), Nikken e Schols (2015) e Cingel e Krcmar (2013), na presente investigação, uma maior perceção parental dos efeitos negativos do uso dos DD não está associada a uma diminuição deste uso pelos filhos. Tal como referido acima, levanta-se a questão de que estes resultados podem ser explicados por variáveis de menor bem-estar psicológico dos pais (e.g., depressão ou *burnout*) que os impedem de pôr em prática as estratégias que levariam os seus filhos a usar menos os DD. Outra possível justificação são fatores como o estilo de vida destes pais, que levam a menor tempo de contacto ou disponibilidade para estar com os filhos.

Os resultados obtidos não permitiram observar correlações significativas entre as estratégias de mediação parental e a frequência de uso dos DD pelos pais, ao contrário dos resultados obtidos em estudos anteriores. Por exemplo, Brito e Dias (2017) e Brito (2018) mostraram que os pais que utilizam os DD por mais tempo, recorrem mais a estratégias de co-uso e mediação restritiva, respetivamente. Por outro lado, Nikken e Schols (2015) observaram que estes pais utilizam mais estratégias de mediação ativa. Além disso, contrariamente aos resultados obtidos por estes autores, que não conseguiram encontrar uma relação entre a frequência de uso dos DD pelos filhos e as estratégias de mediação parental, os resultados

obtidos neste estudo permitiram observar uma correlação significativa e fraca entre estas duas variáveis, indicando que, quanto mais tempo os filhos passam a utilizar os DD, mais os pais recorrem a estratégias de co-uso. Estes resultados podem sugerir que os pais do presente estudo, ao reconhecerem os efeitos negativos dos DD, recorrem a estratégias de co-uso, para de alguma forma controlarem e impedirem os riscos a que os seus filhos são expostos. Foi ainda possível observar uma correlação positiva, mas fraca, entre a frequência de uso dos DD pelos pais e pelos filhos. Estes resultados vão no sentido dos obtidos por Poulain et al. (2019) e Lee et al. (2022), que mostraram que quanto mais os pais utilizam os DD, mais os filhos o fazem também.

Durante a análise de resultados surgiram duas novas questões pertinentes para o estudo: (1) Será que existe relação entre as perceções dos pais sobre o uso de DD pelos seus filhos e a exposição aos DD?; (2) Será que existe relação entre a frequência de uso dos DD pelos pais e a exposição aos DD? No estudo de Nevski e Siibak (2016), na Estónia, com crianças de idades compreendidas entre os 0 e os 3 anos, os autores mostraram que o uso de DD pelos filhos é influenciado pela frequência de uso e pelas perceções dos pais, bem como pela idade das crianças. Foi também perguntado aos pais se permitiam que os seus filhos utilizassem DD e percebeu-se que aproximadamente metade da amostra não o permitia. Estes autores apenas consideraram para o seu estudo os pais que permitiam o uso de DD. Já no estudo de Arantes e Morais (2021) a totalidade dos participantes revelou permitir que os seus filhos utilizem DD. No presente estudo, a maioria dos participantes permite que os seus filhos utilizem DD (aproximadamente 70%), sendo encontradas correlações significativas entre os três tipos de perceções parentais sobre o uso de DD e a exposição aos DD. Estas correlações mostraram que, quanto mais os pais percecionam os DD como positivos e como *babysitters*, mais permitem que os seus filhos os utilizem. Estes dados vão ao encontro dos de Brito et al. (2017), que mostrou que, quando os pais têm perceções positivas sobre o uso de DD, permitem que os seus filhos utilizem DD diariamente. Por outro lado, os resultados da presente investigação, mostraram também que, quanto mais os pais percecionam os efeitos negativos dos DD, menos permitem o seu uso pelos seus filhos. Na literatura é referido que os pais são mais restritivos quando percecionam mais os riscos (Dias & Brito, 2018; Nikken & Schols, 2015), confirmando assim os resultados obtidos. Adicionalmente, foi também possível perceber, com o atual estudo que, o número de horas que os pais passam a usar os DD está fracamente associado à permissão que os pais dão ou não dão aos filhos para usar os usar. Além disso, os resultados indicam também que as perceções dos pais estão mais associadas à permissão dada para o uso dos DD, do que a frequência de uso dos DD pelos pais.

VII. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Como foi referido anteriormente, nos dias de hoje as crianças são cada vez mais cedo expostas a DD. Assim, é fundamental estudar esta temática para perceber que fatores podem estar relacionados com este uso e quais devem ser os focos da intervenção, por parte dos profissionais. Além disso, estudos como este permitem consciencializar os pais acerca da influência que têm na vida digital das crianças e de que forma podem contribuir positivamente para a mesma.

Embora este estudo tenha sido relevante para a temática abordada, foi possível notar algumas limitações. A principal condicionante reside sobre o tamanho reduzido da amostra e, por isso, foi necessário procurar uma possível justificação. Sabe-se que os questionários online trazem diversos benefícios para a recolha de dados, como o alcance a uma grande quantidade de pessoas, a acessibilidade, o conforto (quer para o participante, quer para o investigador) ou a privacidade e o anonimato. No entanto, este tipo de recolha de dados, pode também trazer algumas limitações. Frade (2024) apresentou algumas desvantagens dos questionários online, como a impossibilidade de esclarecimento de questões no momento da resposta; a falta de controlo sobre o contexto e a forma como é respondido o questionário; o enviesamento da amostra, i.e. muitas vezes as partilhas são feitas por conveniência, acabando por limitar os participantes a determinados meios e, por fim, apontou também como uma desvantagem, o grande desfasamento entre o número de pessoas que recebe o questionário e as que lhe respondem completamente. Neste tema, Wu et al. (2022) referiu que a taxa média estimada de respostas completas a questionários online é aproximadamente 44%. Estes dados vão de acordo com o presente estudo, onde apenas 37% das pessoas que receberam o questionário, responderam completamente.

Outra limitação do presente estudo foi não ter sido questionada a idade e o género dos filhos em idade pré-escolar, uma vez que estudos anteriores mostram que a estratégia de mediação escolhida pelos pais para gerir o uso de DD pelos seus filhos, se pode alterar com estas variáveis (Nikken & Schols, 2015; Ramirez-García et al., 2023). Desta forma, não foi possível diferenciar as estratégias de mediação consoante a idade e o género das crianças e, por isso, seria interessante em futuros estudos considerar estas variáveis.

Além disso, apesar de os estudos quantitativos permitirem fazer diferentes análises estatísticas e generalizar os resultados para a população, esta metodologia acabou por limitar as respostas dos pais a categorias pré-definidas e, por isso, pode não ter sido captada alguma

informação importante, no que diz respeito às percepções e práticas parentais. Isto é, sabendo que o tipo de mediação não é rígido (Dias & Brito, 2018, 2021), o instrumento utilizado não permitiu perceber se as estratégias que os pais utilizam mudam consoante o contexto (e.g. dias de semana, fins-de-semana, férias) em que estão, por exemplo. Assim, considerando ainda que a maioria dos estudos dentro desta temática são qualitativos e apresentam também limitações, seria interessante, em estudos futuros, recorrer a uma metodologia mista, podendo desta forma reter o melhor de cada uma destas abordagens. Ou seja, poderia ser interessante desenvolver um instrumento ou uma entrevista que se focasse em diferentes contextos, para perceber se o tipo de mediação parental varia perante diferentes situações apresentadas. Seria também interessante, em futuros estudos, estudar as percepções das crianças sobre o uso de DD, através de uma metodologia adequada às idades pré-escolares mais lúdica (e.g., captar as percepções das crianças através de histórias apresentadas em estilo jogo, através das quais se poderiam fazer perguntas às crianças).

Este estudo tem uma natureza correlacional e encontrou correlações moderadas, fracas e, por vezes ausência de correlações. Estudos futuros deverão, não só explorar novas variáveis que poderão estar mais fortemente associadas às estratégias de mediação usadas pelos pais, como também estudar o valor preditivo de cada uma dessas variáveis sobre essas práticas.

Estudos como este, são fundamentais para compreender melhor como diferentes pais lidam com o uso dos DD por parte dos seus filhos e dessa forma proporcionar uma base científica que permita desenvolver ações junto dos pais e que os ajudem a lidar com o desafio de mediar o uso dos DD pelos seus filhos. Por um lado, estudos como este, permitem consciencializar os pais para as diferentes estratégias de mediação a que recorrem e compreender que estas podem ser influenciadas por diversos fatores. Por outro lado, permitem aos profissionais reconhecer estas variáveis que podem interferir nestas questões e intervir tendo esse ponto de partida.

VIII. REFEREÊNCIAS

- Almuaigel, D., Alanazi, A., Almuaigel, M., Alshamrani, F., AlSheikh, M., Almuhana, N., Zeeshan, M., Alshurem, M., Alshammari, A., & Mansi, K. (2021). Impact of technology use on behavior and sleep scores in preschool children in Saudi Arabia. *Frontiers in Psychiatry, 12*. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.649095>
- Arantes, M. D. C., & Morais, E. (2022). Exposure and use of media device in early childhood. *Residência Pediátrica, 12*(4). <https://doi.org/10.25060/residpediatr-2022.v12n4-535>
- Bedford, R., Saez de Urabain, I. R., Cheung, C. H., Karmiloff-Smith, A., & Smith, T. J. (2016). Toddlers' fine motor milestone achievement is associated with early touchscreen scrolling. *Frontiers in Psychology, 7*, 1108.
- Bickham, D. S., Moukalled, S., & Rich, M. (2021). Young people's media use and remote schooling experiences during the COVID-19 pandemic.
- Brito, R. (2018). Estilo parental e mediação do uso de tecnologias por crianças até 6 anos. *Da Investigação às Práticas: Estudos de Natureza Educacional, 8*(2). <https://doi.org/10.25757/invep.v8i2.155>
- Brito, R., & Dias, P. (2017). Crianças até 8 anos e tecnologias digitais no lar: Os pais como modelos, protetores, supervisores e companheiros. *Observatorio (OBS), 11*(2). <https://doi.org/10.15847/obsOBS11220171072>
- Brito, R., Dias, P., Barqueira, A., & Silva, J. (2021). *A utilização de tecnologias digitais por educadores de infância e crianças que frequentam a educação pré-escolar, em Portugal*. ISEC Lisboa - Escola de Educação e Desenvolvimento Humano. <https://ISBN978-989-54813-2-3>
- Brito, R., Francisco, R., Dias, P., & Chaudron, S. (2017). Family dynamics in digital homes: The role played by parental mediation in young children's digital practices around 14 European countries. *Contemporary Family Therapy: An International Journal, 39*(4), 271–280. <https://doi.org/10.1007/s10591-017-9431-0>
- Chaudron, S., Plowman, L., Beutel, M. E., Černikova, M., Navarette, V. D., Dreier, M., Fletcher-Watson, B., Heikkilä, A.-S., Kontríková, V., Korkeamäki, R.-L., Oz, S.,

- Marsh, J., Mascheroni, G., Micheli, M., Milesi, D., Müller, K. W., Myllylä-Nygård, T., Niska, M., Olkina, O., ... Wölfling, K. (2015). *Young children (0-8) and digital technology—EU report*. Publications Office of the European Union. <https://www.research.ed.ac.uk/en/publications/young-children-0-8-and-digital-technology-eu-report>
- Cingel, D. P., & Krcmar, M. (2013). Predicting media use in very young children: The role of demographics and parent attitudes. *Communication Studies*, 64(4), 374–394. <https://doi.org/10.1080/10510974.2013.770408>
- Clark, L. S. (2011). Parental mediation theory for the digital age. *Communication Theory*, 21(4), 323–343. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2885.2011.01391.x>
- David, D., Giannini, C., Chiarelli, F., & Mohn, A. (2021). Text neck syndrome in children and adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(4). <https://doi.org/10.3390/ijerph18041565>
- Dias, P., & Brito, R. (2021). *DIGIKIDS - A utilização de tecnologias touchscreen por crianças até aos 6 anos*. Centre for Psychological, Family and Social Wellbeing (CRC-W). ISBN 978-989-54719-4-2.
- Dias, P., Brito, R., Ribbens, W., Daniela, L., Rubene, Z., Dreier, M., Gemo, M., Di Gioia, R., & Chaudron, S. (2016). The role of parents in the engagement of young children with digital technologies: Exploring tensions between rights of access and protection, from ‘Gatekeepers’ to ‘Scaffolders’. *Global Studies of Childhood*, 6(4), 414–427. <https://doi.org/10.1177/2043610616676024>
- Dienlin, T., & Johannes, N. (2020). The impact of digital technology use on adolescent well-being. *Dialogues in Clinical Neuroscience*, 22(2), 135–142. <https://doi.org/10.31887/DCNS.2020.22.2/dienlin>
- Domino, G., & Domino, M. L. (2006). Reliability and validity. In *Psychological Testing: An Introduction* (pp. 42–66). Cambridge: Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511813757>

- Domoff, S. E., Borgen, A. L., Foley, R. P., & Maffett, A. (2019b). Excessive use of mobile devices and children's physical health. *Human Behavior and Emerging Technologies*, *1*(2), 169–175. <https://doi.org/10.1002/hbe2.145>
- Domoff, S. E., Harrison, K., Gearhardt, A. N., Gentile, D. A., Lumeng, J. C., & Miller, A. L. (2019a). Development and validation of the problematic media use measure: A parent report measure of screen media “addiction” in children. *Psychology of Popular Media Culture*, *8*, 2–11.
- Dore, R. A., Shirilla, M., Hopkins, E., Collins, M., Scott, M., Schatz, J., Lawson-Adams, J., Valladares, T., Foster, L., Puttre, H., & Toub, T. S. (2019). Education in the app store: Using a mobile game to support US preschoolers' vocabulary learning. *Journal of Children and Media*, *13*(4), 452–471. <https://doi.org/10.1080/17482798.2019.1650788>
- Dube, N., Khan, K., Loehr, S., Chu, Y., & Veugelers, P. (2017). The use of entertainment and communication technologies before sleep could affect sleep and weight status: A population-based study among children. *The International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, *14*(1), 97. <https://doi.org/10.1186/s12966-017-0547-2>
- Elhai, J. D., Dvorak, R. D., Levine, J. C., & Hall, B. J. (2017). Problematic smartphone use: A conceptual overview and systematic review of relations with anxiety and depression psychopathology. *Journal of Affective Disorders*, *207*, 251–259. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2016.08.030>
- Fares, J., Fares, M., & Fares, Y. (2017). Musculoskeletal neck pain in children and adolescents: Risk factors and complications. *Surgical Neurology International*, *8*(1), 72. https://doi.org/10.4103/sni.sni_445_16
- Frade, S. (2024). Estudos online: Questionários. [Institutional Repository, ISCTE-IUL]. <https://repositorio.iscte-iul.pt/handle/10071/31859>
- Gözüm, A. İ., & Kandır, A. C. (sem data). Digital games pre-schoolers play: Parental mediation and examination of educational content | Education and Information Technologies. Obtido 7 de outubro de 2024, de <https://link.springer.com/article/10.1007/s10639-020-10382-2>

- Griffith, S. F., & Arnold, D. H. (2019). Home learning in the new mobile age: Parent–child interactions during joint play with educational apps in the US. *Journal of Children and Media, 13*(1), 1–19.
- Guram, S., & Heinz, P. (2018). Media use in children: American Academy of Pediatrics recommendations 2016. *Archives of Disease in Childhood. Education and Practice Edition, 103*(2), 99–101. <https://doi.org/10.1136/archdischild-2017-312969>
- Hoge, E., Bickham, D., & Cantor, J. (2017). Digital media, anxiety, and depression in children. *Pediatrics, 140*(Supplement_2), S76–S80. <https://doi.org/10.1542/peds.2016-1758G>
- Howie, E. K., Coenen, P., Campbell, A. C., Ranelli, S., & Straker, L. M. (2017). Head, trunk and arm posture amplitude and variation, muscle activity, sedentariness and physical activity of 3 to 5 year old children during tablet computer use compared to television watching and toy play. *Applied Ergonomics, 65*, 41–50.
- The jamovi project (2024). *jamovi*. (Version 2.6) [Computer Software]. Retrieved from <https://www.jamovi.org>.
- Lee, H., Kim, J. Y., & Kim, C. (2022). The influence of parent media use, parent attitude on media, and parenting style on children’s media use. *Children, 9*, 1–12. <https://doi.org/10.3390/children9010037>
- Livingstone, S., & Helsper, E. J. (2008). Parental mediation of children’s internet use. *Journal of Broadcasting & Electronic Media, 52*(4), 581–599. <https://doi.org/10.1080/08838150802437396>
- Livingstone, S., Mascheroni, G., Dreier, M., Chaudron, S., & Lagae, K. (2015). How parents of young children manage digital devices at home: The role of income, education and parental style.
- Mantilla, A., & Edwards, S. (2019). Digital technology use by and with young children: A systematic review for the statement on young children and digital technologies. *Australasian Journal of Early Childhood, 44*(2), 182–195. <https://doi.org/10.1177/1836939119832744>

- Marôco, J. (2018). *Análise Estatística com o SPSS Statistics: 7a edição*. ReportNumber, Lda.
- McDaniel, B. T., & Radesky, J. S. (2018). Technoference: Parent distraction with technology and associations with child behavior problems. *Child Development, 89*(1), 100–109. <https://doi.org/10.1111/cdev.12822>
- Moon, J. H., Cho, S. Y., Lim, S. M., Roh, J. H., Koh, M. S., Kim, Y. J., & Nam, E. (2019). Smart device usage in early childhood is differentially associated with fine motor and language development. *Acta Paediatrica, 108*(5), 903–910. <https://doi.org/10.1111/apa.14723>
- Nevski, E., & Siibak, A. (2016). The role of parents and parental mediation on 0–3-year olds' digital play with smart devices: Estonian parents' attitudes and practices. *Early Years, 36*(3), 227–241. <https://doi.org/10.1080/09575146.2016.1161601>
- Nikken, P. (2017). Parental mediation of media. Em P. Rössler, C. A. Hoffner, & L. Zoonen (Eds.), *The International Encyclopedia of Media Effects* (1.a ed., pp. 1–13). Wiley. <https://doi.org/10.1002/9781118783764.wbieme0204>
- Nikken, P., & Jansz, J. (2006). Parental mediation of children's videogame playing: A comparison of the reports by parents and children. *Learning, Media and Technology, 31*(2), 181–202. <https://doi.org/10.1080/17439880600756803>
- Nikken, P., & Jansz, J. (2014). Developing scales to measure parental mediation of young children's internet use. *Learning, Media and Technology, 39*(2), 250–266. <https://doi.org/10.1080/17439884.2013.782038>
- Nikken, P., & Oprea, S. J. (2018). Guiding young children's digital media use: SES-differences in mediation concerns and competence. *Journal of Child and Family Studies, 27*(6), 1844–1857. <https://doi.org/10.1007/s10826-018-1018-3>
- Nikken, P., & Schols, M. (2015). How and why parents guide the media use of young children. *Journal of Child and Family Studies, 24*(11), 3423–3435. <https://doi.org/10.1007/s10826-015-0144-4>

- Papadakis, S., Alexandraki, F., & Zaranis, N. (2022). Mobile device use among preschool-aged children in Greece. *Education and Information Technologies*, 27(2), 2717–2750. <https://doi.org/10.1007/s10639-021-10718-6>
- Patrão, I., Leandro, J., Fernando, P. A., & Leal, I. P. (2020). Missão 2050: Uso da gamificação para a promoção do comportamento online saudável. 13o Congresso Nacional de Psicologia da Saúde – Actas, 527–532.
- Paulus, F. W., Joas, J., Friedmann, A., Fuschlberger, T., Möhler, E., & Mall, V. (2024). Familial context influences media usage in 0- to 4-year old children. *Frontiers in Public Health*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1256287>
- Ponte, C., Simões, J. A., Batista, S., & Castro, T. S. (2019). Implicados, intermitentes, desengajados? Estilos de mediação de pais de crianças de 3-8 anos que usam a internet. *Sociologia, Problemas e Práticas*, 91.
- Poulain, T., Ludwig, J., Hiemisch, A., Hilbert, A., & Kiess, W. (2019). Media use of mothers, media use of children, and parent–child interaction are related to behavioral difficulties and strengths of children. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(23). <https://doi.org/10.3390/ijerph16234651>
- Radesky, J. S., & Christakis, D. A. (2016). Increased screen time: Implications for early childhood development and behavior. *Pediatric Clinics*, 63(5), 827–839.
- Radesky, J. S., Kistin, C. J., Zuckerman, B., Nitzberg, K., Gross, J., Kaplan-Sanoff, M., Augustyn, M., & Silverstein, M. (2014). Patterns of mobile device use by caregivers and children during meals in fast food restaurants. *Pediatrics*, 133(4), e843–e849. <https://doi.org/10.1542/peds.2013-3703>
- Ramírez-García, A., González-Fernández, N., & Salcines-Talledo, I. (2023). Parental mediation and use of mobile devices-smartphones and tablets-in Spanish families. *Journal of Family Issues*, 44(3), 825–849. <https://doi.org/10.1177/0192513X211055126>
- Rodrigues, D., Gama, A., Machado-Rodrigues, A. M., Nogueira, H., Silva, M.-R. G., Rosado-Marques, V., & Padez, C. (2020). Social inequalities in traditional and emerging screen

- devices among Portuguese children: A cross-sectional study. *BMC Public Health*, 20(1), 902. <https://doi.org/10.1186/s12889-020-09026-4>
- Schwarzer, C., Grafe, N., Hiemisch, A., Kiess, W., & Poulain, T. (2022). Associations of media use and early childhood development: Cross-sectional findings from the LIFE Child study. *Pediatric Research*, 91(1), 247–253. <https://doi.org/10.1038/s41390-021-01433-6>
- Sigerson, L., Li, A. Y. L., Cheung, M. W. L., & Cheng, C. (2017). Examining common information technology addictions and their relationships with non-technology-related addictions. *Computers in Human Behavior*, 75, 520–526. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.05.041>
- Valkenburg, P. M., Krmar, M., Peeters, A. L., & Marseille, N. M. (1999). Developing a scale to assess three styles of television mediation: “Instructive mediation,” “restrictive mediation,” and “social covieing”. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 43(1), 52–66. <https://doi.org/10.1080/08838159909364474>
- Venkatesh, V., Sykes, T., Chan, F. K. Y., Thong, J. Y. L., & Hu, P. J. H. (2019). Children’s internet addiction, family-to-work conflict, and job outcomes: A study of parent-child dyads (SSRN Scholarly Paper 3453726). <https://papers.ssrn.com/abstract=3453726>
- Vijakkhana, N., Wilaisakditipakorn, T., Ruedeehajorn, K., Pruksananonda, C., & Chonchaiya, W. (2015). Evening media exposure reduces night-time sleep. *Acta Paediatrica*, 104(3), 306–312. <https://doi.org/10.1111/apa.12904>
- Walter-Laager, C., Brandenburg, K., Tinguely, L., Schwarz, J., Pfiffner, M. R., & Moschner, B. (2017). Media-assisted language learning for young children: Effects of a word-learning app on the vocabulary acquisition of two-year-olds. *British Journal of Educational Technology*, 48(4), 1062–1072. <https://doi.org/10.1111/bjet.12481>
- Yadav, S., & Chakraborty, P. (2022). Child–smartphone interaction: Relevance and positive and negative implications. *Universal Access in the Information Society*, 21(3), 573–586. <https://doi.org/10.1007/s10209-021-00807-1>

Yildirim, M., & Yayan, E. H. (2023). Development study of 2–5 age technology addiction scale (TAS). *Archives of Psychiatric Nursing*, 43, 111–117.
<https://doi.org/10.1016/j.apnu.2023.01.005>

Žulec, A., Varga, V., & Štefanić, L. (2022). Children’s and parents’ perspectives on the effects of children’s digital technology use. *Interacting with Computers*, 34(3), 73–84.
<https://doi.org/10.1093/iwc/iwac035>

IX. ANEXOS

Anexo 1

Questionário Original Percepções

Original	Tradução	Retroversão	Versão Final
Parental Attitudes	Atitudes dos Pais	Parental Attitudes	Percepções dos Pais
<p>To what extent do you agree or disagree on the following statements concerning your child and digital media, such as (game) computers, mobile phones, iPads, laptops, PC's etc.?</p> <p><i>completely disagree, disagree, do not agree nor disagree, agree, fully agree</i></p>	<p>Até que ponto concorda ou discorda das seguintes afirmações relativas ao/à seu/ sua filho/ filha e aos dispositivos digitais, como computadores (de jogo), telemóveis, tablets, laptops, PCs, etc.?</p> <p><i>discordo completamente, discordo, não discordo nem concordo, concordo, concordo completamente</i></p>	<p>To what extent do you agree or disagree with the following statements regarding your child and digital media such as (gaming) computers, mobile phones, iPads, laptops, PCs, etc.?</p> <p><i>Completely disagree, disagree, do not disagree nor do agree, agree, completely agree</i></p>	<p>Até que ponto concorda ou discorda das seguintes afirmações relativas ao/à seu/ sua filho/ filha e aos dispositivos digitais, como telemóveis, tablets, computadores, etc.?</p> <p><i>discordo completamente, discordo, não discordo nem concordo, concordo, concordo completamente</i></p>
Positive Media Effects	Efeitos positivos dos dispositivos digitais	Positive Effects of Media	Efeitos positivos dos dispositivos digitais
<p>1. My child can learn lots of new things by using digital media.</p>	<p>O/a meu/minha filho/filha pode aprender muitas coisas novas ao usar dispositivos digitais</p>	<p>My child can learn a lot of new things by using digital media</p>	<p>O/a meu/minha filho/filha pode aprender muitas coisas novas ao usar dispositivos digitais</p>

2. Digital media are good for his/her future development.	Os dispositivos digitais são bons para o desenvolvimento futuro do meu/minha filho/filha.	Digital media are good for his/her future development.	Os dispositivos digitais são bons para o desenvolvimento futuro do meu/minha filho/filha.
3. With digital media my child can learn to speak English	Com os dispositivos digitais, o/a meu/minha filho/o pode aprender a falar inglês.	With digital media, my child can learn to speak English.	Com os dispositivos digitais, o/a meu/minha filho/o pode aprender a falar inglês.
4. Digital media use is good for future school activities.	A utilização dos dispositivos digitais é boa para futuras atividades escolares.	The use of digital media is good for future school activities.	O uso dos dispositivos digitais é bom para futuras atividades escolares.
5. Because digital media demand active use, they are better for my child than passively watching TV	Uma vez que os dispositivos digitais exigem uso ativo, estes são melhores para o/a meu/minha filho/a do que ver televisão passivamente.	Since digital media require active use, they are better for my child than watching TV passively.	Uma vez que os dispositivos digitais exigem o uso ativo, estes são melhores para o/a meu/minha filho/a do que ver televisão passivamente.
6. Digital media are good, because my child can be in contact with others, such as family members.	Os dispositivos digitais são bons, porque o/a meu/minha filho/a pode estar em contacto com outras pessoas, como familiares	Digital media is good, because my child can be in touch with other people, such as family members	Os dispositivos digitais são bons, porque o/a meu/minha filho/a pode estar em contacto com outras pessoas, como familiares.
7. With digital media my child can be creative	Com os dispositivos digitais, o/a meu/minha filho/filha pode ser criativo/a.	With digital media, my son/daughter can be creative.	Com os dispositivos digitais, o/a meu/minha filho/filha pode ser criativo/a.

8. Thanks to digital media my child learns to see the difference between good and bad information on the internet. *	Graças aos dispositivos digitais o/a meu/minha filho/filha aprende a ver as diferenças entre a informação boa e má na internet.	Thanks to digital media, my son/daughter learns to see the differences between good and bad information on the internet.	Graças aos dispositivos digitais o/a meu/minha filho/filha aprende a ver as diferenças entre a informação boa e má na internet.
9. Digital media match very well with my child's interests.	Os dispositivos digitais respondem aos interesses do/da meu/minha filho/filha.	Digital media match very well with my son/daughter's interests.	Os dispositivos digitais correspondem aos interesses do/da meu/minha filho/filha.
10. By using digital media my child has better contacts with other members of the family (e.g., parents, brothers, sisters).	Ao utilizar os dispositivos digitais, o/a meu/minha filho/filha tem maior contacto com os outros membros da família (ex. pais, irmãos, irmãs).	By using digital media, my son/daughter has more contact with other family members (e.g. parents, brothers, sisters).	Ao utilizar os dispositivos digitais, o/a meu/minha filho/filha consegue enriquecer o contacto com os outros membros da família (ex. pais, irmãos, irmãs).
11. Digital media are useful for my child, because he/she can use them to look for information. *	Os dispositivos digitais são úteis para o/a meu/minha filho/filha, porque pode usá-los para procurar informação.	Digital media are useful for my son/ daughter, because he/she can use it to search for information.	Os dispositivos digitais são úteis para o/a meu/minha filho/filha, porque pode usá-los para procurar informação.

Nota. Itens eliminados por não se adequarem à faixa etária.

Media Function as a Pacifier	Dispositivos digitais funcionam como chuchas/babysitters.	Media Function as Soothers	Dispositivos digitais funcionam como babysitters.
12. When my child uses digital media, it offers a moment of rest for me.	Quando o/a meu/minha filho/filha usa os dispositivos digitais, é-me dado um momento de descanso.	When my child uses digital media, I can have a moment to rest.	O uso dos dispositivos digitais pelo meu filho dá-me um momento de descanso.
13. My child calms down when he/she can do something with digital media	O/A meu/minha filho/a acalma-se quando pode usar os dispositivos digitais.	My child calms down when he/she can do something using digital media.	O uso de dispositivos digitais acalma o/a meu/minha filho/filha.
14. I think that digital media are a good pastime for my child (e.g., on a trip in the car)	Eu penso que os dispositivos digitais são um bom passatempo para o/a meu/minha filho/filha (ex. numa viagem de carro).	I think the media is a good hobby for my son/daughter (e.g. on a road trip)	Os dispositivos digitais são um bom passatempo para o/a meu/minha filho/filha (ex. numa viagem de carro).
15. Digital media often are a pacifier for my child.	Os dispositivos digitais são como um babysitter para o/a meu/minha filho/filha.	Digital media is a <i>soother</i> for my son/daughter.	Os dispositivos digitais são como um babysitter para o/a meu/minha filho/filha.

Negative Media Effects	Efeitos negativos dos dispositivos digitais	Negative effects of the media	Efeitos negativos dos dispositivos digitais
16. Digital media entail the risk that my child may see or do things that are not appropriate for him/her	Os dispositivos digitais acarretam o risco de que o/a meu/minha filho/filha possa ver ou fazer coisas que não são apropriadas para ele/ela.	Digital media carries the risk of my son/daughter seeing or doing things that are not appropriate for him/her.	O uso de dispositivos digitais pelo/a meu/minha filho/filha acarreta o risco de que o/a meu/minha filho/filha possa ver ou fazer coisas que não são apropriadas para ele/ela.
17. I had rather see my child involved in other activities than using digital media.	Eu preferiria ver o/a meu/minha filho/filha envolvido em outras atividades do que a utilizar/em dispositivos digitais.	I would rather see my child involved in other activities than using digital media.	Eu prefiro ver o/a meu/minha filho/filha envolvido em outras atividades do que a utilizar os dispositivos digitais
18. My child finds it difficult to stop by itself when he/she is using the media.	O/a meu/minha filho/filha considera difícil parar por si mesmo quando utiliza os meios de comunicação.	My son/daughter finds it difficult to stop himself/herself when using digital media.	O/a meu/minha filho/filha considera difícil parar de usar os dispositivos digitais, por si mesmo.
19. By using digital media my child may be too world-wise too early.	Ao utilizar os dispositivos digitais o/a meu/minha filho/filha pode conhecer muito, demasiado cedo.	By using digital media, my child may know too much, too soon.	O uso de dispositivos digitais por parte do meu filho pode dar-lhe a conhecer muitas coisas demasiado cedo.

20. By means of digital media my child may have contacts with wrong persons.	Através dos dispositivos digitais, o/a meu/minha filho/filha pode ter contacto com pessoas erradas.	Through digital media, my son/daughter may get in touch with the wrong people.	O uso de dispositivos digitais pelo/a meu/minha filho/filha pode pô-lo/a em contacto com as pessoas erradas.
21. By means of digital media my child can easily make an inappropriate purchase or an unintended subscription.	Através dos dispositivos digitais o/a meu/minha filho/filha pode realizar uma compra inapropriada ou uma subscrição não intencional.	Through digital media, my child may make an inappropriate purchase or an unintentional subscription.	O/a meu/minha filho/filha pode fazer uma compra ou subscrição não intencionais, quando usa os dispositivos digitais.
22. Normal toys are better for my child than digital media.	Brinquedos normais são melhores para o/a meu/minha filho/filha do que os dispositivos digitais.	Normal toys are better for my son/daughter than common media	Brinquedos (ex. puzzles, bonecos, jogos, carros) são melhores para o/a meu/minha filho/filha do que os dispositivos digitais.
Media are too complicated	Os dispositivos digitais são muito complicados	Media are too complicated	Os dispositivos digitais são muito complicados
23. Media are too complicated for my child	Os dispositivos digitais são muito complicados para o/a meu/minha filho/filha.	Digital media is very complicated for my son/daughter	Os dispositivos digitais são demasiado complicados para meu/minha filho/filha.
24. Media do not match with my child's interests;	Os dispositivos digitais não respondem aos interesses do/da meu/minha filho/filha.	Digital media does not match very well with my child's interests.	Os dispositivos digitais não correspondem aos interesses do meu/minha filho/filha.

Anexo 2

Instrumento Completo Mediação Parental

Parental Mediation	Mediação Parental	Parental Mediation	Mediação Parental
When your child is using digital media, like a (game)computer, (smart)phone, iPad, laptop, PC etc., how often do the following situations occur? <i>never /seldom /regularly /often /very often</i>	Quando o/a seu/sua filho/filha está a utilizar dispositivos digitais, como um computador, um telefone (inteligente), um tablet, um computador portátil, um PC etc., com que frequência ocorrem as seguintes situações? <i>nunca /raramente /regularmente /muitas vezes /muito frequentemente</i>	When your child is using digital media, such as a (gaming) computer, a (smart) phone, an iPad, a laptop, a PC, etc., how often do the following situations occur? <i>never /rarely /regularly /often /very often</i>	Quando o/a seu/sua filho/filha está a usar dispositivos digitais, como um computador, um <i>smartphone</i> , um <i>tablet</i> , etc. com que frequência ocorrem as seguintes situações? <i>nunca /raramente /regularmente /muitas vezes /muito frequentemente</i>
Co-use	Co-uso	Co-use	Co-uso
1. Using digital media together with your child, because you think that is important.	Utilizar os dispositivos digitais em conjunto com o o/a seu/sua filho/filha, porque acha que isso é importante.	Using digital media together with your child because you think it's important.	Usar os dispositivos digitais com o o/a seu/sua filho/filha, porque acha que isso é importante.

2. Using digital media together with your child, because your child wants to.	Utiliza os dispositivos digitais em conjunto com o/a seu/sua filho/filha, porque o/a seu/sua filho/filha quer.	Using digital media together with your child, because your child wants to.	Usar os dispositivos digitais com o/a seu/sua filho/filha, porque o/a seu/sua filho/filha quer.
3. Using digital media with your child together for nice websites, apps, or games.	Utiliza os dispositivos digitais com o/a seu/sua filho/filha em conjunto para aceder a Web sites, aplicações ou jogos interessantes	Using digital media together with your child in order to access interesting websites, apps or games.	Usar os dispositivos digitais com o/a seu/sua filho/filha para aceder a <i>Websites</i> , aplicações ou jogos interessantes.
4. Proposing a new website, app or game to your child, because you like it for your child.	Propõe um novo site, aplicação ou jogo para seu filho, porque o acha benéfico para o/a seu/sua filho/filha	Suggest your child a new website, app or game, because you find it beneficial for him/her.	Propor um novo site, aplicação ou jogo ao/à seu/sua filho/filha, porque acha benéfico para ele/a.
Supervision	Supervisão	Supervision	Supervisão
5. Keeping an eye on your child when he/she is using digital media	Vigia o/a seu/sua filho/filha quando este utiliza dispositivos digitais.	Supervise your child when using digital media	Vigiar o/a seu/sua filho/filha quando este utiliza dispositivos digitais.
6. Allowing your child to use a device, but only when you are in the neighborhood	Permite que o/a seu/sua filho/filha use um dispositivo, mas apenas quando estiver por perto	Allow your child to use a device, but only when you are around	Permitir que o/a seu/sua filho/filha use um dispositivo, mas apenas quando estiver por perto

Active Mediation	Mediação Ativa	Active Mediation	Mediação Ativa
7. Complimenting your child when he/she has done something well (e.g., in a computer game).	Elogia o seu filho quando ele/ela fez algo bem (por exemplo, num jogo de computador)	Praise your child when he/she does something well (e.g. in a computer game)	Elogiar o seu filho quando ele/ela faz algo bem (e.g. num jogo no <i>tablet</i>)
8. Explaining your child how he/she can use digital media.	Explica ao/à seu/sua filho/filha como pode utilizar os meios digitais	Explain your child how to use digital media	Explicar ao/à seu/sua filho/filha como pode utilizar os dispositivos digitais
9. Talking with your child about nice or interesting apps, games or websites.	Fala com o/a seu/sua filho/filha sobre aplicações, jogos ou Web sites agradáveis ou interessantes	Talk to your child about entertaining or interesting apps, games or websites	Falar com o/a seu/sua filho/filha sobre aplicações, jogos ou <i>websites</i> agradáveis ou interessantes
10. Explaining your child how to surf the internet in a safe way.	Explica ao/à seu/sua filho/filha como navegar na Internet de forma segura	Explain to your child how to surf the Internet safely	Explicar ao/à seu/sua filho/filha como navegar na Internet de forma segura
11. Telling your child what you deem good in an app, game or website.	Diz ao seu filho o que considera bom numa aplicação, jogo ou website	Tell your child what you think is good about an app, game or website	Dizer ao seu filho o que considera bom numa aplicação, jogo ou website

Restrictive Mediation	Mediação Restritiva	Restrictive Mediation	Mediação Restritiva
12. Telling your child to stop when you think he/she has been on the computer, tablet or smartphone long enough	Diz ao/à seu/sua filho/filha para parar quando acha que ele está no computador, tablet ou smartphone há tempo suficiente.	Tell your child to stop when you think he/she has been on the computer, tablet or smartphone long enough	Dizer ao/à seu/sua filho/filha para parar quando acha que ele está no computador, tablet ou smartphone há tempo suficiente.
13. Allowing your child to visit a new website or use an app or game which your child picked by him/herself, because he/she thinks it's fun.	Permite que o/a seu/sua filho/filha visite um novo site, use uma aplicação ou jogo que este/esta escolheu por ele/a mesmo/a, por o considerar divertido.	Allow your child to visit a new website, use an app or game that he/she has chosen for him/herself, because he/she finds it fun.	Impedir que o/a seu/sua filho/filha visite um novo site, use uma aplicação ou jogo que este/a escolheu por ele/a mesmo/a, por considerar divertido. *
14. Telling which games, websites, or apps your child may or may not use	Informa quais jogos, sites ou aplicações é que o/a seu/sua filho/filha filho pode ou não usar	Tell your child which games, websites or applications he/she can or cannot use	Dizer quais os jogos, <i>websites</i> ou aplicações que o/a seu/sua filho/filha filho pode ou não usar.
Technical Restrictions	Restrições Técnicas	Technical Restrictions	Restrições Técnicas
15. Controlling afterward what wat your child has done (e.g., which websites were visited).	Controla mais tarde o que o/a seu/sua filho/filha fez (por exemplo, que sites foram visitados).	Later control what your child has done (e.g. which websites have been visited).	Controlar depois o que o/a seu/sua filho/filha fez com os dispositivos digitais (por exemplo, ver que sites foram visitados).
16. Using filters to ensure that your child can visit only safe websites.	Utiliza filtros para garantir que o/a seu/sua filho/filha pode visitar apenas <i>websites</i> seguros.	Use filters to ensure that your child can only visit safe websites.	Utilizar filtros para garantir que o/a seu/sua filho/filha pode visitar apenas <i>websites</i> seguros.

17. Setting 'Parental controls' to ensure that your child doesn't play games or is on the internet too long.	Define "controles parentais" para garantir que o/a seu/sua filho/filha não joga ou está demasiado tempo na Internet.	Set "Parental Controls" to ensure that your child does not play games or spend too much time on the Internet.	Definir "controles parentais" para garantir que o/a seu/sua filho/filha não joga ou não está demasiado tempo na Internet.
--	--	---	---

Anexo 3

Questionário Final Perceções

1. O/a meu/minha filho/filha pode aprender muitas coisas novas ao usar dispositivos digitais
 2. Os dispositivos digitais são bons para o desenvolvimento futuro do meu/minha filho/filha.
 3. Com os dispositivos digitais, o/a meu/minha filho/o pode aprender a falar inglês.
 4. O uso dos dispositivos digitais é bom para futuras atividades escolares.
 5. Uma vez que os dispositivos digitais exigem o uso ativo, estes são melhores para o/a meu/minha filho/a do que ver televisão passivamente.
- Efeitos Positivos dos DD**
6. Os dispositivos digitais são bons, porque o/a meu/minha filho/a pode estar em contacto com outras pessoas, como familiares.
 7. Com os dispositivos digitais, o/a meu/minha filho/filha pode ser criativo/a.
 8. Os dispositivos digitais correspondem aos interesses do/da meu/minha filho/filha.
 9. Ao utilizar os dispositivos digitais, o/a meu/minha filho/filha consegue enriquecer o contacto com os outros membros da família (ex. pais, irmãos, irmãs).
 10. Os dispositivos digitais permitem que o/a meu/minha filho/filha aprenda outras línguas *
-
- Os DD são como *babysitters***
11. O uso dos dispositivos digitais pelo meu filho dá-me um momento de descanso.
 12. O uso de dispositivos digitais acalma o/a meu/minha filho/filha.
 13. Os dispositivos digitais são como um babysitter para o/a meu/minha filho/filha.
 14. O uso de dispositivos digitais pelo/a meu/minha filho/filha permite-me disfrutar de uma refeição descansado/a.*
 15. O uso de dispositivos digitais pelo/a meu/minha filho/filha permite-me realizar tarefas domésticas. *

Nota. * Itens adicionados.

	16. O uso de dispositivos digitais pelo/a meu/minha filho/filha permite-me adiantar algum trabalho. *
	17. O uso de dispositivos digitais pelo/a meu/minha filho/filha permite-o/a manter o silêncio em locais públicos (ex. restaurantes, transportes, consultas...). *
Efeitos Negativos dos DD	18. O uso de dispositivos digitais pelo/a meu/minha filho/filha acarreta o risco de que o/a meu/minha filho/filha possa ver ou fazer coisas que não são apropriadas para ele/ela.
	19. O uso de dispositivos digitais por parte do meu filho pode dar-lhe a conhecer muitas coisas demasiado cedo.
	20. O uso de dispositivos digitais pelo/a meu/minha filho/filha pode pô-lo/a em contacto com as pessoas erradas.

Nota. * Itens adicionados.

Anexo 4

Questionário Final Mediação Parental

Co-uso	1. Usar os dispositivos digitais com o o/a seu/sua filho/filha, porque acha que isso é importante.
	2. Usar os dispositivos digitais com o/a seu/sua filho/filha, porque o/a seu/sua filho/filha quer.
	3. Usar os dispositivos digitais com o/a seu/sua filho/filha para aceder a <i>Websites</i> , aplicações ou jogos interessantes.
	4. Propor um novo site, aplicação ou jogo ao/à seu/sua filho/filha, porque acha benéfico para ele/a.
	5. Ver vídeos ou filmes nos dispositivos digitais com o/a seu/sua filho/filha. *
Supervisão	6. Vigiar o/a seu/sua filho/filha quando este utiliza dispositivos digitais.
	7. Permitir que o/a seu/sua filho/filha use um dispositivo, mas apenas quando estiver por perto
	8. Estar por perto quando o/a seu/sua filho/filha usa dispositivos digitais. *
	9. Ficar por perto, enquanto o/a seu/sua filho/filha usa dispositivos digitais para o/a ajudar se necessário. *

Mediação Ativa	<p>10. Elogiar o seu filho quando ele/ela faz algo bem (e.g. num jogo no <i>tablet</i>)</p> <p>11. Explicar ao/à seu/sua filho/filha como pode utilizar os dispositivos digitais</p> <p>12. Explicar ao/à seu/sua filho/filha como navegar na Internet de forma segura</p> <p>13. Dizer ao seu filho o que considera bom numa aplicação, jogo ou website</p> <p>14. Explicar ao/à seu/sua filho/filha os riscos da internet e de algumas aplicações. *</p> <p>15. Falar com o/a seu/sua filho/filha sobre o que pode fazer com os dispositivos digitais. *</p> <p>16. Demonstrar ao/à seu/sua filho/filha como utilizar determinadas aplicações.*</p>
Mediação Restritiva	<p>17. Dizer ao/à seu/sua filho/filha para parar quando acha que ele está no computador, tablet ou smartphone há tempo suficiente.</p> <p>18. Impedir que o/a seu/sua filho/filha visite um novo site, use uma aplicação ou jogo que este/a escolheu por ele/a mesmo/a, por considerar divertido.</p> <p>19. Dizer quais os jogos, <i>websites</i> ou aplicações que o/a seu/sua filho/filha filho pode ou não usar.</p> <p>20. Definir horários destinados ao uso de dispositivos digitais (ex. apenas ao fim de semana ou apenas uma hora antes do banho). *</p>
Restrições Técnicas	<p>21. Controlar depois o que o/a seu/sua filho/filha fez com os dispositivos digitais (por exemplo, ver que sites foram visitados).</p> <p>22. Utilizar filtros para garantir que o/a seu/sua filho/filha pode visitar apenas <i>websites</i> seguros.</p> <p>23. Definir "controlos parentais" para garantir que o/a seu/sua filho/filha não joga ou não está demasiado tempo na Internet.</p> <p>24. Usar as definições dos dispositivos digitais para limitar o tempo de ecrã dos mesmos, quando o/a seu/sua filho/filha os utiliza. *</p>

-
25. Usar as definições técnicas dos dispositivos para definir um horário de uso dos dispositivos (ex. entre as 17h e as 19h é possível utilizar o smartphone). *
26. Usar “controles parentais” para limitar o *download* de aplicações nos dispositivos digitais a que o seu/a filho/a tem acesso. *
-

Nota. * Itens adicionados.

Anexo 5

Exposição aos DD

Frequências de Exp_DD

Exp_DD	Contagens	% do Total	% acumulada
Sim, permito que o meu/minha filho(a) utilize dispositivos digitais	163	70.3 %	70.3 %
Não, não permito que o meu/minha filho(a) utilize qualquer tipo de dispositivos digitais	69	29.7 %	100.0 %

Anexo 6

Estatísticas descritivas Mediação Parental e Percepções

Estratégias de Mediação

Estatística Descritiva

	N	Média	Desvio-padrão	Mínimo	Máximo
Mediação Ativa	142	2.96	0.967	1.00	5.00
Mediação Restritiva	142	3.94	1.005	1.00	5.00
Co-uso	145	2.58	0.849	1.00	4.40
Supervisão	145	3.99	0.996	1.00	5.00
Restrições Técnicas	141	2.95	1.437	1.00	5.00

Estatística Descritiva

	N	Média	Mediana	Desvio-padrão	Mínimo	Máximo
DD Positivos	232	2.65	2.80	0.772	1.00	4.40
DD Negativos	231	4.27	4.33	0.708	2.00	5.00
DD Babysitters	232	2.40	2.57	0.888	1.00	4.43

Anexo 7

Frequência de Uso DD

Frequências de F_Uso_Filhos

F_Uso_Filhos	Contagens	% do Total	% acumulada
Menos de 1 hora diária	131	80.4 %	80.4 %
Entre 1 a 2 horas diárias	28	17.2 %	97.5 %
Entre 2 a 3 horas diárias	2	1.2 %	98.8 %
Mais de 3 horas diárias	2	1.2 %	100.0 %

Frequências de F_Uso_Pais

F_Uso_Pais	Contagens	% do Total	% acumulada
Menos de 1 hora diária	69	29.7 %	29.7 %
Entre 1 a 2 horas diárias	113	48.7 %	78.4 %
Entre 2 a 3 horas diárias	33	14.2 %	92.7 %
Mais de 3 horas diárias	17	7.3 %	100.0 %

Anexo 8

Análise Fatorial Confirmatória - Percepções

Análise Fatorial Confirmatória

Pesos fatoriais

Fator	Indicador	Estimativas	Erro-padrão	Z	p	Estimativas Estand.
Efeitos Positivos DD	A1P_Positivas	0.830	0.0640	12.97	< .001	0.752
	A2P_Positivas	0.891	0.0609	14.63	< .001	0.819
	A3P_Positivas	0.743	0.0663	11.21	< .001	0.679
	A4P_Positivas	0.931	0.0693	13.44	< .001	0.772
	A5P_Positivas	0.466	0.0608	7.67	< .001	0.496
	A6P_Positivas	0.447	0.0823	5.43	< .001	0.363
	A7P_Positivas	0.783	0.0670	11.70	< .001	0.699
	A8P_Positivas	0.716	0.0707	10.13	< .001	0.627
	A9P_Positivas	0.430	0.0852	5.05	< .001	0.339
	A10P_Positivas	0.828	0.0674	12.29	< .001	0.726
DD como Babysitters	A11P_BbS	1.080	0.0729	14.82	< .001	0.844
	A12P_BbS	0.663	0.0807	8.22	< .001	0.538
	A14P_BbS	0.333	0.0542	6.15	< .001	0.416
	A15P_BbS	0.843	0.0764	11.03	< .001	0.682
	A16P_BbS	0.897	0.0777	11.55	< .001	0.704
	A17P_BbS	0.939	0.0788	11.91	< .001	0.734
	A18P_BbS	0.922	0.0763	12.10	< .001	0.730
	Efeitos Negativos DD	A20P_Neg	0.671	0.0670	10.01	< .001
A23P_Neg		0.490	0.0683	7.17	< .001	0.542
A24P_Neg		0.583	0.0702	8.31	< .001	0.668
DD são complicados	A28P_DDComp	0.506	0.0813	6.22	< .001	0.448
	A30P_DDComp	0.805	0.0897	8.97	< .001	0.733

[3]

Estimativas fatoriais

Covariâncias fatoriais

		Estimativas	Erro-padrão	Z	p	Estimativas Estand.
Efeitos Positivos DD	Efeitos Positivos DD	1.000*				
	DD como Babysitters	0.378	0.0666	5.68	< .001	0.378
	Efeitos Negativos DD	-0.345	0.0720	-4.79	< .001	-0.345
	DD são complicados	-0.786	0.0745	-10.56	< .001	-0.786
DD como Babysitters	DD como Babysitters	1.000*				
	Efeitos Negativos DD	-0.231	0.0787	-2.94	0.003	-0.231
	DD são complicados	-0.393	0.0920	-4.27	< .001	-0.393
Efeitos Negativos DD	Efeitos Negativos DD	1.000*				
	DD são complicados	0.626	0.0860	7.28	< .001	0.626
DD são complicados	DD são complicados	1.000*				

* parâmetro fixo

Estimativa de Resíduos

Resíduos dos interceptos					
	Estimativas	Erro-padrão	Z	p	Estimativas Estand.
A1P_Positivas	2.96	0.0725	40.9	<.001	2.68
A2P_Positivas	2.43	0.0715	34.0	<.001	2.23
A3P_Positivas	3.12	0.0718	43.4	<.001	2.85
A4P_Positivas	2.71	0.0792	34.2	<.001	2.25
A5P_Positivas	1.97	0.0617	31.9	<.001	2.10
A6P_Positivas	2.90	0.0808	35.8	<.001	2.35
A7P_Positivas	2.36	0.0736	32.0	<.001	2.10
A8P_Positivas	2.75	0.0750	36.7	<.001	2.41
A9P_Positivas	2.26	0.0832	27.2	<.001	1.78
A10P_Positivas	3.02	0.0749	40.3	<.001	2.64
A11P_Bbs	3.00	0.0840	35.7	<.001	2.34
A12P_Bbs	2.17	0.0810	26.8	<.001	1.76
A14P_Bbs	1.38	0.0526	26.3	<.001	1.73
A15P_Bbs	2.09	0.0811	25.7	<.001	1.69
A16P_Bbs	2.74	0.0837	32.7	<.001	2.15
A17P_Bbs	2.74	0.0840	32.6	<.001	2.14
A18P_Bbs	2.70	0.0830	32.5	<.001	2.13
A20P_Neg	4.42	0.0525	84.1	<.001	5.52
A23P_Neg	4.11	0.0595	69.1	<.001	4.55
A24P_Neg	4.28	0.0573	74.7	<.001	4.90
A28P_DDComp	2.90	0.0741	39.1	<.001	2.57
A30P_DDComp	3.94	0.0721	54.6	<.001	3.58

Covariâncias de resíduos					
	Estimativas	Erro-padrão	Z	p	Estimativas Estand.
A1P_Positivas	0.529	0.0578	9.15	<.001	0.434
A2P_Positivas	0.391	0.0480	8.14	<.001	0.330
A3P_Positivas	0.646	0.0672	9.61	<.001	0.540
A10P_Positivas	0.383	0.0554	6.37	<.001	0.560
A4P_Positivas	0.589	0.0660	8.92	<.001	0.404
A5P_Positivas	0.665	0.0642	10.36	<.001	0.754
A6P_Positivas	1.315	0.1243	10.58	<.001	0.868
A9P_Positivas	0.654	0.1015	6.44	<.001	0.478
A7P_Positivas	0.642	0.0672	9.55	<.001	0.511
A8P_Positivas	0.793	0.0799	9.93	<.001	0.607
A9P_Positivas	1.423	0.1341	10.61	<.001	0.885
A10P_Positivas	0.616	0.0662	9.31	<.001	0.473
A11P_Bbs	0.471	0.0743	6.33	<.001	0.287
A17P_Bbs	0.165	0.0528	3.13	0.002	0.277
A12P_Bbs	1.082	0.1081	10.01	<.001	0.711
A14P_Bbs	0.530	0.0511	10.38	<.001	0.827
A15P_Bbs	0.817	0.0894	9.13	<.001	0.535
A16P_Bbs	0.820	0.0909	9.01	<.001	0.505
A17P_Bbs	0.389	0.0664	5.87	<.001	0.495
A17P_Bbs	0.756	0.0859	8.80	<.001	0.462
A18P_Bbs	0.748	0.0860	8.69	<.001	0.468
A20P_Neg	0.190	0.0719	2.64	0.008	0.297
A23P_Neg	0.577	0.0669	8.63	<.001	0.706
A24P_Neg	0.118	0.0546	2.16	0.031	0.239
A24P_Neg	0.422	0.0690	6.11	<.001	0.554
A28P_DDComp	1.018	0.1032	9.87	<.001	0.799
A30P_DDComp	0.559	0.1171	4.77	<.001	0.463

Ajustamento do Modelo

Teste ao Ajustamento Exato

χ^2	gl	p
308	198	< .001

Medidas de Ajustamento

CFI	TLI	SRMR	RMSEA	IC 90% RMSEA	
				Lim. Inferior	Superior
0.949	0.940	0.0677	0.0490	0.0381	0.0594

Índices de Modificação

Índices de modificação - Pesos fatoriais

	Efeitos Positivos DD	DD como Babysitters	Efeitos Negativos DD	DD são complicados
A1P_Positivas		4.189	1.7386	3.9229
A2P_Positivas		0.972	0.7925	2.9844
A3P_Positivas		1.142	5.1742	1.2087
A4P_Positivas		6.111	1.1937	3.0091
A5P_Positivas		3.873	8.8899	3.2874
A6P_Positivas		1.632	0.0293	0.0610
A7P_Positivas		0.299	0.1135	0.4501
A8P_Positivas		10.014	1.1071	1.8901
A9P_Positivas		1.413	1.3125	1.3509
A10P_Positivas		2.396	0.2766	4.84e-6
A11P_BbS	0.00345		1.2043	0.3108
A12P_BbS	7.03747		3.7067	8.2253
A14P_BbS	6.64527		5.0383	5.1635
A15P_BbS	16.81250		3.3844	12.0866
A16P_BbS	0.53074		0.0600	0.3360
A17P_BbS	0.45288		2.8990	0.0834
A18P_BbS	1.11837		0.0218	0.7074
A20P_Neg	3.02647	0.209		3.1269
A23P_Neg	1.35428	0.384		2.0283
A24P_Neg	0.25558	0.855		0.0944
A28P_DDComp	0.40983	6.158	1.4013	
A30P_DDComp	0.40983	6.158	1.4012	

Anexo 9 - Consistência Interna Percepções

Estatísticas de Fiabilidade de Escala

	α de Cronbach	ω de McDonald
escala	0.869	0.877

[3]

Estatísticas da Fiabilidade do Item

	Se o item for eliminado	
	α de Cronbach	ω de McDonald
A1P_Positivas	0.850	0.859
A2P_Positivas	0.846	0.854
A3P_Positivas	0.852	0.860
A4P_Positivas	0.847	0.857
A5P_Positivas	0.865	0.875
A6P_Positivas	0.872	0.880
A7P_Positivas	0.851	0.861
A8P_Positivas	0.858	0.867
A9P_Positivas	0.875	0.881
A10P_Positivas	0.847	0.856

Estatísticas de Fiabilidade de Escala

	α de Cronbach	ω de McDonald
escala	0.756	0.760

[3]

Estatísticas da Fiabilidade do Item

	Se o item for eliminado	
	α de Cronbach	ω de McDonald
A20P_Neg	0.677	0.678
A23P_Neg	0.711	0.713
A24P_Neg	0.633	0.636

Estatísticas de Fiabilidade de Escala

	α de Cronbach	ω de McDonald
escala	0.858	0.860

[3]

Estatísticas da Fiabilidade do Item

	Se o item for eliminado	
	α de Cronbach	ω de McDonald
A11P_BbS	0.814	0.817
A12P_BbS	0.858	0.860
A14P_BbS	0.865	0.868
A15P_BbS	0.836	0.841
A16P_BbS	0.829	0.831
A17P_BbS	0.819	0.821
A18P_BbS	0.834	0.839

Anexo 10 - Análise Fatorial Confirmatória Mediação

Análise Fatorial Confirmatória

Pesos fatoriais

Fator	Indicador	Estimativas	Erro-padrão	Z	p	Estimativas Estand.
Co-Uso	A1MP_CoUso	0.860	0.0848	10.13	< .001	0.756
	A2MP_CoUso	0.523	0.0789	6.62	< .001	0.542
	A3MP_CoUso	0.976	0.0877	11.13	< .001	0.808
	A4MP_CoUso	1.017	0.0890	11.43	< .001	0.823
	A5MP_CoUso	0.439	0.0916	4.80	< .001	0.408
Supervisão	A6MP_SVis_o	0.978	0.0798	12.25	< .001	0.845
	A7MP_SVis_o	0.852	0.0883	9.65	< .001	0.716
	A8MP_SVis_o	0.910	0.0672	13.53	< .001	0.899
	A9MP_SVis_o	1.022	0.0811	12.61	< .001	0.859
M. Ativa	A10MP_Ativa	0.602	0.0991	6.07	< .001	0.506
	A11MP_Ativa	0.804	0.0946	8.51	< .001	0.659
	A13MP_Ativa	0.978	0.1061	9.21	< .001	0.701
	A14MP_Ativa	0.766	0.1059	7.23	< .001	0.581
	A15MP_Ativa	1.012	0.1086	9.32	< .001	0.712
	A16MP_Ativa	0.935	0.1109	8.43	< .001	0.662
	A17MP_Ativa	1.011	0.1007	10.04	< .001	0.739
M.Restrictiva	A18MP_Res	0.608	0.0802	7.58	< .001	0.615
	A19MP_Res	1.031	0.1149	8.97	< .001	0.699
	A20MP_Res	1.081	0.1102	9.81	< .001	0.754
	A21MP_Res	0.890	0.1265	7.03	< .001	0.571
	A22MP_Res	0.887	0.1167	7.60	< .001	0.614
Res. Técnicas	A23MP_RTec	1.119	0.1222	9.16	< .001	0.688
	A24MP_RTec	1.599	0.1195	13.37	< .001	0.892
	A25MP_RTec	1.505	0.1189	12.65	< .001	0.861
	A26MP_RTec	1.368	0.1131	12.09	< .001	0.835
	A27MP_RTec	1.201	0.1238	9.70	< .001	0.718
	A28MP_RTec	1.440	0.1283	11.22	< .001	0.796

Estimativas fatoriais

Covariâncias fatoriais

		Estimativas	Erro-padrão	Z	p	Estimativas Estand.
Co-Uso	Co-Uso	1.000*				
	Supervisão	0.354	0.0843	4.19	< .001	0.354
	M. Ativa	0.767	0.0532	14.42	< .001	0.767
	M.Restrictiva	0.455	0.0847	5.37	< .001	0.455
	Res. Técnicas	0.398	0.0810	4.91	< .001	0.398
Supervisão	Supervisão	1.000*				
	M. Ativa	0.461	0.0785	5.87	< .001	0.461
	M.Restrictiva	0.537	0.0747	7.19	< .001	0.537
	Res. Técnicas	0.307	0.0831	3.69	< .001	0.307
M. Ativa	M. Ativa	1.000*				
	M.Restrictiva	0.763	0.0565	13.50	< .001	0.763
	Res. Técnicas	0.736	0.0517	14.23	< .001	0.736
M.Restrictiva	M.Restrictiva	1.000*				
	Res. Técnicas	0.760	0.0513	14.82	< .001	0.760
Res. Técnicas	Res. Técnicas	1.000*				

* parâmetro fixo

Índices de Modificação

Índices de modificação - Pesos fatoriais					
	Co-Usó	Supervisão	M. Ativa	M. Restritiva	Res. Técnicas
A1MP_CoUsó	2.1032	1.42134	2.34502	2.1560	
A2MP_CoUsó	0.0609	0.85709	0.31109	0.0252	
A3MP_CoUsó	0.9369	0.29431	0.57008	0.0204	
A4MP_CoUsó	1.1146	1.57084	4.66764	2.4473	
A5MP_CoUsó	2.3854	0.17889	0.92419	0.3168	
A6MP_SVis_o	0.2641	0.89321	3.32940	0.4698	
A7MP_SVis_o	0.3931	0.08763	0.90536	8.50e-4	
A8MP_SVis_o	3.0929	1.81788	0.63088	0.0379	
A9MP_SVis_o	1.0326	0.13544	2.37136	0.1801	
A10MP_Activa	9.6800	0.1224	3.51800	1.6697	
A11MP_Activa	2.6123	5.0493	0.02537	4.9675	
A13MP_Activa	0.0123	1.3734	4.47187	8.15e-4	
A14MP_Activa	1.6932	0.5401	2.98804	5.1310	
A15MP_Activa	7.1627	3.1040	2.33227	8.4951	
A16MP_Activa	5.9898	2.8976	13.35903	1.3688	
A17MP_Activa	0.0502	1.8976	0.00254	0.3699	
A18MP_Res	1.1054	0.0916	2.68724	3.7417	
A19MP_Res	0.5129	0.0791	0.01867	6.3123	
A20MP_Res	2.6329	1.4885	4.85501	0.4884	
A21MP_Res	0.3404	0.0591	0.97660	0.3921	
A22MP_Res	0.1194	1.7466	0.00671	0.2495	
A23MP_RTec	6.9578	1.8787	9.94479	3.27279	
A24MP_RTec	2.6220	0.0954	2.80640	0.02338	
A25MP_RTec	1.2220	0.5976	0.68356	1.29520	
A26MP_RTec	0.9745	0.8361	0.43648	1.79516	
A27MP_RTec	0.8623	3.3062	1.88960	1.07153	
A28MP_RTec	0.5641	0.1294	2.36542	0.13134	

Estimativa de Resíduos

Resíduos dos interceptos					
	Estimativas	Erro-padrão	Z	p	Estimativas Estand.
A1MP_CoUsó	2.43	0.0944	25.7	< .001	2.13
A2MP_CoUsó	2.59	0.0802	32.3	< .001	2.68
A3MP_CoUsó	2.55	0.1004	25.4	< .001	2.11
A4MP_CoUsó	2.43	0.1027	23.7	< .001	1.97
A5MP_CoUsó	2.92	0.0894	32.7	< .001	2.72
A6MP_SVis_o	4.06	0.0962	42.2	< .001	3.51
A7MP_SVis_o	3.84	0.0988	38.9	< .001	3.23
A8MP_SVis_o	4.17	0.0841	49.6	< .001	4.12
A9MP_SVis_o	3.90	0.0989	39.4	< .001	3.27
A10MP_Activa	2.71	0.0990	27.4	< .001	2.28
A11MP_Activa	3.11	0.1014	30.7	< .001	2.55
A13MP_Activa	2.48	0.1159	21.4	< .001	1.78
A14MP_Activa	2.68	0.1094	24.5	< .001	2.03
A15MP_Activa	3.15	0.1183	26.6	< .001	2.21
A16MP_Activa	3.43	0.1174	29.3	< .001	2.43
A17MP_Activa	3.02	0.1138	26.5	< .001	2.21
A18MP_Res	4.43	0.0821	54.0	< .001	4.49
A19MP_Res	3.61	0.1228	29.4	< .001	2.44
A20MP_Res	3.74	0.1194	31.3	< .001	2.60
A21MP_Res	3.94	0.1300	30.3	< .001	2.53
A22MP_Res	3.88	0.1200	32.3	< .001	2.69
A23MP_RTec	2.81	0.1353	20.8	< .001	1.73
A24MP_RTec	3.11	0.1493	20.8	< .001	1.73
A25MP_RTec	3.38	0.1456	23.2	< .001	1.94
A26MP_RTec	2.60	0.1361	19.1	< .001	1.59
A27MP_RTec	2.45	0.1389	17.6	< .001	1.46
A28MP_RTec	3.29	0.1504	21.9	< .001	1.82

Ajustamento do Modelo

Teste ao Ajustamento Exato

χ^2	gl	p
457	310	< .001

Medidas de Ajustamento

CFI	TLI	SRMR	RMSEA	IC 90% RMSEA	
				Lim. Inferior	Superior
0.932	0.923	0.0687	0.0571	0.0456	0.0680

Anexo 11- Consistência Interna Mediação

Co-Uso

Estatísticas de Fiabilidade de Escala

	Média	Desvio-padrão	α de Cronbach	ω de McDonald
escala	2.58	0.849	0.805	0.811

[3]

Estatísticas de Fiabilidade de Escala

	Média	Desvio-padrão	α de Cronbach	ω de McDonald
escala	3.99	0.996	0.893	0.899

[3]

Estatísticas da Fiabilidade do Item

	Se o item for eliminado	
	α de Cronbach	ω de McDonald
A1MP_CoUso	0.746	0.757
A2MP_CoUso	0.785	0.798
A3MP_CoUso	0.732	0.743
A4MP_CoUso	0.732	0.740
A5MP_CoUso	0.823	0.826

Estatísticas da Fiabilidade do Item

	Se o item for eliminado	
	α de Cronbach	ω de McDonald
A6MP_SVis_o	0.857	0.868
A7MP_SVis_o	0.899	0.902
A8MP_SVis_o	0.841	0.845
A9MP_SVis_o	0.852	0.861

Estatísticas de Fiabilidade de Escala

	Média	Desvio-padrão	α de Cronbach	ω de McDonald
escala	2.90	0.957	0.870	0.871

[3]

Estatísticas da Fiabilidade do Item

	Se o item for eliminado	
	α de Cronbach	ω de McDonald
A10MP_Ativa	0.865	0.866
A11MP_Ativa	0.856	0.857
A13MP_Ativa	0.850	0.851
A14MP_Ativa	0.853	0.855
A15MP_Ativa	0.853	0.855
A16MP_Ativa	0.855	0.856
A17MP_Ativa	0.847	0.848
A12MP_Ativa	0.850	0.850

	Média	Desvio-padrão	α de Cronbach	ω de McDonald
escala	3,94	1,01	0,776	0,788

	Média	Desvio-padrão	α de Cronbach	ω de McDonald
escala	2,95	1,44	0,915	0,917

[3]

[3]

	Se o item for eliminado	
	α de Cronbach	ω de McDonald
A18MP_Res	0,737	0,743
A19MP_Res	0,737	0,752
A20MP_Res	0,710	0,735
A21MP_Res	0,755	0,766
A22MP_Res	0,735	0,749

	Se o item for eliminado	
	α de Cronbach	ω de McDonald
A23MP_RTec	0,916	0,918
A24MP_RTec	0,890	0,892
A25MP_RTec	0,894	0,897
A26MP_RTec	0,890	0,892
A27MP_RTec	0,907	0,909
A28MP_RTec	0,900	0,902

Anexo 12

Correlações Percepções-Mediação

Matriz de Correlações

		DD Positivos	DD Negativos	DD Babysitters	Mediação Ativa	Mediação Restritiva	Co-uso	Supervisão	Restrições Técnicas
DD Positivos	R de Pearson	—							
	gl	—							
	p-value	—							
DD Negativos	R de Pearson	-0,239***	—						
	gl	229	—						
	p-value	< .001	—						
DD Babysitters	R de Pearson	0,376***	-0,165*	—					
	gl	230	229	—					
	p-value	< .001	0,012	—					
Mediação Ativa	R de Pearson	0,315***	-0,010	-0,094	—	0,601***	0,640***	0,429***	
	gl	140	139	140	—	139	140	140	
	p-value	< .001	0,904	0,268	—	< .001	< .001	< .001	
Mediação Restritiva	R de Pearson	0,174*	0,036	-0,016		—			
	gl	140	139	140		—			
	p-value	0,039	0,672	0,854		—			
Co-uso	R de Pearson	0,401***	-0,148	0,062		0,373***	—		
	gl	143	142	143		140	—		
	p-value	< .001	0,078	0,458		< .001	—		
Supervisão	R de Pearson	0,214**	-0,027	-0,148		0,475***	0,345***	—	
	gl	143	142	143		140	143	—	
	p-value	0,010	0,752	0,075		< .001	< .001	—	
Restrições Técnicas	R de Pearson	0,167*	0,043	-0,092	0,610***	0,625***	0,359***	0,268**	—
	gl	139	138	139	138	138	139	139	—
	p-value	0,047	0,612	0,279	< .001	< .001	< .001	0,001	—

Nota. * p < .05, ** p < .01, *** p < .001

Anexo 13

Correlação Frequência de Uso pais - Percepções

Matriz de Correlações

		F_Uso_Pais	DD Positivos	DD Negativos	DD Babysitters
F_Uso_Pais	Rho de Spearman	—			
	gl	—			
	p-value	—			
DD Positivos	Rho de Spearman	0.125	—		
	gl	230	—		
	p-value	0.057	—		
DD Negativos	Rho de Spearman	-0.058	-0.291***	—	
	gl	229	229	—	
	p-value	0.378	< .001	—	
DD Babysitters	Rho de Spearman	0.161*	0.332***	-0.189**	—
	gl	230	230	229	—
	p-value	0.014	< .001	0.004	—

Nota. * p < .05, ** p < .01, *** p < .001

Anexo 14

Correlação Frequência de uso pais - mediação

Matriz de Correlações

		F_Uso_Pais	Mediação Restritiva	Co-uso	Supervisão	Mediação Ativa	Restrições Técnicas
F_Uso_Pais	Rho de Spearman	—					
	gl	—					
	p-value	—					
Mediação Restritiva	Rho de Spearman	-0.054	—				
	gl	140	—				
	p-value	0.523	—				
Co-uso	Rho de Spearman	-0.011	0.248**	—			
	gl	143	140	—			
	p-value	0.893	0.003	—			
Supervisão	Rho de Spearman	0.026	0.399***	0.260**	—		
	gl	143	140	143	—		
	p-value	0.758	< .001	0.002	—		
Mediação Ativa	Rho de Spearman	-0.087	0.524***	0.608***	0.400***	—	
	gl	140	139	140	140	—	
	p-value	0.301	< .001	< .001	< .001	—	
Restrições Técnicas	Rho de Spearman	-0.029	0.635***	0.367***	0.222**	0.604***	—
	gl	139	138	139	139	138	—
	p-value	0.731	< .001	< .001	0.008	< .001	—

Nota. * p < .05, ** p < .01, *** p < .001

Anexo 15

Correlação Frequência de Uso filhos - Percepções

Matriz de Correlações

		Mediação Restritiva	Co-uso	Supervisão	Mediação Ativa	Restrições Técnicas	F_Usos_Filhos
Mediação Restritiva	Rho de Spearman	—					
	gl	—					
	p-value	—					
Co-uso	Rho de Spearman	0.248 **	—				
	gl	140	—				
	p-value	0.003	—				
Supervisão	Rho de Spearman	0.399 ***	0.260 **	—			
	gl	140	143	—			
	p-value	< .001	0.002	—			
Mediação Ativa	Rho de Spearman	0.524 ***	0.608 ***	0.400 ***	—		
	gl	139	140	140	—		
	p-value	< .001	< .001	< .001	—		
Restrições Técnicas	Rho de Spearman	0.635 ***	0.367 ***	0.222 **	0.604 ***	—	
	gl	138	139	139	138	—	
	p-value	< .001	< .001	0.008	< .001	—	
F_Usos_Filhos	Rho de Spearman	-0.049	0.319 ***	-0.044	0.240 **	0.074	—
	gl	140	143	143	140	139	—
	p-value	0.559	< .001	0.599	0.004	0.385	—

Nota. * p < .05, ** p < .01, *** p < .001

Anexo 16

Correlação Frequência de Uso Filhos - Mediação

Matriz de Correlações

		DD Positivos	DD Negativos	DD Babysitters	F_Usos_Filhos
DD Positivos	Rho de Spearman	—			
	gl	—			
	p-value	—			
DD Negativos	Rho de Spearman	-0.291 ***	—		
	gl	229	—		
	p-value	< .001	—		
DD Babysitters	Rho de Spearman	0.332 ***	-0.189 **	—	
	gl	230	229	—	
	p-value	< .001	0.004	—	
F_Usos_Filhos	Rho de Spearman	0.178 *	-0.097	0.139	—
	gl	161	160	161	—
	p-value	0.023	0.221	0.076	—

Nota. * p < .05, ** p < .01, *** p < .001

Anexo 17

Correlação Frequência de Uso Filhos – Frequência de uso pais

Matriz de Correlações

		F_Uso_Pais	F_Uso_Filhos
F_Uso_Pais	Rho de Spearman	—	
	gl	—	
	p-value	—	
F_Uso_Filhos	Rho de Spearman	0.210**	—
	gl	161	—
	p-value	0.007	—

Nota. * p < .05, ** p < .01, *** p < .001

Anexo 18

Correlação Exposição DD - Percepções

Correlações

			DD_positivos	DD_negativos	DD_bbst	Permite que o seu/sua filho(a) utilize dispositivos digitais?
rô de Spearman	DD_positivos	Coefficiente de Correlação	1,000	-,293**	,332**	,319**
		Sig. (2 extremidades)	.	<,001	<,001	<,001
		N	232	232	232	232
	DD_negativos	Coefficiente de Correlação	-,293**	1,000	-,192**	-,233**
		Sig. (2 extremidades)	<,001	.	,003	<,001
		N	232	232	232	232
	DD_bbst	Coefficiente de Correlação	,332**	-,192**	1,000	,355**
		Sig. (2 extremidades)	<,001	,003	.	<,001
		N	232	232	232	232
Permite que o seu/sua filho(a) utilize dispositivos digitais?	Coefficiente de Correlação	,319**	-,233**	,355**	1,000	
	Sig. (2 extremidades)	<,001	<,001	<,001	.	
	N	232	232	232	232	

** A correlação é significativa no nível 0,01 (2 extremidades).